

Theory Paper

Part A Introduction			
Program: Diploma	Class:BHSc/BSc (Home Science)	Year: Second	Session: 2026-27
SUBJECT: FOOD AND NUTRITION			
1	CourseCode		
2	CourseTitle	Ayurveda and Nutrition	
3	Course Type (CoreCourse/Elective /GenericElective/Voc ational/)	DSC 1 - (B)	
4	Pre-requisite(ifany)	Open for all	
5	Course Learning outcomes(CLO)	The students will be able to: 1. Basic Principles of Ayurveda. 2. Learn the optimum health rules as per Ayurveda. 3. The effect of season on body and mind and change of diet as per Ayurveda. 4. Lifestyle tips as per Ayurveda..	
6	CreditValue	3	
7	TotalMarks	Max.Marks: 30+70	Min. PassingMarks:35


Dr. Shuchita Tiwari
Chairman BOS
B.H.Sc./B.Sc. Home Science

Part B-Content of the Course		
Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (in hours per week):L-T-P: 45 Hours		
Unit	Topics	No. of Hours
Unit 1	Ayurvedic Principles of food habits and factors determining quality of food • Ayurveda Diet and Nutrition • Ayurveda Lifestyle • Introduction to Components of Dinacharya • Physiological effect of Dinacharya Modules • Ayurveda and Modern concept of Immunity, Immunization	15
Keyword : Dinacharya, Ayurveda, Immunization, Immunity		
Activity:Create an Ayurvedic daily routine for yourself.		
Unit 2	Ayurvedic Diets • Introduction and Classification of Ritucharya • Ayurveda Ahara and Seasonal Diet • General concept and Importance of Diet according to the Seasons.	15
Keywords: Ritucharya		
Activity: Make a list of special dishes prepared in your family during different seasons.		
Unit 3	Food Combination as per Ayurveda • Ayurveda Food and Nutrition • Definition and importance of food in Ayurveda • Concept of Ahara in various classics • Concept of Pathya, Satmya and Hitaahara, Virudha Ahara	15
Keywords: Ahara, Pathya, Satmya and Hitaahara, Virudha Ahara		
Activity: Conduct a survey of 5 families and find out which foods are considered <i>pathya</i> (wholesome or suitable) and which are <i>apathya</i> (unwholesome or unsuitable) in their families.		

Part C-Learning Resources

TextBooks, ReferenceBooks, Other resources

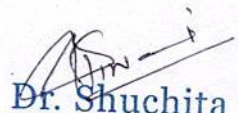
Suggested Readings:

1. Sushruta Samhita Author name : Maharisi Susruta, Edited : Kaviraja Ambikadutta Shastri , Chaukumba Sanskrit Samsthan, Varanasi.
2. Charaka samhita , Vidhyothini Hindi Commentary, Author Name : Agnivesha, Hindi Commentary by Kashinath Shastri & Dr Gorakha Nath Chaturvedi, Chaukhambha Bharati Academy
3. Charaka Samhita – Dalhana Commentary. samhita by Agnivesha, Revised by Charaka and Dridhabala, Edited : Vaidya jadavaji Trikamji Acharya, Satyabhamabai Panduranga, Bombay.
4. Astanga Hridayam , Author Name : Collated By late. Dr Anna Moreswara Kunte, Edited Bhisagacharya Harisastri Paraddkara vaidya, Chaukhamba Orientalia, Varanasi.
5. Astanga Samgraha, English Translation Text , Translated by Prof k R Srikantha Murthya, Chaukhamba Orientalia, Varanasi.
6. Bhava Prakasha of Bhav Mishra, Vidyotini, Sri Brahmasankara Misra and Sri Rupalalji Vaisya, Chaukhamba Sanskrit Bhavan, Varanasi.
7. Yogaratnakara with Vidyotini Hindi commentary , Author Name : Vaidya Lakshmiapati Sastri, Edited : Bhisagratna, Brahmasankara Sastri, Chaukumba Prakashana.
8. Research Methodology and Research, Author Name : Dr Sachin Sarpotdar, Dr Santosh Bhor, Editors: Prof Dr Subhash Ranade, Prof Dr R R Deshpande, AITBS Publishers, India, Delhi - 110051
9. Basic Methods of Medical Research, Author Name : A Indrayan, AITBS Publishers, India, Delhi -110051 7. Research Methodology Simplified, Author Name : Mahendra N Parikha, Avijit
10. Hazra, Joydev Mukherjee, Nithya Gogtay, Jaypee brothers medical publishers (p) ltd, New Delhi 8. Human physiology - D.C. Chatterji 9. Text book of physiology – Guyton 10. Digestion and metabolism – Dr. C. Dwarikanath 11. Essentials of medical physiology K – Shambulingam 12. Principles of anatomy and physiology – Tortora Grabowski 13. Food and Nutrition – Swaminathan
11. Rastogi S {2014} Ayurvedic Science of Food and Nutrition. ASIN: BOOHWMV094, Springer: ISBN-13:978-1461496274
12. Rastogi S (2010) Building bridges between Ayurveda and modern science. Int

J Ayurveda Res. 1(1):41-46.

13. FSSAI regulations on Ayurveda Aahar Regulations 2022. Gazette of India CG-DL-E-07052022-235642. New Delhi, Friday, May 6, 2022/ Vaisakha 16, 1944.
14. Frawley D (2012) Ayurvedic healing: A comprehensive guide. Lotus Press, India.
15. <https://iksindia.org/>: Indian Knowledge Systems
16. Charaka Samhita, Charaka (1998) In: Tripathi BN (ed) Sutra Stahan Maharashitiya Adhyay. Chaukhamba Orientelia, Varanasi.
17. Kapoor Kapil & Singh AK Indian Knowledge Systems Volume - 1. Indian Institute of Advanced Study Shimla. Published by DK Printworld (P) Ltd, N.Delhi. <https://www.lkouniv.ac.in>.

Part D-Assessment and Evaluation		
Suggested Continuous Evaluation Methods:		
Maximum Marks: 100		
Continuous Comprehensive Evaluation (CCE):30marks University Exam(UE): 70marks		
Internal Assessment: Continuous Comprehensive Evaluation(CCE):30	Class Test Assignment/Presentation	Total 30
External Assessment: University Exam Section: 70 Time:03.00Hours	Section(A): Objective Type Questions Section (B): Short Questions Section(C): Long Questions	Total 70
Any remarks/suggestions:		


Dr. Shuchita Tiwari
 Chairman BOS
 B.H.Sc./B.Sc. Home Science

Practical Paper

Part A Introduction			
Program: Diploma	Class: BHSc/BSc (Home Science)	Year: Second	Session: 2026-27
SUBJECT: FOOD AND NUTRITION			
1	CourseCode		
2	Course Title	Ayurveda and Nutrition	
3	Course Type (CoreCourse/Elective/Generic Elective/Vocational/)	DSC 1	
4	Pre-requisite(if any)	Open for all	
5	Course Learning outcomes(CLO)	The students will be able to: 1. Basic Principles of Ayurveda. 2. Learn the optimum health rules as per Ayurveda. 3. The effect of season on body and mind and change of diet as per Ayurveda 4. Lifestyle tips as per Ayurveda.	
6	Credit Value	1	
7	Total Marks	Max.Marks: 30+70	Min. Passing Marks: 35

Part B-Content of the Course		
Total No. of Lectures-Tutorials-Practical (2 hours per week): L-T-P: (15 x 2) 30Hours		
S.No.	Topics	No of hours
1	List type of Viruddha Ahaar	3
2	Dincharya for students • Dincharya for adult male • Dincharya for adult female	3
3	Food Chart Combinations – Right And Wrong	3
4	List of kitchen ingredients for • Preventive Health Care • Curative Health Care	3
5	Diet Preparation for Hemānta Ritu & Shishira Ritu	4
6	Diet Preparation for Vasanta Ritu	3
7	Diet Preparation for Grishma Ritu	3
8	Diet Preparation for Pravrut Ritu & Varsha Ritu	4
9	Diet Preparation for Sharad Ritu	4
Key Words : Viruddha Ahaar, Sharad Ritu, Grishma Ritu		


Dr. Shuchita Tiwari
Chairman BOS
B.H.Sc./B.Sc. Home Science

PartC-LearningResources	
TextBooks,ReferenceBooks,Other resources	
Suggested Readings:	
1. Sushruta Samhita Author name : Maharisi Susruta, Edited : Kaviraja Ambikadutta Shastri , Chaukumba Sanskrit Samsthan, Varanasi. 2. Charaka samhita , Vidhyothini Hindi Commentary, Author Name : Agnivesha, Hindi Commentary by Kashinath Shastri & Dr Gorakha Nath Chaturvedi, Chaukhambha Bharati Academy 3. Charaka Samhita – Dalhana Commentary. samhita by Agnivesha, Revised by Charaka and Dridhabala, Edited : Vaidya jadavaji Trikamji Acharya, Satyabhamabai Panduranga, Bombay. 4. Astanga Hridayam , Author Name : Collated By late. Dr Anna Moreshwara Kunte, Edited Bhisagacharya Harisastri Paraddkara vaidya, Chaukhamba Orientalia, Varanasi. 5. Astanga Samgraha, English Translation Text , Translated by Prof k R Srikantha Murthya, Chaukhamba Orientalia, Varanasi. 6. Bhava Prakasha of Bhav Mishra, Vidyotini, Sri Brahmasankara Misra and Sri Rupalalji Vaisya, Chaukhamba Sanskrit Bhavan, Varanasi. 7. Yogaratnakara with Vidyotini Hindi commentary , Author Name : Vaidya Lakshmipati Sastri, Edited : Bhisagratna, Brahmasankara Sastri, Chaukumba Prakashana. 8. Research Methodology and Research, Author Name : Dr Sachin Sarpotdar, Dr Santosh Bhor, Editors: Prof Dr Subhash Ranade, Prof Dr R R Deshpande, AITBS Publishers, India, Delhi - 110051 9. Basic Methods of Medical Research, Author Name : A Indrayan, AITBS Publishers, India, Delhi -110051 7. Research Methodology Simplified, Author Name : Mahendra N Parikha, Avijit 10. Hazra, Joydev Mukherjee, Nithya Gogtay, Jaypee brothers medical publishers (p) ltd, New Delhi 8. Human physiology - D.C. Chatterji 9. Text book of physiology – Guyton 10. Digestion and metabolism – Dr. C. Dwarikanath 11. Essentials of medical physiology K – Shambulingam 12. Principles of antomy and physioly – Tortora Grabowski 13. Food and Nutrition – Swaminathan 11. Rastogi S {2014} Ayurvedic Science of Food and Nutrition. ASIN: BOOHWMV094, Springer: ISBN-13:978-1461496274 12. Rastogi S (2010) Building bridges between Ayurveda and modern science. Int J Ayurveda Res. 1(1):41-46. 13. FSSAI regulations on Ayurveda Aahar Regulations 2022. Gazette of India CG-DL-E-07052022-235642. New Delhi, Friday, May 6, 2022/ Vaisakha 16, 1944. 14. Frawley D (2012) Ayurvedic healing: A comprehensive guide. Lotus Press, India. 15. https://iksindia.org/: Indian Knowledge Systems 16. Charaka Samhita, Charaka (1998) In: Tripathi BN (ed) Sutra Stahan Maharashitiya Adhyay. Chaukhamba Orientelia, Varanasi. 17. Kapoor Kapil & Singh AK Indian Knowledge Systems Volume - 1. Indian Institute of Advanced Study Shimla. Published by DK Printworld (P) Ltd, N.Delhi. https://www.lkouniv.ac.in.	

Part D-Assessment and Evaluation		
Suggested Continuous Evaluation Methods:		
Maximum Marks: 100		
Continuous Comprehensive Evaluation (CCE):30marks University Exam(UE): 70marks		
Internal Assessment:	Class Test	Total 30
Continuous Comprehensive Evaluation(CCE):30	Assignment/Presentation	
External Assessment:	Section(A): Objective Type Questions	Total 70
University Exam	Section (B): Short Questions	
Section: 70	Section(C): Long Questions	
Time:03.00Hours		
Any remarks/suggestions:		



Dr. Shuchita Tiwari
Chairman BOS
B.H.Sc./B.Sc. Home Science

सिद्धांत प्रश्नपत्र

भाग ए - परिचय			
कार्यक्रम : डिप्लोमा	कक्षा:बी.एच.एस.सी/बी.एस.सी(गृहविज्ञान)	वर्ष- द्वितीय	सत्र: 2026-27
विषय- आहार एवं पोषण			
1	पाठ्यक्रम कोड		
2	पाठ्यक्रम का शीर्षक	आयुर्वेद और पोषण	
3	पाठ्यक्रम प्रकार (मुख्य पाठ्यक्रम / वैकल्पिक / सामान्य वैकल्पिक / व्यावसायिक / मुख्य पाठ्यक्रम-II	DSE 1 - (B)	
4	पूर्वापेक्षित (यदि कोई हो)	सभी के लिए उपलब्ध	
5	पाठ्यक्रम अधिगम परिणाम (CLO)	छात्र सक्षम होंगे: 1. आयुर्वेद के मूल सिद्धांतों को समझना। 2. आयुर्वेद के अनुसार सर्वोत्तम स्वास्थ्य के नियमों को सीखना। 3. ऋतु के अनुसार शरीर और मन पर प्रभाव तथा आयुर्वेद के अनुसार आहार में परिवर्तन को समझना। 4. आयुर्वेद के अनुसार जीवनशैली संबंधी सुझावों को अपनाना।	
6	क्रेडिट मान	3	
7	कुल अंक	अधिकतम अंक: 30 + 70	न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 35

भाग बी - पाठ्यक्रम की विषयवस्तु		
कुल व्याख्यान-ट्यूटोरियल-प्रायोगिक (प्रति सप्ताह घंटों में): L-T-P: 45 घंटे		
इकाई	विषय	घंटों की संख्या
इकाई 1	आयुर्वेदिक भोजन आदतों के सिद्धांत और भोजन की गुणवत्ता निर्धारित करने वाले कारक 1. आयुर्वेदिक आहार और पोषण 2. आयुर्वेदिक जीवनशैली 3. दिनचर्या के घटकों का परिचय 4. दिनचर्या मॉड्यूलस का शरीर क्रियात्मक प्रभाव 5. आयुर्वेद और रोग प्रतिरोधक क्षमता (इम्युनिटी), टीकाकरण की आधुनिक अवधारणा	15
सार बिंदु :- दिनचर्या, आयुर्वेद, टीकाकरण, रोग प्रतिरोधक क्षमता		
गतिविधि: स्वयं के लिए आयुर्वेद सम्मत दिन चर्या का निर्माण कीजिए		
इकाई 2	आयुर्वेदिक आहार 1. ऋतुचर्या का परिचय और वर्गीकरण 2. आयुर्वेदिक आहार और मौसमी भोजन 3. ऋतुओं के अनुसार आहार की सामान्य अवधारणा और महत्व	15
सार बिंदु: ऋतुचर्या		
गतिविधि: आपके परिवार में विविध ऋतु में बनने वाले विशिष्ट व्यंजनों की सूची बनाइए I		
इकाई 3	आयुर्वेद के अनुसार भोजन संयोजन 1. आयुर्वेदिक भोजन और पोषण 2. आयुर्वेद में भोजन की परिभाषा और महत्व 3. विभिन्न ग्रंथों में आहार की अवधारणा 4. पथ्य, सात्म्य, हिताहार और विरुद्ध आहार की अवधारणा	15
सार बिंदु: पथ्य, सात्म्य, हिताहार, विरुद्ध आहार		
गतिविधि: 5 परिवारों का सर्वेक्षण कीजिए एवं यह जानिए कि उनके परिवार में कौन से पथ्य एवं कौन से अपथ्य आहार हैं I		


 डॉ. शुचिता तिवारी
 अध्यक्ष केन्द्रीय अध्ययन मंडल
 बी.एच.एससी./ बी.एससी. गृह विज्ञान

सुझित पठन सामग्री:

1. **सुश्रुत संहिता**— लेखक: महर्षि सुश्रुत, संपादक: कविराज अंबिकादत्त शास्त्री, चौखंबा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
2. **चरक संहिता**, विद्योतिनी हिंदी टिप्पणी सहित — लेखक: अग्निवेश, हिंदी टीका: काशीनाथ शास्त्री और डॉ. गोरखनाथ चतुर्वेदी, चौखंबा भारती एकेडमी।
3. **चरक संहिता**— दल्हन टीका सहित — संहिता: अग्निवेश, संशोधित: चरक एवं दृढबल, संपादक: वैद्य जादवजी त्रिकमजी आचार्य, सत्याभामाबाई पांडुरंग, बॉम्बे।
4. **अष्टांग हृदयम्**— संकलनकर्ता: डॉ. अन्ना मोरेश्वर कुंटे, संपादक: भिषगाचार्य हरिसास्त्री पराडकर वैद्य, चौखंबा ओरिएंटालिया, वाराणसी।
5. **अष्टांग संग्रह (अंग्रेजी अनुवाद)**— अनुवादक: प्रो. के. आर. श्रीकंठ मूर्त्य, चौखंबा ओरिएंटालिया, वाराणसी।
6. **भावप्रकाश**— लेखक: भावमिश्र, विद्योतिनी संस्करण: श्री ब्रह्मशंकर मिश्र और श्री रूपलालजी वैश्य, चौखंबा संस्कृत भवन, वाराणसी।
7. **योगरत्नाकर**(विद्योतिनी हिंदी टीका सहित) — लेखक: वैद्य लक्ष्मिपति शास्त्री, संपादक: भिषग्वर ब्रह्मशंकर शास्त्री, चौखंबा प्रकाशन।
8. **रस्तोगी एस. (2014)** — Ayurvedic Science of Food and Nutrition, Springer, ISBN-13: 978-1461496274।
9. **रस्तोगी एस. (2010)** — Building Bridges between Ayurveda and Modern Science, International Journal of Ayurveda Research, 1(1): 41–46।
10. **एफएसएसएआई नियमावली** — Ayurveda Aahar Regulations 2022, भारत का राजपत्र (CG-DL-E-07052022-235642), नई दिल्ली, 6 मई 2022 / वैशाख 16, 1944
11. **फ्रॉले डी. (2012)** — Ayurvedic Healing: A Comprehensive Guide, लोटस प्रेस, इंडिया
12. <https://iksindia.org/>— भारतीय ज्ञान प्रणाली (Indian Knowledge Systems)।
13. **चरक संहिता**— चरक (1998), सूत्र स्थान महाराष्ट्रिय अध्याय, संपादक: त्रिपाठी बी. एन., चौखंबा ओरिएंटालिया, वाराणसी।
14. **कपूर कपिल और सिंह ए. के.** — Indian Knowledge Systems Volume - 1, इंडियन इंस्टिट्यूट ऑफ एडवांस्ड स्टडी, शिमला, प्रकाशक: डी.के. प्रिंटवर्ल्ड (पी) लि., नई दिल्ली।
वेबसाइट: <https://www.lkouniv.ac.in>

डॉ. शुचिता तिवारी
अध्यक्ष केन्द्रीय अध्ययन मंडल
बी.एच.एससी./ बी.एससी. गृह विज्ञान

भाग D - मूल्यांकन और आकलन		
सुझाए गए सतत मूल्यांकन के तरीके: अधिकतम अंक: 100 सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE): 30 अंक विश्वविद्यालय परीक्षा (UE): 70 अंक		
आंतरिक मूल्यांकन: सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE): 30 अंक	कक्षा परीक्षा असाइनमेंट/प्रस्तुति	कुल - 30
बाह्य मूल्यांकन: विश्वविद्यालय परीक्षा अंक: 70 समय: 03.00 घंटे	खंड (A): वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न खंड (B): लघु उत्तर प्रकार के प्रश्न खंड (C): दीर्घ उत्तर प्रकार के प्रश्न	कुल - 70
कोई टिप्पणी/सुझाव:		


डॉ. शुचिता तिवारी
 अध्यक्ष केन्द्रीय अध्ययन मंडल
 बी.एच.एससी./ बी.एससी. गृह विज्ञान

प्रायोगिक प्रश्नपत्र

भाग ए - परिचय			
कार्यक्रम : डिप्लोमा	कक्षा: बी.एच.एस.सी/बी.एस.सी (गृहविज्ञान)	वर्ष: द्वितीय	सत्र: 2026-27
विषय: आहार एवं पोषण			
1	पाठ्यक्रमकोड		
2	पाठ्यक्रम का शीर्षक	आयुर्वेद और पोषण	
3	3 पाठ्यक्रम प्रकार (मुख्य पाठ्यक्रम / वैकल्पिक / सामान्य वैकल्पिक / व्यावसायिक /)मुख्य पाठ्यक्रम-II	DSC 1	
4	पूर्वापेक्षित (यदि कोई हो)	सभी के लिए उपलब्ध	
5	पाठ्यक्रम अधिगम परिणाम (CLO)	छात्र सक्षम होंगे: 1. आयुर्वेद के मूल सिद्धांतों को समझना। 2. आयुर्वेद के अनुसार सर्वोत्तम स्वास्थ्य के नियमों को सीखना। 3. ऋतु के अनुसार शरीर और मन पर प्रभाव तथा आयुर्वेद के अनुसार आहार में परिवर्तन को समझना। 4. आयुर्वेद के अनुसार जीवनशैली संबंधी सुझावों को अपनाना।	
6	क्रेडिट मान	1	
7	कुलअंक	अधिकतम अंक: 30 + 70	न्यूनतम उत्तीर्ण अंक: 35

भाग B - पाठ्यक्रम की विषय-वस्तु		
कुल व्याख्यान-ट्यूटोरियल-प्रायोगिक कक्षाएँ (प्रति सप्ताह 2 घंटे): L-T-P: (15 x 2) 30 घंटे		
क्रम संख्या	विषय	घंटों की संख्या
1	विरुद्ध आहार के प्रकारों की सूची	3
2	छात्रों के लिए दिनचर्या - वयस्क पुरुष के लिए दिनचर्या - वयस्क महिला के लिए दिनचर्या	3
3	भोजन चार्ट संयोजन – सही और गलत	3
4	- रोकथाम संबंधी स्वास्थ्य देखभाल के लिए रसोई सामग्री की सूची - उपचार संबंधी स्वास्थ्य देखभाल के लिए रसोई सामग्री की सूची	3
5	हेमंत ऋतु और शिशिर ऋतु के लिए आहार तैयारी	4
6	वसंत ऋतु के लिए आहार तैयारी	3
7	ग्रीष्म ऋतु के लिए आहार तैयारी	3
8	प्रवृत्त ऋतु और वर्षा ऋतु के लिए आहार तैयारी	4
9	शरद ऋतु के लिए आहार तैयारी	4
सार बिंदु : विरुद्ध आहार, शरद ऋतु, ग्रीष्म ऋतु		



डॉ. शुचिता तिवारी
अध्यक्ष केन्द्रीय अध्ययन मंडल
बी.एच.एससी./ बी.एससी. गृह विज्ञान

अधिगम संसाधन	
पाठ्यपुस्तकें, संदर्भ पुस्तकें, अन्य संसाधन	
सुझित पठन सामग्री:	
1. <u>सुश्रुत संहिता</u> — लेखक: महर्षि सुश्रुत, संपादक: कविराज अंबिकादत्त शास्त्री, चौखंबा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।	
2. <u>चरक संहिता</u> , विद्योतिनी हिंदी टिप्पणी सहित — लेखक: अग्निवेश, हिंदी टीका: काशीनाथ शास्त्री और डॉ. गोरखनाथ चतुर्वेदी, चौखंबा भारती एकेडमी।	
3. <u>चरक संहिता</u> — दल्हन टीका सहित — संहिता: अग्निवेश, संशोधित: चरक एवं दृढबल, संपादक: वैद्य जादवजी त्रिकमजी आचार्य, सत्याभामाबाई पांडुरंग, बॉम्बे।	
4. <u>अष्टांग हृदयम्</u> — संकलनकर्ता: डॉ. अन्ना मोरेश्वर कुंटे, संपादक: भिषगाचार्य हरिसास्त्री पराडकर वैद्य, चौखंबा ओरिएंटालिया, वाराणसी।	
5. <u>अष्टांग संग्रह (अंग्रेजी अनुवाद)</u> — अनुवादक: प्रो. के. आर. श्रीकंठ मूर्त्य, चौखंबा ओरिएंटालिया, वाराणसी।	
6. <u>भावप्रकाश</u> — लेखक: भावमिश्र, विद्योतिनी संस्करण: श्री ब्रह्मशंकर मिश्र और श्री रूपलालजी वैश्य, चौखंबा संस्कृत भवन, वाराणसी।	
7. <u>योगरत्नाकर</u> (विद्योतिनी हिंदी टीका सहित) — लेखक: वैद्य लक्ष्मिपति शास्त्री, संपादक: भिषग्रत्न ब्रह्मशंकर शास्त्री, चौखंबा प्रकाशन।	
8. <u>रस्तोगी एस. (2010) — Building Bridges between Ayurveda and Modern Science, International Journal of Ayurveda Research, 1(1): 41–46।</u>	
9. <u>एफएसएसएआई नियमावली — Ayurveda Aahar Regulations 2022</u> , भारत का राजपत्र (CG-DL-E-07052022-235642), नई दिल्ली, 6 मई 2022 / वैशाख 16, 1944	
10. <u>फ्रॉले डी. (2012) — Ayurvedic Healing: A Comprehensive Guide</u> , लोटस प्रेस, इंडिया	
11. <u>https://iksindia.org/</u> — भारतीय ज्ञान प्रणाली (Indian Knowledge Systems)।	
12. <u>चरक संहिता</u> — चरक (1998), <u>सूत्र स्थान महाराष्ट्रिय अध्याय</u> , संपादक: त्रिपाठी बी. एन., चौखंबा ओरिएंटालिया, वाराणसी।	
13. <u>कपूर कपिल और सिंह ए. के. — Indian Knowledge Systems Volume - 1</u> , इंडियन इंस्टिट्यूट ऑफ एडवांस्ड स्टडी, शिमला, प्रकाशक: डी.के. प्रिंटवर्ल्ड (पी) लि., नई दिल्ली। वेबसाइट: <u>https://www.lkouniv.ac.in/</u>	


डॉ. शुचिता तिवारी
 अध्यक्ष केन्द्रीय अध्ययन मंडल
 बी.एच.एससी./ बी.एससी. गृह विज्ञान

भाग D - मूल्यांकन और आकलन		
सुझाए गए सतत मूल्यांकन के तरीके: अधिकतम अंक: 100 सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE): 30 अंक विश्वविद्यालय परीक्षा (UE): 70 अंक		
आंतरिक मूल्यांकन: सतत व्यापक मूल्यांकन (CCE): 30 अंक	कक्षा परीक्षा असाइनमेंट/प्रस्तुति	कुल 30
बाह्य मूल्यांकन: विश्वविद्यालय परीक्षा अंक: 70 समय: 03.00 घंटे	खंड (A): वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न खंड (B): लघु उत्तर प्रकार के प्रश्न खंड (C): दीर्घ उत्तर प्रकार के प्रश्न	कुल 70
कोई टिप्पणी/सुझाव:		



डॉ. शुचिता तिवारी
अध्यक्ष केन्द्रीय अध्ययन मंडल
बी.एच.एससी./ बी.एससी. गृह विज्ञान