

أسئلة المحتوى وإجاباتها

النشاط (1-6): بعض أشكال الخبز صفحة (91):

انظر إلى الشكل (1-6) أدناه، واذكر بعض أشكال الخبز الموجودة في بيتك المحية، بإشراف معلمك.



أَشْكَالٌ مُتَعَدِّدَةٌ مِنَ الْخُبْزِ.

- خبز الطابون.
- خبز الحمام.
- خبز التوست.
- خبز البرغر.
- الخبز اللبناني.
- الخبز الفرنسي.
- خبز الشراك.

النشاط (2-6): أنواع الحشوات في الشطائر (93):

تعد الشطائر من الوجبات الخفيفة التي يحتاجها الجسم، لما لها من قيمة غذائية عالية، هل أعددت شطيرة بنفسك؟

تحدث عن خطوات إعدادها أمام زملائك بإشراف معلمك.

• اقترح حشوات ومواد إضافية أخرى تُستخدم في إعداد الشطائر.

من الحشوات الإضافية: الجبنة الصفراء بأنواعها، والديك الرومي (الحبش).

• اقترح شطائر مناسبة للرحلات، وأخرى في المدرسة، واعرضها أمام زملائك بإشراف معلمك.

الشطائر المناسبة للرحلات: لوجبة الإفطار: شطيرة الزعتر، ولوجبة الغداء: شطيرة الدجاج المسحب المطهو جيداً مع الخضراوات الطازجة، ويجب تجنب الحشوات أو المواد المضافة التي تفسد بسرعة مثل المايونيز أو الحمص (خاصة في فصل الصيف).

الشطائر المناسبة للمدرسة: يوجد العديد من الشطائر التي تصلح للمدرسة، مثل الجبنة واللبننة والفلافل والمربى وغيرها، وتجنب الحشوات التي تصدر رائحة قوية كالبيض.

النشاط (3-6): الشطائر الباردة والساخنة (94):

دوّن في الجدول أدناه أربعة من أنواع الشطائر الباردة وأربعة من أنواع الشطائر الساخنة.

الرقم	الشطائر الباردة	الشطائر الساخنة
1	اللبننة والخضراوات	فاهيتا
2	الجبنة البيضاء	رولات مسخن
3	الزيت والزعتر	البيض المسلوق
4	الجبين الصفراء	البطاطا المسلوقة

النشاط (5-6): مقارنة بين شطيرة البيت وشطيرة السوق (97):

قارن بين شطيرة (اللبننة مع شرائح الخيار) التي تعدّها في البيت والشطيرة التي تشتريها من السوق، من حيث القيمة الغذائية والنظافة، وتوافر شروط الصحة والسلامة العامة، والسعر والجودة، ثم اعرض ذلك أمام زملائك بإشراف معلمك.

وجه المقارنة	الشطائر البيتية	الشطائر الجاهزة بالسوق
القيمة الغذائية	أكثر	أقل

النظافة

توافر شروط الصحة
والسلامة العامة

السعر

الجودة

أكثر

متوافرة بكثرة

أقل

أعلى

أقل

متوافرة بشكل أقل

أعلى

أقل