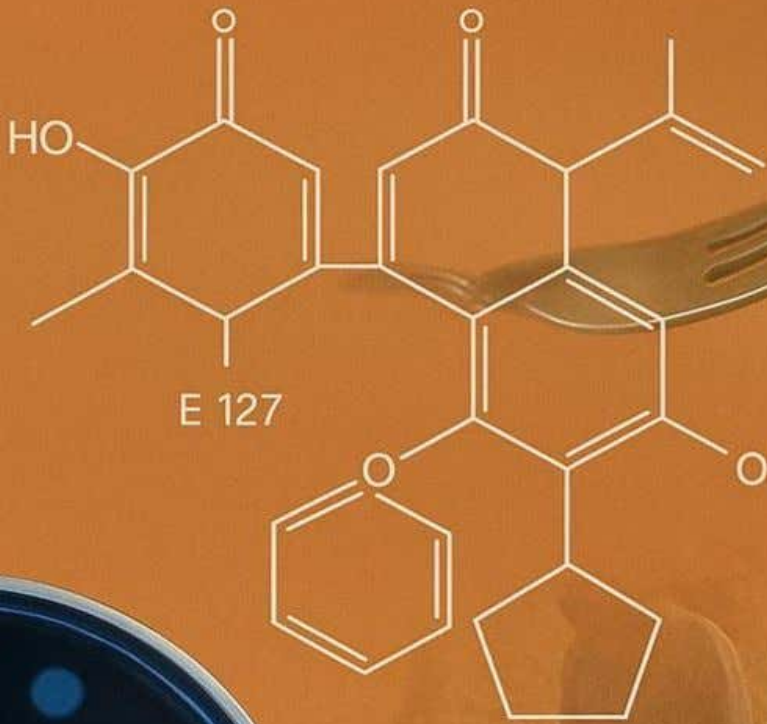


MPPSC

खाद्य सुरक्षा अधिकारी (FSO) परीक्षा



**सर्वश्रेष्ठ
अभ्यास-श्रृंखला**

सत्यमेव जयते इंस्टीट्यूट इंदौर

SATYAMEV JAYATE INSTITUTE

MPPSC FSO TEST SERIES

ONLINE / OFFLINE

क्र.	टेस्ट का नाम	दिनांक	दिन	यूनिट / विषय	टॉपिक/पार्ट /यूनिट/ रिवीजन/ FLT	सिलेबस
1	टेस्ट 1	10-07-2025	Thursday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 1	भाग 1	- भोजन और उसके संरक्षण का इतिहास। - पारंपरिक भोजन और उनका महत्व। खाद्य फोर्टीफिकेशन की भूमिका, भारत में उचित भोजन की चुनौतियों के पहलू, मध्य प्रदेश के आदिवासी भोजन। - खाद्य घटक कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, विटामिन, खनिज, एंजाइम, रासायनिक संरचना, वर्गीकरण और कार्य।
2	टेस्ट 2	14-07-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 1	भाग 2	- मेटाबोलिक मार्ग, पाचन और अवशोषण; कार्बोहाइड्रेट, लिपिड, प्रोटीन, विटामिन, फाइबर और खनिज। - भोजन के गुण; भौतिक, अम्ल, क्षार और बफर, रसायन, कोलाइड।
3	टेस्ट 3	18-07-2025	Friday	MP विशेष यूनिट 1	भाग 1	- मध्यप्रदेश का प्राचीन इतिहास- प्रागैतिहासिक काल, आद्यऐतिहासिक काल, ऐतिहासिक काल। - मध्यप्रदेश का मध्यकालीन इतिहास।
4	टेस्ट 4	22-07-2025	Tuesday	MP विशेष यूनिट 1	भाग 2	- मध्यप्रदेश का आधुनिक इतिहास। - मध्यप्रदेश में स्वतंत्रता आंदोलन। - मध्यप्रदेश का जनजातीय इतिहास एवं जनजातीय साहित्य।
5	टेस्ट 5	26-07-2025	Saturday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 2	भाग 1	- सूक्ष्मजीवों की सामान्य विशेषताएँ: वर्गीकरण, आकृति विज्ञान, शरीर क्रिया विज्ञान, विकास, पोषण और प्रजनन; माइक्रोबियल वृद्धि। - खाद्य विषाक्तता और खाद्य जनित रोग, खाद्य विषाक्त पदार्थ। सूक्ष्म जीवों का पता लगाने में तीव्र विधियाँ। - खाद्य किण्वनय: किण्वित खाद्य उत्पाद और पेय पदार्थ।

6	टेस्ट 6	30-07-2025	Wednesday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 2	भाग 2	- विशिष्ट खाद्य समूहों (दूध और दूध उत्पाद, मांस, पोल्ट्री, मछली, अनाज, दालें, तेल, फल, सब्जियां, डिब्बाबंद खाद्य उत्पाद) का भोजन पदार्थों का खराब होना। - माइक्रोबियल तकनीकी; सूक्ष्मजीवों के प्रकार, उनकी आकृति विज्ञान, कल्चर और मीडिया की तैयारी, एस.पी.सी, टी.पी.सी।
7	टेस्ट 7	04-08-2025	Monday	MP विशेष यूनिट 2	भाग 1	- राज्य की भौगोलिक स्थिति तथा विस्तार, प्रमुख नदियों, पर्वत। - जलवायु: मौसम, मिट्टियाँ, तापमान, वर्षा, वनों के प्रकार, और वनोपज।
8	टेस्ट 8	13-08-2025	Wednesday	MP विशेष यूनिट 2	भाग 2	- कृषि: प्रमुख फसलें, सिंचाई के स्रोत सिंचाई परियोजनाएँ। - ताप विद्युत परियोजनाएँ, गैर पारंपरिक ऊर्जा स्रोत प्रमुख खनिज। - जनसंख्या का आकार, वृद्धि और साक्षरता, यातायात, खाद्य प्रसंस्करण उद्योग।
9	टेस्ट 9	18-08-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 3	भाग 1	- खाद्य और पोषण; इसके कार्य, वर्गीकरण और स्रोत। - संतुलित आहार, अनुशंसित आहार भत्ते (आर.डी.ए.), बेसल ऊर्जा वयापचय: (बी.वी., एन.पी.यू. बी.एम.आर., पी.ई.आर., बीएम.आई.) गणना।
10	टेस्ट 10	22-08-2025	Friday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 3	भाग 2	- मानव पोषण स्थिति का आंकलन करने की तकनीकें, कुपोषण के कारण और निवारण। - भारत में पोषण और स्वास्थ्य कार्यक्रम (एम.डी.एम.पी., आई.सी.डी.एस., राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा मिशन)। - मैक्रो एवं सूक्ष्म पोषक तत्वों की कमी से होने वाले रोग एवं उनकी रोकथाम।
11	टेस्ट 11	25-08-2025	Monday	MP विशेष यूनिट 3	भाग 1	- राज्यपाल, मुख्यमंत्री, मंत्रीमंडल, विधानसभा, उच्च न्यायालय, लोकायुक्त। - राज्य सचिवालय, मुख्य सचिव, संभागायुक्त, पुलिस कमिश्नर। - जिला प्रशासन, नगरीय प्रशासन, स्थानीय स्वशासन, पंचायती राज संस्थाएँ।
12	टेस्ट 12	28-08-2025	Thursday	MP विशेष यूनिट 3	भाग 2	राज्य चुनाव आयोग, राज्य सूचना आयोग, राज्य अनुसूचित जाति आयोग, राज्य अनुसूचित जनजाति आयोग, राज्य पिछड़ा वर्ग आयोग,

						राज्य महिला आयोग। ● अनुसूचित जाति एवं अनुसूचित जनजाति अत्याचार निरोधक अधिनियम, 1989; पंचायत अनुसूचित क्षेत्रों तक विस्तार (पेसा) अधिनियम, 1996; पर्यावरण संरक्षण अधिनियम, 1986; मध्यप्रदेश गौवंश वध प्रतिषेध अधिनियम, 2004।
13	टेस्ट 13	01-09-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 4	भाग 1	● खाद्य संरक्षण, सिद्धांत और इसकी विधियाँ। ● थर्मल और गैर-थर्मल खाद्य संरक्षण प्रौद्योगिकी। ● भोजन भंडार; भंडारण संरचनाएं, प्रचलित विधि, पर्यावरण और संग्रहीत उत्पाद के साथ इसकी अंतःक्रिया।
14	टेस्ट 14	04-09-2025	Thursday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 4	भाग 2	● खाद्य पैकेजिंग: खाद्य पैकेजिंग की अवधारणा, पैकेजिंग के प्रकार, पैकेजिंग कानून और विनियम, खाद्य पैकेजिंग सामग्री का मूल्यांकन, पैकेज्ड वस्तुओं के नियम। ● खाद्य पैकेजिंग और नव विकास के लिए नवीन प्रौद्योगिकियाँ।
15	टेस्ट 15	08-09-2025	Monday	MP विशेष यूनिट 4	भाग 1	● मध्यप्रदेश की अर्थव्यवस्था का अवलोकन। ● मध्यप्रदेश में कृषि एवम् ग्रामीण विकास की स्थिति। ● मध्यप्रदेश में औद्योगिक एवम् आधारभूत ढाँचे की संरचना का विकास। ● मध्यप्रदेश में शिक्षा, स्वास्थ्य एवं कौशल विकास की स्थिति। ● सतत विकास लक्ष्य, व्यवसायिक सुगमता एवम् बहुआयामी गरीबी सूचकांक में मध्यप्रदेश की स्थिति।
16	टेस्ट 16	11-09-2025	Thursday	MP विशेष यूनिट 4	भाग 2	● मध्यप्रदेश में जनजातियों का भौगोलिक विस्तार, जनजातियों से संबंधित संवैधानिक प्रावधान। ● मध्यप्रदेश की प्रमुख जनजातियों एवं विशेष पिछड़ी जनजातियाँ, जनजातियों के कल्याण के लिए योजनाएँ। ● मध्यप्रदेश की जनजातीय संस्कृति: परम्पराएँ, विशिष्ट कलाएँ, त्यौहार, उत्सव, भाषा, बोली एवं साहित्य। ● मध्यप्रदेश की जनजातियों का भारत के स्वतंत्रता आंदोलन में योगदान एवं राज्य के प्रमुख जनजातीय व्यक्तित्व। मध्यप्रदेश में

						जनजातियों से संबंधित प्रमुख संस्थान, संग्रहालय, प्रकाशन आदि। ● मध्यप्रदेश की लोक संस्कृति एवं लोक साहित्य।
17	टेस्ट 17	15-09-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 5	भाग 1	● भारत में कृषि की स्थिति, पारंपरिक और आधुनिक कृषि प्रणालियों के प्रकार। खेती प्रणाली के घटक, खेती-आधारित आजीविका प्रणाली फसलें और फसल प्रणाली। ● पशुधन: डेयरी, सुअर पालन, बकरी पालन, कुक्कुट पालन, बत्तख पालन प्रणाली। ● बागवानी फसलें, कृषि वानिकी प्रणाली, जलकृषि, बत्तख/कुक्कुट-सह-मछली, डेयरी-सह-मछली, सुअर पालन-सह-मछली।
18	टेस्ट 18	18-09-2025	Thursday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 5	भाग 2	● किसानों के लिए आजीविका घटकों के रूप में मूल्य श्रृंखला और माध्यमिक उद्यमों सहित छोटे, मध्यम और बड़े उद्यम। ● नाबार्ड, आईसीएआर (कृषि विश्वविद्यालय और के.वी.के.) द्वारा व्यावसायिक खेती-आधारित आजीविका मॉडल। ● खेती-आधारित आजीविका के अवसरों को बढ़ावा देने में शामिल केंद्र और राज्य सरकार, सार्वजनिक और निजी संगठनों की योजनाएं और कार्यक्रम।
19	टेस्ट 19 Revision Test 1	22-09-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 1-5	Revisit	1-5 UNIT REVISION TEST
20	टेस्ट 19	25-09-2025	Thursday	MP विशेष यूनिट 5	भाग 1	● महत्वपूर्ण अंतर्राष्ट्रीय एवं राष्ट्रीय समसामयिक घटनाएँ। ● मध्यप्रदेश की महत्वपूर्ण समसामयिक घटनाएँ एवं प्रमुख जनकल्याणकारी योजनाएँ। ● मध्यप्रदेश के चर्चित व्यक्तित्व एवं महत्वपूर्ण स्थान।
21	टेस्ट 20	27-09-2025	Saturday	MP विशेष यूनिट 5	भाग 2	● कंप्यूटर, सूचना एवं संचार प्रौद्योगिकी, ई-गवर्नेंस। ● आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई), मशीन लर्निंग, क्लाउड कंप्यूटिंग, डेटा साइंस और इंटरनेट ऑफ थिंग्स का आधारभूत ज्ञान।
22	टेस्ट 21	29-09-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 6	भाग 1	● खाद्य सुरक्षा: परिभाषा, भूमिका, महत्व, मानक और प्रभावित करने वाले कारक। ● खतरे और जोखिम; खतरों के प्रकार भौतिक,

						रासायनिक, जैविक खतरों खतरों का प्रबंधन। ● खाद्य सेवा प्रतिष्ठानों में स्वच्छता एवं साफ-सफाई; परिवय, संदूषण के स्रोत और उनका नियंत्रण। अपशिष्ट निपटान। कीट और कृतक नियंत्रण, कार्मिक स्वच्छता।
23	टेस्ट 22	01-10-2025	Wednesday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 6	भाग 2	● खाद्य सुरक्षा प्रबंधन, की बुनियादी अवधारणाए, पी.आर.पी., जी.एच.पी., जी.एम.पी., एस.एस.ओ.पी. शा. एच.ए.सी.सी.पी., आई.एस.ओ सीरीज, टी. क्यू.एम.। ● एफ.एस.एम.एस. 22000, आई.एस.ओ. 22000; 2005, वैश्विक खाद्य सुरक्षा प्रबंधन प्रणाली।
24	टेस्ट 23	03-10-2025	Friday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 7	भाग 1	● मध्य प्रदेश की कृषि एवं पशुधन की प्रमुख विशेषता। ● फसल उत्पादन; अनाज, दालें, तिलहन और मिलेट्स; बागवानी फसल उत्पादन; सब्जी, फल, फूल। ● मसाले; हल्दी, अदरक, धनिया, जीरा, मेथी, अजवाइन और सौंफ।
25	टेस्ट 24	06-10-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 7	भाग 2	● पशुपालन; पशुधन उत्पादन, बकरी पालन, कुक्कुट पालन, बतख पालन, मत्स्य पालन, जल कृषि, मधुमक्खी पालन, कृषि वानिकी प्रणाली, स्थिरता की अवधारणा। ● कटाई उपरांत प्रबंधन, ऊर्जा प्रबंधन, जल संरक्षण एवं प्रबंधन, मृदा स्वास्थ्य, फसल प्रबंधन, कीट प्रबंधन।
26	टेस्ट 25	08-10-2025	Wednesday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 8	भाग 1	● मांस का संघटन; मांस के प्रकार, बूटड़खाना, कोमलीकरण और इलाज। ● मछली और कुक्कुट प्रसंस्करण। ● अंडे की भौतिक, रासायनिक, पोषण संबंधी और कार्यात्मक विशेषताएं। अंडा एवं अंडा उत्पादों का प्रसंस्करण।
27	टेस्ट 26	10-10-2025	Friday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 8	भाग 2	● दूध और उनके विभिन्न प्रसंस्कृत उत्पादों की संघटन और गुण (सांद्रित और सूखे, किण्वित, क्रीम, आइसक्रीम, मक्खन, पनीर)। ● दूध में मिलावट और उसका आंकलन।
28	टेस्ट 27	13-10-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 9	भाग 1	● गैर-थर्मल प्रौद्योगिकियों (माइक्रो निस्पंदन, उच्च दबाव प्रसंस्करण, अल्ट्रा निस्पंदन, रिवर्स ऑस्मोसिस), अल्ट्रा-उच्च वोल्टेज विद्युत क्षेत्र, शीत प्लाज्मा का उपयोग।

						● न्यूट्रास्यूटिकल्स और कार्यात्मक खाद्य पदार्थ, जंक फूड। ● खाद्य संरक्षण की विधि: थर्मल प्रसंस्करण, पाश्चरीकरण, सांद्रण, डिब्बाबंदी, निर्जलीकरण, हिमीकरण, किण्वन, विकिरण और खाद्य योजना।
29	टेस्ट 28	15-10-2025	Wednesday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 9	भाग 2	● एसेप्टिक प्रिजरवेशन, हर्डल टेक्नालॉजी, हाइड्रोस्टैटिक प्रेशर टेक्नालॉजी, माइक्रोवेव प्रोसेसिंग। ● खाद्य प्रसंस्करण में नवीन थर्मल टेक्नालॉजी (ओमिक हीटिंग, डाइइलेक्ट्रिक हीटिंग, इन्फ्रारेड और इंडक्शन हीटिंग)।
30	टेस्ट 29	24-10-2025	Friday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 10	भाग 1	● राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय खाद्य कानून और मानक, खाद्य नियामक व्यवस्था, एफ.एस.एस.ए. आई., कोडेक्स एलिमेंटेरियस कमीशन, वैश्विक परिदृश्य सी.ए.सी.। ● खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम एफ.एस.एस.ए.आई नियम-2006, खाद्य पदार्थों में मिलावट, गलत ब्रांडिंग, सामान्यतः खाद्य पदार्थों में मिलावट, खाद्य सुरक्षा प्राधिकारी के कर्तव्य और जिम्मेदारियाँ।
31	टेस्ट 30	27-10-2025	Monday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 10	भाग 2	● प्रमाणन: प्रक्रिया, लेखापरीक्षा, प्रमाणन और मान्यता देने वाली संस्थाएँ। भारतीय मानक ब्यूरो (बी.आई.एस.), एगमार्क, बाट और माप अधिनियम, सिद्धांत, कार्यान्वयन, दस्तावेजीकरण, अभिलेखों के प्रकार। ● जैविक भोजन और आनुवंशिक रूप से संशोधित भोजन। ● खाद्य संस्थान; सी.एफ.टी.आर.आई, नि.फ.टे.म., आई.सी.ए.आर., आई.सी.एम.आर, डी.एफ.आर.एल.।
32	टेस्ट 32 Revision Test 2	29-10-2025	Wednesday	खाद्य सुरक्षा यूनिट 6-10	Revisit	6-10 UNIT REVISION TEST
33	टेस्ट 33	31-10-2025	Friday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 1	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
34	टेस्ट 34	03-11-2025	Monday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 2	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)

35	टेस्ट 35	05-11-2025	Wednesday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 3	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
36	टेस्ट 36	07-11-2025	Friday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 4	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
37	टेस्ट 37	10-11-2025	Monday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 5	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
38	टेस्ट 38	12-11-2025	Wednesday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 6	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
39	टेस्ट 39	14-11-2025	Friday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 7	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
40	टेस्ट 40	17-11-2025	Monday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 8	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
41	टेस्ट 41	19-11-2025	Wednesday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 9	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)
42	टेस्ट 42	21-11-2025	Friday	FLT – पूर्ण पाठ्यक्रम	FLT 10	संपूर्ण यूनिट (5 मध्यप्रदेश +10 खाद्य सुरक्षा)

सत्यमेव जयते इंस्टीट्यूट इंदौर

Institute