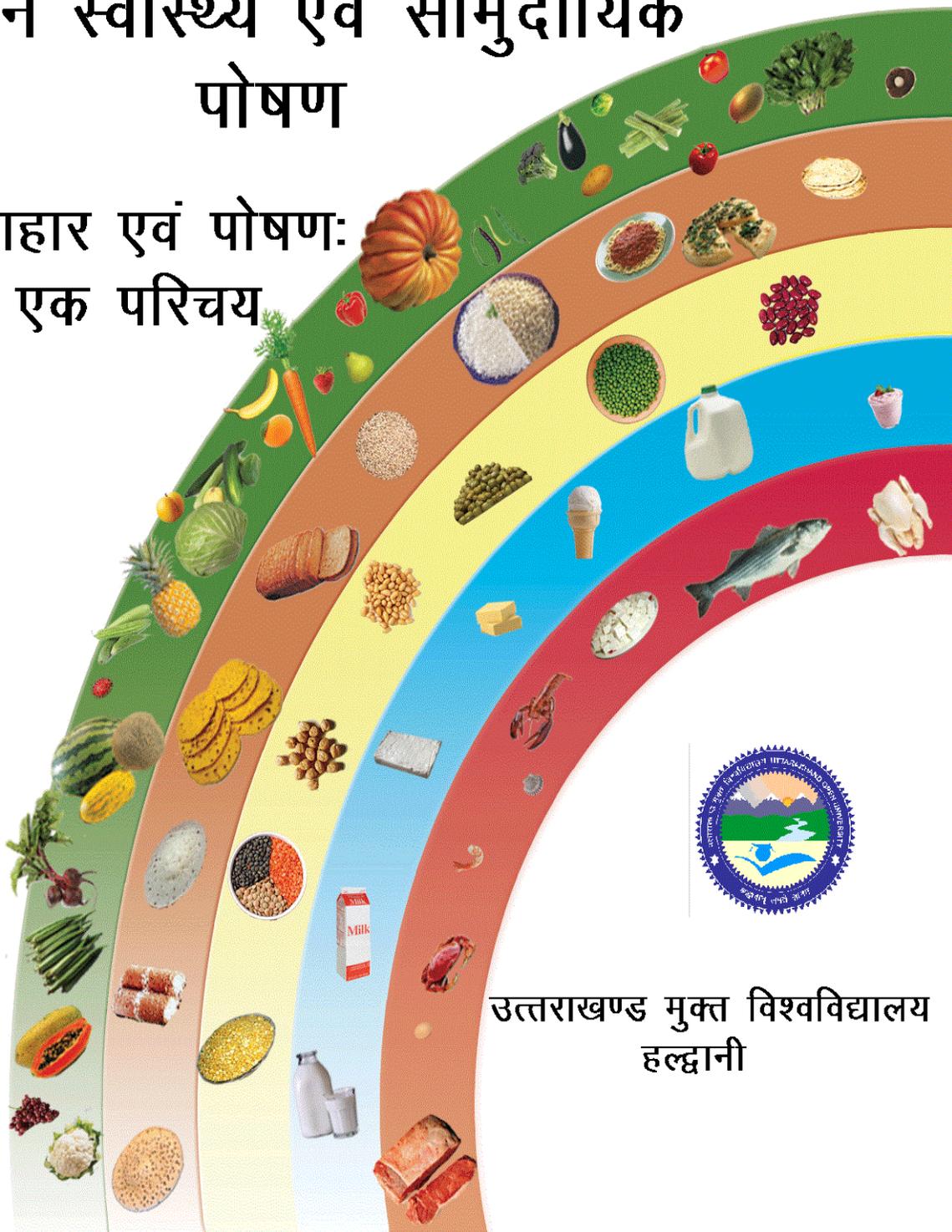


जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण

DPHCN- 01

आहार एवं पोषण:
एक परिचय



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण
**Diploma in Public Health and
Community Nutrition**



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
तीनपानी बाई पास रोड, ट्रांसपोर्ट नगर के पास, हल्द्वानी-263139
फोन नं. 05946- 261122, 261123
टोल फ्री नं. 18001804025
फैक्स नं. 05946-264232, ई-मेल: info@uou.ac.in
<http://uou.ac.in>

विशेषज्ञ समिति

प्रो० विनय कुमार पाठक
कुलपति
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी नैनीताल

प्रो० एन० पी० सिंह
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी नैनीताल

डॉ० रीता रघुवंशी
अधिष्ठात्री, गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डा० जी० एस० चौहान
पूर्व प्रो० एवं विभागाध्यक्ष
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डॉ० सरिता श्रीवास्तवा
प्रो० खाद्य एवं पोषण विभाग
गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

कार्यक्रम समन्वयक

डॉ० प्रीति बोरा एवं श्रीमती मोनिका द्विवेदी

इकाई लेखन	इकाई संख्या
सुश्री सृष्टि, पूर्व अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी	1,2
श्रीमती डिम्पल बगौली सहायक प्राध्यापक, गृह विज्ञान विभाग राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, डोईवाला, देहरादून	3,4,5

पाठ्यक्रम सम्पादन

प्रो० लीना भट्टाचार्या, वरिष्ठ अकादमिक परामर्शदाता
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, नैनीताल

चित्रांकन

डॉ० प्रीति बोरा एवं सुश्री सृष्टि

कुलसचिव उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से मुद्रित एवं प्रकाशित।

समस्त लेखों/पाठों से सम्बन्धित किसी भी विवाद के लिए लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद के लिए जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कॉपीराइट: उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

प्रकाशन वर्ष: 2016

संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

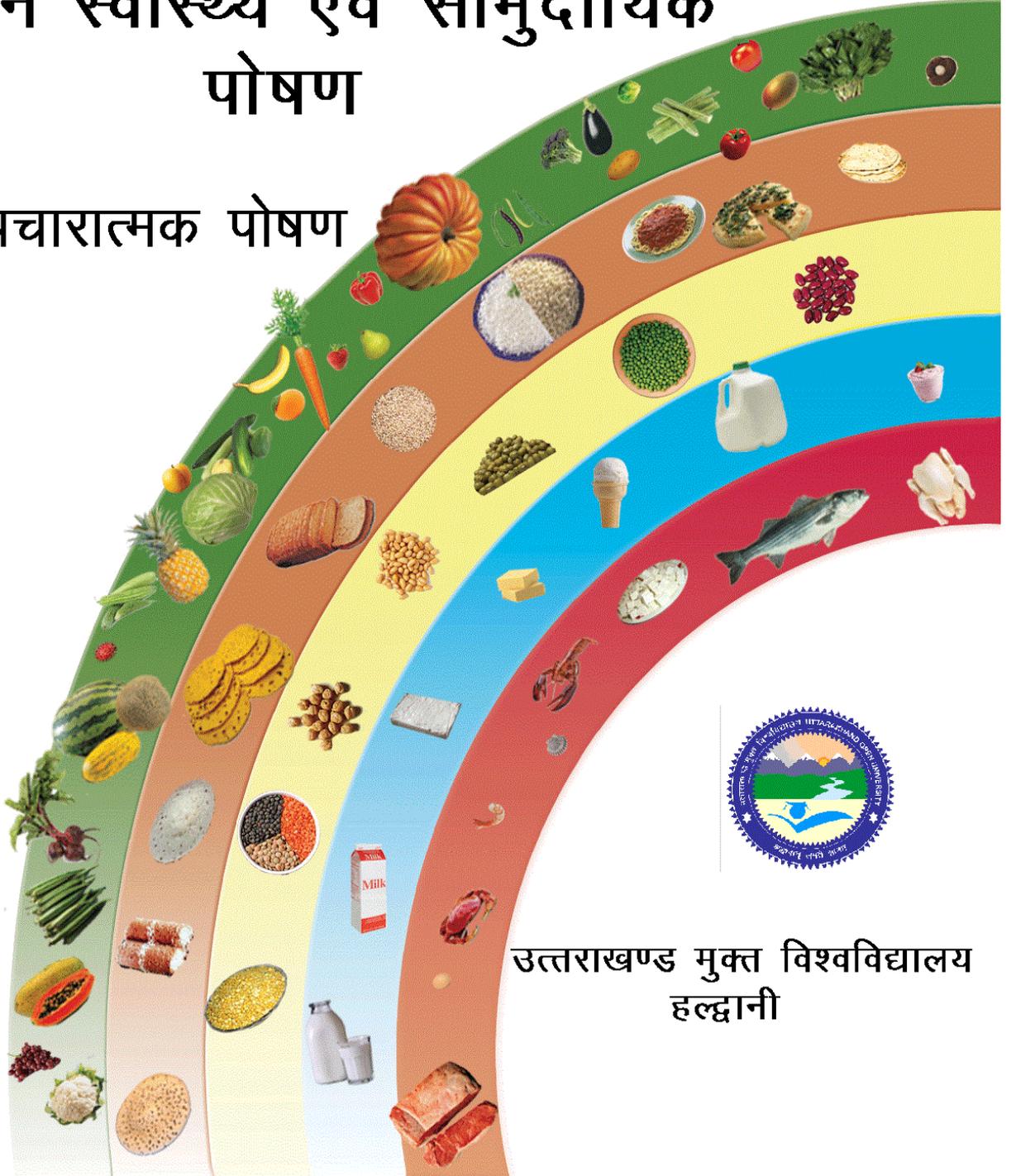
प्रकाशक: एम०पी०डी०डी०, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी- 263139 (नैनीताल)

DPHCN- 02

जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण

उपचारात्मक पोषण



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

विशेषज्ञ समिति

प्रो० विनय कुमार पाठक
कुलपति
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

प्रो० एन० पी० सिंह
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

डॉ० रीता रघुवंशी
अधिष्ठात्री, गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डा० जी० एस० चौहान
पूर्व प्रो० एवं विभागाध्यक्ष
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डॉ० सरिता श्रीवास्तवा
प्रो० खाद्य एवं पोषण विभाग
गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

कार्यक्रम समन्वयक

डॉ० प्रीति बोरा एवं श्रीमती मोनिका द्विवेदी

इकाई लेखन	इकाई संख्या
डॉ० प्रीति बोरा , अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय , हल्द्वानी	1,3
सुश्री सृष्टि , पूर्व अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय , हल्द्वानी	2

पाठ्यक्रम सम्पादन

प्रो० लीना भट्टाचार्या, वरिष्ठ अकादमिक परामर्शदाता
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, नैनीताल

चित्रांकन

डॉ० प्रीति बोरा एवं कु० सृष्टि

कुलसचिव, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से मुद्रित एवं प्रकाशित।

समस्त लेखों/पाठों से सम्बन्धित किसी भी विवाद के लिए लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद के लिए जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कॉपीराइट: उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

प्रकाशन वर्ष: 2016

संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

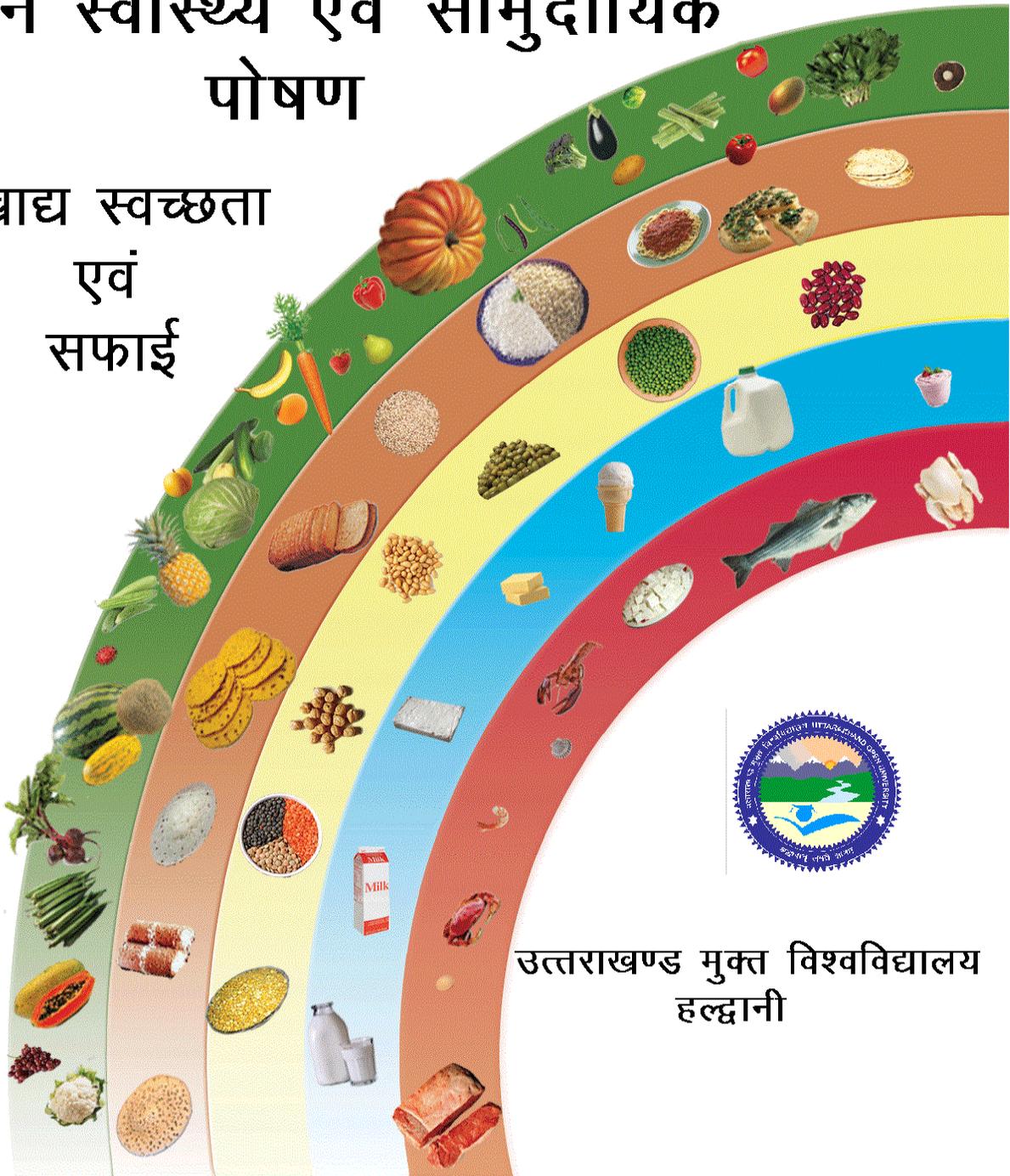
प्रकाशक: एम०पी०डी०डी०, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी- 263139 (नैनीताल)

जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण

DPHCN- 03

खाद्य स्वच्छता
एवं
सफाई



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

विशेषज्ञ समिति

प्रो० विनय कुमार पाठक
कुलपति
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी नैनीताल

प्रो० एन० पी० सिंह
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी नैनीताल

डॉ० रीता रघुवंशी
अधिष्ठात्री, गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डा० जी० एस० चौहान
पूर्व प्रो० एवं विभागाध्यक्ष
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डॉ० सरिता श्रीवास्तवा
प्रो० खाद्य एवं पोषण विभाग
गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

कार्यक्रम समन्वयक

डॉ० प्रीति बोरा एवं श्रीमती मोनिका द्विवेदी

इकाई लेखन	इकाई संख्या
श्रीमती डिम्पल बगौली सहायक प्राध्यापक, गृह विज्ञान विभाग राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, डोईवाला, देहरादून	1,2,3,6
सुश्री सृष्टि, पूर्व अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी	4,5

पाठ्यक्रम सम्पादन

प्रो० लीना भट्टाचार्या, वरिष्ठ अकादमिक परामर्शदाता
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, नैनीताल

चित्रांकन

डॉ० प्रीति बोरा एवं सुश्री सृष्टि

कुलसचिव उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से मुद्रित एवं प्रकाशित।

समस्त लेखों/पाठों से सम्बन्धित किसी भी विवाद के लिए लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद के लिए जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कॉपीराइट: उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

प्रकाशन वर्ष: 2016

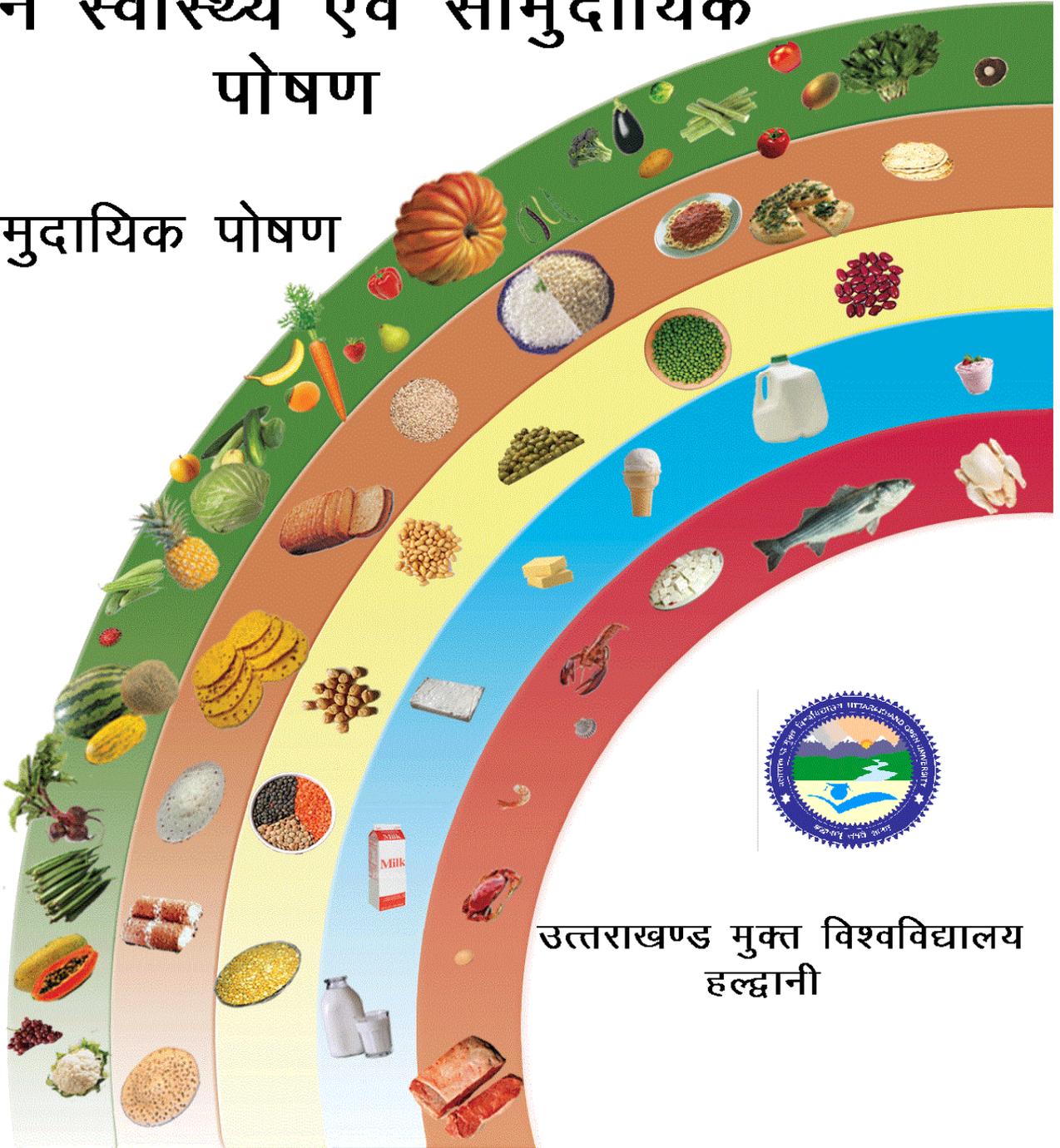
संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

प्रकाशक: एम०पी०डी०डी०, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी- 263139 (नैनीताल)

जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण

सामुदायिक पोषण



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

विशेषज्ञ समिति

प्रो० विनय कुमार पाठक
कुलपति
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी नैनीताल

प्रो० एन० पी० सिंह
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी नैनीताल

डॉ० रीता रघुवंशी
अधिष्ठात्री, गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डा० जी० एस० चौहान
पूर्व प्रो० एवं विभागाध्यक्ष
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डॉ० सरिता श्रीवास्तवा
प्रो० खाद्य एवं पोषण विभाग
गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

कार्यक्रम समन्वयक

डॉ० प्रीति बोरा एवं श्रीमती मोनिका द्विवेदी

इकाई लेखन	इकाई संख्या
डॉ० प्रीति बोरा , अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय , हल्द्वानी	1,2,3
सुश्री सृष्टि ,पूर्व अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय , हल्द्वानी	4

पाठ्यक्रम सम्पादन

प्रो० लीना भट्टाचार्या, वरिष्ठ अकादमिक परामर्शदाता
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, नैनीताल

चित्रांकन

सुश्री सृष्टि एवं डॉ० प्रीति बोरा

कुलसचिव उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से मुद्रित एवं प्रकाशित।

समस्त लेखों/पाठों से सम्बन्धित किसी भी विवाद के लिए लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद के लिए जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कॉपीराइट: उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

प्रकाशन वर्ष: 2016

संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

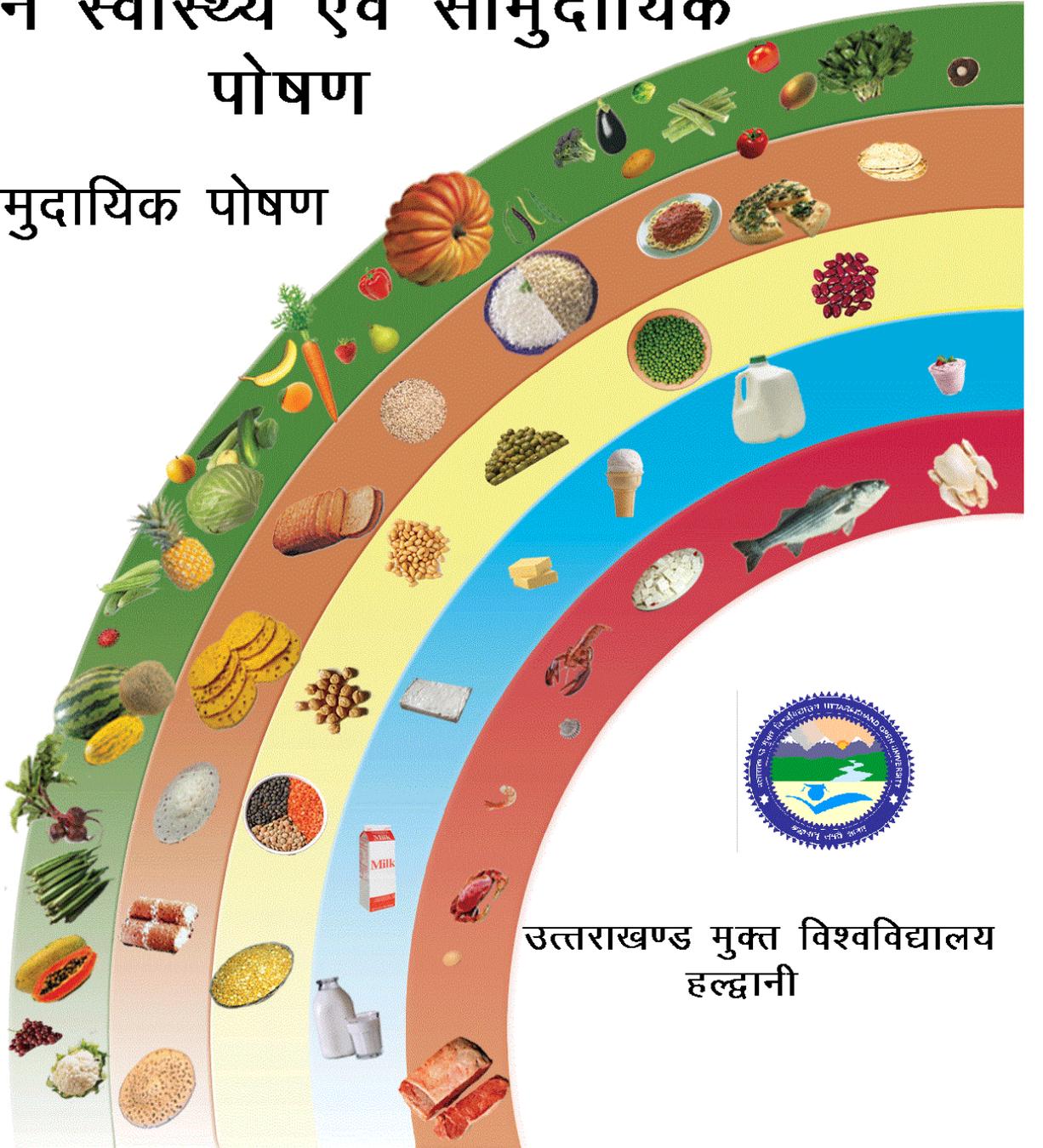
प्रकाशक: एम०पी०डी०डी०, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी- 263139 (नैनीताल)

DPHCN-05

जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण

सामुदायिक पोषण



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

विशेषज्ञ समिति

प्रो० विनय कुमार पाठक
कुलपति
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

प्रो० एन० पी० सिंह
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

डॉ० रीता रघुवंशी
अधिष्ठात्री, गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डा० जी० एस० चौहान
पूर्व प्रो० एवं विभागाध्यक्ष
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डॉ० सरिता श्रीवास्तवा
प्रो० खाद्य एवं पोषण विभाग
गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

कार्यक्रम समन्वयक

डॉ० प्रीति बोरा एवं श्रीमती मोनिका द्विवेदी

इकाई लेखन	इकाई संख्या
डॉ० निधि अग्रवाल, खाद्य एवं पोषण विभाग बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान	1
प्रो० शील शर्मा, खाद्य एवं पोषण विभाग बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान	2,3,4
डॉ० मोनिका जैन, खाद्य एवं पोषण विभाग बनस्थली विद्यापीठ, राजस्थान	5

पाठ्यक्रम सम्पादन

प्रो० लीना भट्टाचार्या, वरिष्ठ अकादमिक परामर्शदाता
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, नैनीताल

चित्रांकन

डॉ० प्रीति बोरा एवं कु० सृष्टि

कुलसचिव, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से मुद्रित एवं प्रकाशित।

समस्त लेखों/पाठों से सम्बन्धित किसी भी विवाद के लिए लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद के लिए जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कॉपीराइट: उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

प्रकाशन वर्ष: 2016

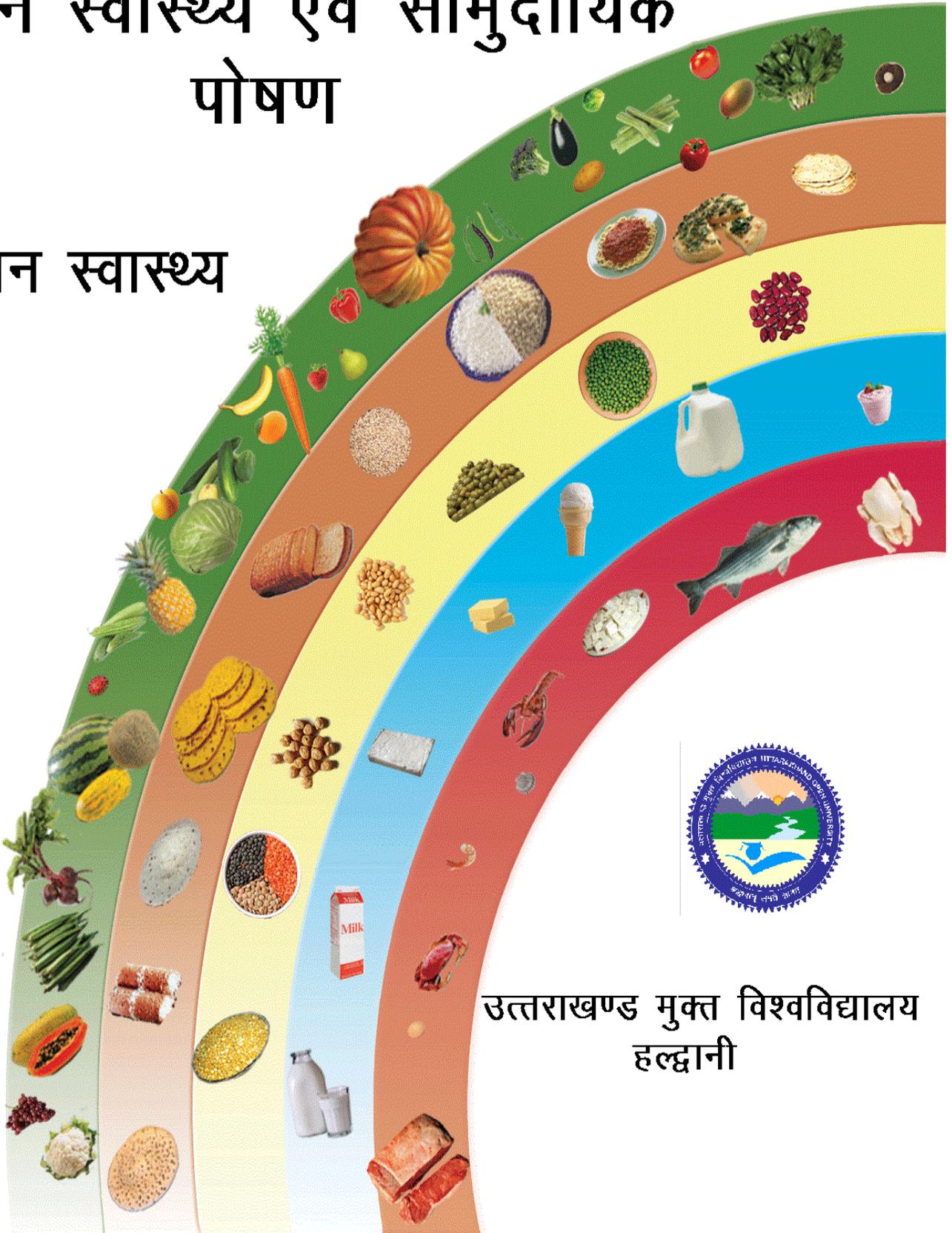
संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

प्रकाशक: एम०पी०डी०डी०, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी- 263139 (नैनीताल)

जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण

जन स्वास्थ्य



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

विशेषज्ञ समिति

प्रो० विनय कुमार पाठक
कुलपति
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

प्रो० एन० पी० सिंह
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

डॉ० रीता रघुवंशी
अधिष्ठात्री, गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डा० जी० एस० चौहान
पूर्व प्रो० एवं विभागाध्यक्ष
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डॉ० सरिता श्रीवास्तवा
प्रो० खाद्य एवं पोषण विभाग
गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कृ० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

कार्यक्रम समन्वयक

डॉ० प्रीति बोरा एवं श्रीमती मोनिका द्विवेदी

इकाई लेखन	इकाई संख्या
डॉ० प्रीति बोरा , अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी	1,2
सुश्री सृष्टि ,पूर्व अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय , हल्द्वानी	3,4

पाठ्यक्रम सम्पादन

प्रो० लीना भट्टाचार्या, वरिष्ठ अकादमिक परामर्शदाता
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, नैनीताल

चित्रांकन

डॉ० प्रीति बोरा

कुलसचिव, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से मुद्रित एवं प्रकाशित।

समस्त लेखों/पाठों से सम्बन्धित किसी भी विवाद के लिए लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद के लिए जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कॉपीराइट: उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

प्रकाशन वर्ष: 2016

संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

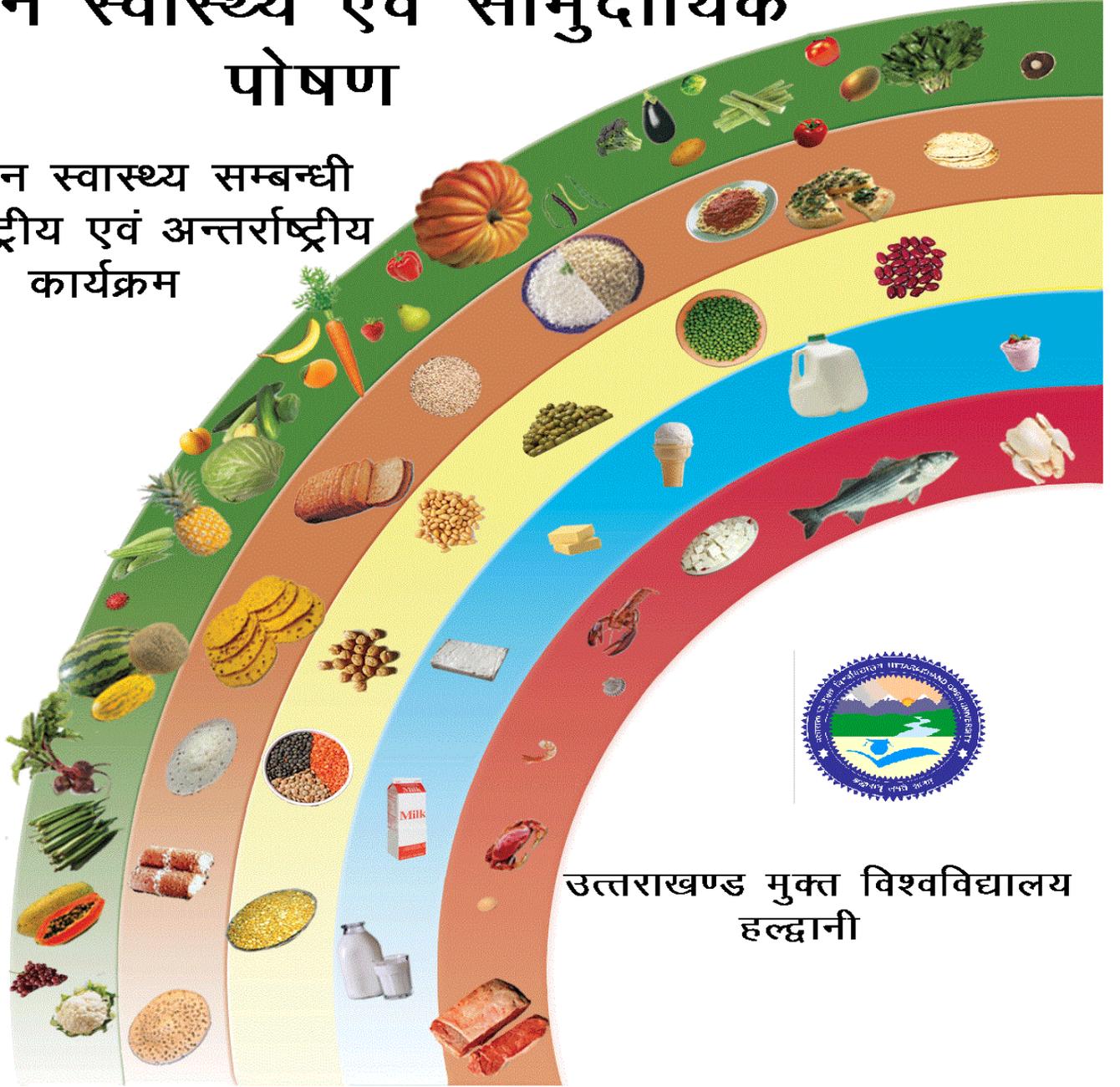
प्रकाशक: एम०पी०डी०डी०, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी- 263139 (नैनीताल)

DPHCN- 07

जन स्वास्थ्य एवं सामुदायिक पोषण

जन स्वास्थ्य सम्बन्धी
राष्ट्रीय एवं अन्तर्राष्ट्रीय
कार्यक्रम



उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी

विशेषज्ञ समिति

प्रो० विनय कुमार पाठक
कुलपति
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

प्रो० एन० पी० सिंह
निदेशक, स्वास्थ्य विज्ञान विद्याशाखा
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय
हल्द्वानी, नैनीताल

डॉ० रीता रघुवंशी
अधिष्ठात्री, गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कू० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डा० जी० एस० चौहान
पूर्व प्रो० एवं विभागाध्यक्ष
गो०ब०प०कू० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

डॉ० सरिता श्रीवास्तवा
प्रो० खाद्य एवं पोषण विभाग
गृह विज्ञान महाविद्यालय
गो०ब०प०कू० एवं प्रौ०वि०वि०
पन्तनगर विश्वविद्यालय

कार्यक्रम समन्वयक

डॉ० प्रीति बोरा एवं श्रीमती मोनिका द्विवेदी

इकाई लेखन	इकाई संख्या
श्रीमती डिम्पल बगौली सहायक प्राध्यापक, गृह विज्ञान विभाग राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, डोईवाला, देहरादून	1,3
सुश्री सृष्टि, पूर्व अकादमिक परामर्शदाता उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी	2

पाठ्यक्रम सम्पादन

प्रो० लीना भट्टाचार्या, वरिष्ठ अकादमिक परामर्शदाता
उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी, नैनीताल

चित्रांकन

डॉ० प्रीति बोरा

कुलसचिव, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय की ओर से मुद्रित एवं प्रकाशित।

समस्त लेखों/पाठों से सम्बन्धित किसी भी विवाद के लिए लेखक जिम्मेदार होगा। किसी भी विवाद के लिए जूरिसडिक्शन हल्द्वानी (नैनीताल) होगा।

कॉपीराइट: उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय

प्रकाशन वर्ष: 2016

संस्करण: सीमित वितरण हेतु पूर्व प्रकाशन प्रति

प्रकाशक: एम०पी०डी०डी०, उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी

उत्तराखण्ड मुक्त विश्वविद्यालय, हल्द्वानी- 263139 (नैनीताल)
