All Rights Reserved

මධ්‍ය වාර පරීක්ෂණය 2015

ප්‍රායෝගික තාක්ෂණ කුසලතා

7 ශ්‍රේණිය **කාලය පැය 2 යි.**

නම/ විභාග අංකයඃ

I කොටස

- **ප්‍රශ්න සියල්ලට ම පිළිතුරු සපයන්න.**
- **අංක 01 සිට 10 දක්වා ප්‍රශ්නවලට නිවැරදි පිළිතුර යටින් ඉරක් අඳින්න.**

01 ආහාරවල අඩංගු ප්‍රධාන පෝෂ්‍ය පදාර්ථ සංඛ්‍යාව

(1) 8 (2) 5 (3) 7 (4) 6

02 ශාක ප්‍රෝටීන්, කැල්සියම්, විටමින් B, සෙලියුලෝස් යන පෝෂ්‍ය පදාර්ථයන් අඩංගු කාණ්ඩය නම්,

(1) සහල්, තිරිංගු, බණ්ඩක්කා, ගස්ලබු

(2) රතු පරිප්පු, තෝර පරිප්පු, කව්පි, කඩල, සෝයා

(3) කජු, පේර, ගස්ලබු, දොඩම්, අඹ

(4) මුරුංගා, බණ්ඩක්කා, වම්බටු, කොහිල

03 පිසීමෙන් ඇති ප්‍රයෝජනයකි

(1) ජීර්ණාබාධ ඇති කරයි.

(2) ආහාරවල අඩංගු පෝෂණයට බාධාකරන සාධක විනාශ කරයි.

(3) විවිධත්වයට හානි සිදුවේ.

(4) රෝගකාරක ජීවීන් විනාශ නොවේ.

04 පිසීම සඳහා ආහාර සූදානම් කිරීමේ ක්‍රියාවලියේ අනුපිළිවෙල වන්නේ,

(1) සේදීම, පොතු ඉවත් කිරීම, අනවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීම, පොඟවා ආහාර සැකසීම.

(2) අපද්‍රව්‍ය ඉවත්කිරීම, පොතු ඉවත්කිරීම, සේදීම, ආහාර සැකසීම.

(3) පොතු ඉවත්කිරීම, සේදීම, පොඟවා ආහාරය සැකසීම.

(4) අනවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය ඉවත්කිරීම, සේදීම, පොතු ඉවත් කිරීම, පොඟවා ආහාරයට සකස් කිරීම.

05 බ්ලාන්ච් කිරීම යනු

(1) ආහාරය උතුරන වතුරේ විනාඩි 2 - 3 කාලයක් තබා ගැනීම.

(2) වැඩිපුර ජලය දමා තැම්බීම

(3) අඩුවෙන් ජලය දමා වැඩි වේලාවක් තැම්බීම

(4) පීඩන උඳුනෙන් පිසීම

06 ගැඹුරු තෙලේ බැදගත හැකි ආහාර සහිත භාණ්ඩය වන්නේ

(1) වඩේ, ලැවරියා, කොකිස්, ආස්මී (2) කරවල, තෝසෙ, ආප්ප, කැවුම්

(3) බිත්තර, පෑන්කේක්, මුරුක්කු, මස් (4) මුරුක්කු, කැවුම්, කොකිස්, වඩේ

07 ග්‍රිල් කිරීම නම් පිසීමේ ක්‍රමයට උදාහරණයකි

(1) පාන්, බනිස් (2) මස්, මාළු

(3) බතල, කොස් ඇට (4) අඹ, කෙසෙල්

08 සලාද සඳහා භාවිතා කළ නොහැක්කකි

(1) වව්චව්, පතෝල (2) වට්ටක්කා, බටු

(3) බෝංචි, රාබු (4) කැරට්, බෙල්පෙපර්

09 ද්‍රවිඩ හා මුස්ලිම් ජාතිකයන්ගේ ආහාරවලට උදාහරණයක් වන්නේ පිළිවෙලින්

(1) රසම්, වටලප්පම් (2) කොණ්ඩ කැවුම්, ආස්මි

(3) නාරං කැවුම්, අග්ගලා (4) පුඩිං, කේක්

10 ළදරු ආහාර පිළියෙල කිරීමේ දී

(1) ළදරුවා කැමැති ආහාර දීම අනිවාර්යය.

(2) පහසුවෙන් අනුභවයට ගත නොහැකි ආහාර දිය යුතුය.

(3) පිළියෙල කිරීම ආරක්ෂාකාරීව විය යුතු නැත.

(4) අවශ්‍ය පෝෂ්‍ය පදාර්ථ සියල්ල අඩංගු විය යුතුය. (3 x 10 = 30)

- **අංක 11 සිට 15 දක්වා ප්‍රශ්නවලට හරි නම් (✓) ලකුණ ද, වැරදි නම් (✗) ලකුණ ද වරහන් තුළ යොදන්න.**

11 අතු බැඳීමේ ක්‍රමයට මුල් අද්දවා ගතහැකි ශාකයක් ලෙස ක්‍රෝටන් හැඳින්විය හැක. (   )

12 ඇග්ලොනිමා හා ඇන්තූරියම් සෙවන තත්ත්ව යටතේ වැඩෙන ශාක වේ. (   )

13 පස් සාම්පල පරීක්ෂා කිරීමේ දී බෝලයක් ලෙස ගුලි කරගත හැක්කේ එය මැටි පසක් නිසාය. (   )

14 කොළ කොඩවීම ශාක රෝගයක් නොවේ. (   )

15 නයිට්‍රජන්, පොටෑසියම්, සෝඩියම් යනු පොහොර වර්ගවල අඩංගු විය යුතු ප්‍රධාන පෝෂක ද්‍රව්‍ය වේ. (   )

(2 x 5 = 10)

- **ගැළපෙන ලෙස A හා B යා කරන්න.**

	A	B
16	කොම්පෝස්ට්වලට තවත් නමකි.	1. ගඩොල්වලින් සාදන ටැංකිය
17	ශාක පෝෂක බහුලව ඇති පස් වර්ගයකි.	2. මේදය
18	බිත්තර දමන කිකිළියන්ගේ ආහාර මිශ්‍රණය නම්	3. කාබනික පොහොර
19	සත්ත්ව ආහාර සඳහා කිරිපිටි, සත්ත්ව තෙල්, පුන්නක්කු එක්කිරීමෙන් ලැබෙන පෝෂක ද්‍රව්‍යය	4. මැටි පස
20	ප්‍රයෝජනයට ගතහැකි ජලය ගබඩා කර තබන ක්‍රමයකි.	5. ලේය(ර්)ස් මෑෂ්

(2 x 5 = 10)

- **ඉතිරි ලකුණු ප්‍රමාණය ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම මත පදනම් වේ.**