



REET 2025

LEVEL-2



वंदन बैच

SCIENCE

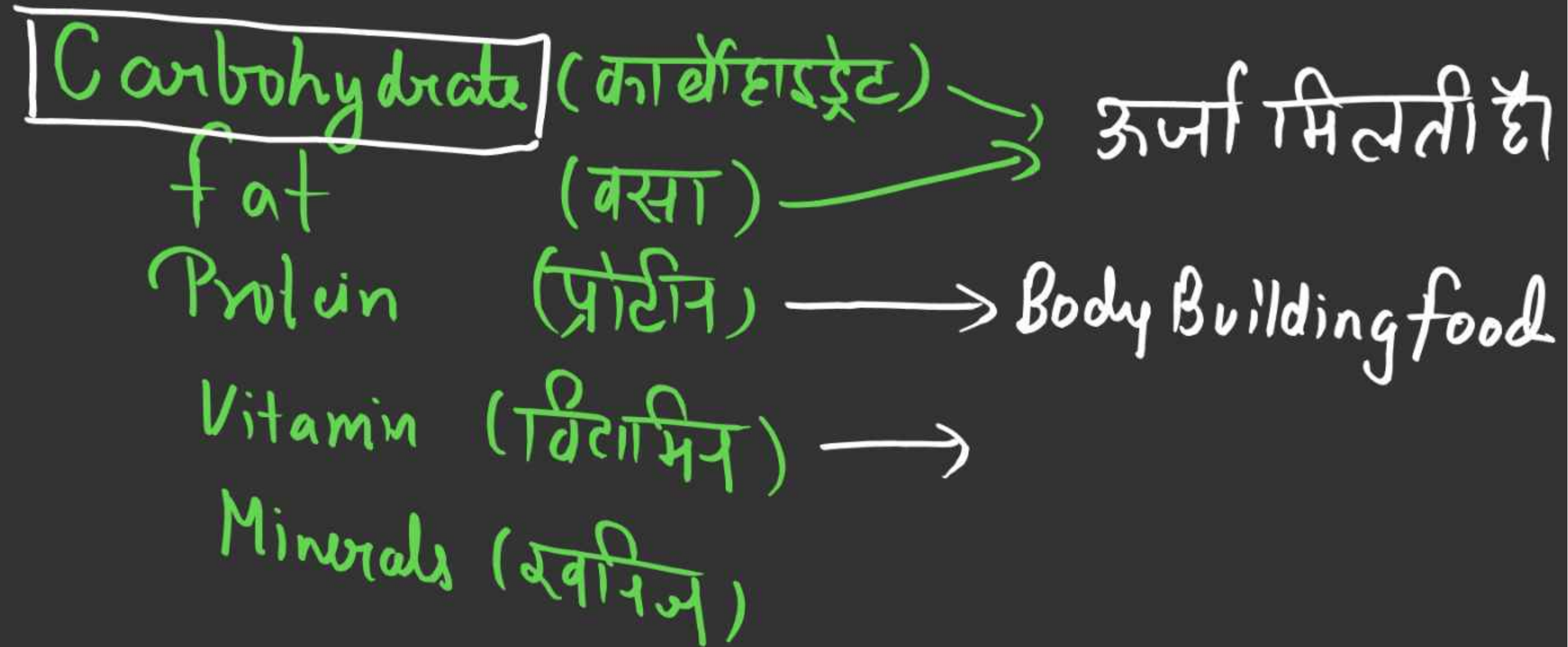
Nutrition in Animals

Part -2

LIVE

13-01-2025 07:00 PM





fat (वसा) → ऊर्जा प्रदान करते हैं।

- वसा कार्बोहाइड्रेट से ज्यादा ऊर्जा प्रदान करते हैं।
- लेकिन वसा युक्त भोजन को खाने से मोटापे (obesity) की समस्या पैदा होती है।

Fat Sources.

Plant sources.

- Mustard oil
- groundnut oil
- Almond oil
- Sunflower oil
- Coconut oil
- Soyabean oil
- TII

Animal source of fat

Ghee

Butter

Milk

cheese

egg

Meat.

Protein (प्रोटीन) → "Body Building Food"

↳ ऊर्जा प्रदान नहीं करते

↳ कई कोशिका बनाते हैं

↳ शरीर का वृद्धि एवं विकास करते हैं

घाव भरने के लिए भी प्रोटीन आवश्यक है

मांसपेशी → Actin & Myosin (एक्टिन एवं मायोसिन)
बाल एवं तारबुन → Keratin (किरेटिन)
हड्डियां → ओसीन (osseine)

Antibody → Protein

Enzyme → Protein
(एंजाइम)

Hormones → प्रोटीन

Sources of Protein:- Dal/Pulses, Soyabean, egg, milk, groundnut (मूँगफली), cheese, Paneer, nut & seeds, egg, fish, meat, chicken, chana, Butter



fish $\left\{ \begin{array}{l} \text{fat} \downarrow \\ \text{Protein} \uparrow \end{array} \right.$

Protein rich food,

Vitamins. (विटामिन)

ऊर्जा^x

Body Building factor

हमारे शरीर के proper functioning
के लिए विटामिन चाहिए

Deficiency disease

बीमारियों के बचाने के लिए विटामिन
की आवश्यकता

विटामिन

सूक्ष्म मात्रा
में चाहिए

→ eyes.

→ Bones

→ Teeth

→ Skin

→ Blood clotting.

Vitamin.

Regular dose



Fat Soluble Vitamin
(वसा घुलनशील विटामिन)

~~Water Soluble Vitamin~~
(जल में घुलनशील विटामिन)

Vit-A

Vit-D

Vit-E

Vit-K

Vit-B complex

Vit-C

Retinol
(रेटिनॉल)

Calciferol
(कैल्सीफेरॉल)

Tocopherol
(टोकोफेरॉल)

Phylloquinone
(फिल्लोक्विनोन)

(एस्कॉर्बिक
अम्ल)
Ascorbic
Acid

Vit - B complex.

Cyanocobalamin

सायनो-
कोबाला-
मीन

- B₁ → Thiamine (थायमीन)
- B₂ → Riboflavin (रीबोफ्लेविन)
- B₃ → (Niacin) (निपासिन)
- B₅ → Pantothenic Acid (पेन्टोथेनिक अम्ल)
- B₆ → Pyridoxine (पायरीडोक्सिन)
- B₇ → Biotin (बायोटिन)
- B₉ → folic Acid (फॉलिक अम्ल)
- B₁₂