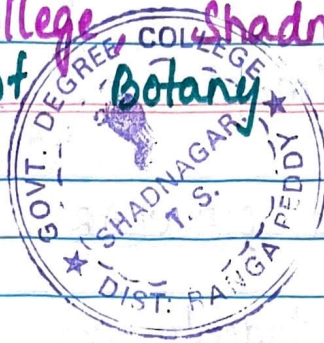


Govt. Degree College Shadnagar
Department of Botany

13



23.09.2019

To,

The Principal
Govt. Degree College
Shadnagar.

Respected Madam,


Sub: GDC Shadnagar - Dept. of Botany - seeking permission to conduct an exhibition and workshop on "Poshan Abhiyan" on 26th Sep. 2019 - req. - req.

It is to bring to your kind notice that Dept. of Botany is planning to conduct ~~a~~ workshop & exhibition of Poshan Abhiyan on 26th Sep. 2019 which will be helpful not only to our students but also for the students of nearby schools and colleges who is going to visit the exhibition.

Hence, I request you to kindly permit us to conduct the same.

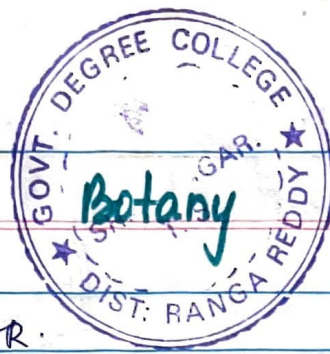
Thanking you

Yours sincerely


(Dr. T. Uttara Phalguni)

Permitted
thg

Department of Botany



23.9.19

CIRCULAR


All the students are hereby informed that we are going to conduct an ~~workshop~~ workshop on 'Poshan Abhiyan' on 26.9.19. In this regard charts explaining the importance of balanced diet, and also variety of foods rich in fibre, protein, vitamins, carbohydrates, fats and minerals are to be prepared.

There will be a food exhibition too.

For further instructions and any queries HOD of Botany i.e. Dr. T. Uttara Phalguni is to be consulted.

Students are advised to participate without fail

B.Sc I Yr 

II Yr 

III Yr 



Principal
GOVT. DEGREE COLLEGE
SHADNAGAR
Ranga Reddy Dist.




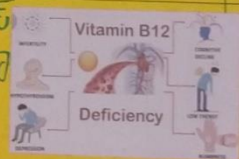
DEPARTMENT OF BOTANY

POSHAN ABHIYAN (2019-20)

Department of Botany has conducted a workshop on **Poshan Abhiyan** on 26th September, 2019. In this regard our students have prepared charts explaining the necessity of a balanced diet for a healthy body. We have also conducted a food exhibition. Variety of foods rich in fibre, protein, vitamins, carbohydrates, fats and minerals have been prepared by the students and food stalls were installed.

The students from schools and colleges from nearby like Tagore High School, Vignan Degree College, Vivekananda Degree College, Govt. Girls High School have visited the exhibition.



VITAMIN 'B' COMPLEX			
<p>విటమిన్ నియాసిన్ (B₃)</p>	<p>మాంసం, గుడ్లు, చేపలు నూనెగింజలు, కాలేమం, మాత్రపిండాలు</p>	<p>కలిగివ్యాధులు పల్లాగ్రా</p> 	<p>లక్షణాలు</p> <p>చర్మవ్యాధులు, బ్లౌండ్ లైన్స్, తగ్గిపోవడం, చర్మం పొడిగా ఉండటం</p>
<p>ఫోలేట్స్ (B₆)</p>	<p>త్రిణిధాన్యాలు, కూరగాయలు పాలు, మాంసం, చేపలు</p>	<p>అనోమియా</p>	<p>వాంతులు, మూర్ఛ</p>
<p>సయానోక్లోబాలమిన్ (B₁₂)</p> 	<p>కాలేమం, మాంసం, పాలు, గుడ్లు</p> 	<p>పెర్నిషియస్ అనోమియా</p> 	<p>నిస్సత్తవ, జీకరి-మందగించడం</p>

కాబోహైడ్రేట్లు

సంతులన ఆహారం :-

THE TRUTH ABOUT CARBOHYDRATES

1) ప్రోటీన్ లోపం వలన మెదullులలోని కార్బోహైడ్రేట్లను ఉపయోగించి శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తారు. ఇది మెదullులకు హానికరం.

2) మెదullులలోని 63-83% శక్తి కార్బోహైడ్రేట్ల నుండి వస్తుంది. ఇవి శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తాయి.

లోపాలు :- మెదullులలోని కార్బోహైడ్రేట్ల లోపం వలన కార్బోహైడ్రేట్లను ఉపయోగించి శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తారు. ఇది మెదullులకు హానికరం.

3) ప్రోటీన్ లోపం వలన మెదullులలోని కార్బోహైడ్రేట్లను ఉపయోగించి శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తారు. ఇది మెదullులకు హానికరం.

4) మెదullులలోని 63-83% శక్తి కార్బోహైడ్రేట్ల నుండి వస్తుంది. ఇవి శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తాయి.

5) లోపాలు :- మెదullులలోని కార్బోహైడ్రేట్ల లోపం వలన కార్బోహైడ్రేట్లను ఉపయోగించి శక్తిని ఉత్పత్తి చేస్తారు. ఇది మెదullులకు హానికరం.

ప్రాతీకృత కృత్రిమ విషాద మాంసాహార పదార్థాలు

కృత్రిమ మాంసం

→ కృత్రిమ మాంసం అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

→ కృత్రిమ మాంసం అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

చేపలు

→ చేపలు అనేది జంతువులలో ఒకటి. ఇవి నీటిలో జీవించే జంతువులు. ఇవి మాంసాహార పదార్థాలు.

→ చేపలు అనేది జంతువులలో ఒకటి. ఇవి నీటిలో జీవించే జంతువులు. ఇవి మాంసాహార పదార్థాలు.

పక్షి

→ పక్షి అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

→ పక్షి అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

మేక

→ మేక అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

→ మేక అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం

→ ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

→ ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

Greens శాక

→ ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం అంటే ఏదైనా జంతువును తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు. ఇది జంతువులను తినడానికి అనుకూలంగా చేసే ప్రక్రియను అంటారు.

10 Differences between Kwashiorkor and Marasmus

www.majorifferences.com

Comparison Table	Kwashiorkor	Marasmus
Development	It develops in children who have diets low in protein.	It is due to deficiency of proteins and calories.
Age	It occurs in children between 1 and 4 years of age.	It is common in infants under 1 year of age.
Subcutaneous fat	Subcutaneous fat is preserved.	Subcutaneous fat is not preserved.
Edema	Edema is present.	Edema is absent.
Energy	Energy falls down.	Not very low.
Risk	Risk are not very prominent.	Risk become very prominent.
Lesions	None	Alone and multiple.
Recovery	Recovery is possible.	Recovery is difficult.
Protein	The protein suffering from Kwashiorkor needs adequate amounts of protein.	The person suffering from Marasmus needs adequate amount of protein, fat and carbohydrates.

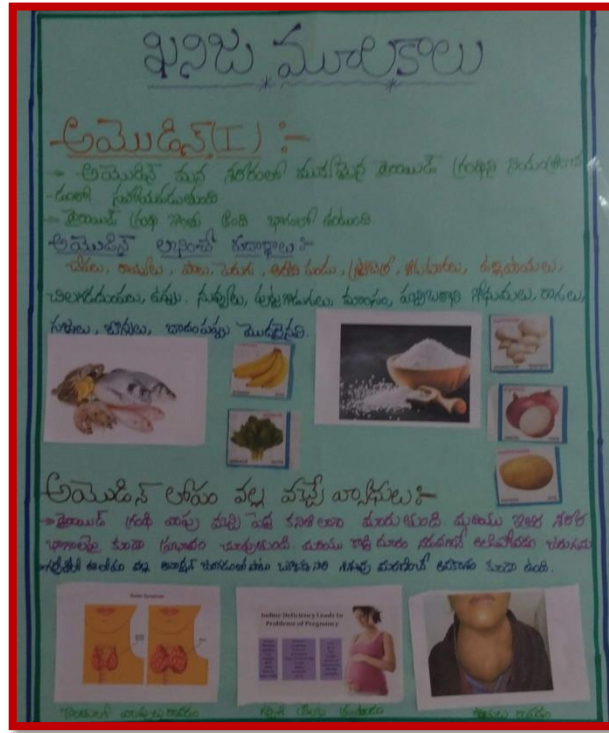
Kwashiorkor vs Marasmus

కాబోహైడ్రేట్ల సూచనలు, క్రొచ్చులు

- సూచనలు, క్రొచ్చులు సంతులన ఆహారం

- కాబోహైడ్రేట్ల సూచనలు, క్రొచ్చులు

పాటోకాల్షియం, క్రొచ్చులు, గామీ



Students explaining to the students who visited the minerals and nutrients present in the fruits.



Students explaining the school students who visited the importance of minerals in our diet.



Students explaining to the girl students why iron rich food is more essential for a growing girl child.



వినయ విధానం



[Signature]
PRINCIPAL
Govt. Degree College
Shadnagar,
Ranga Reddy n.