

www.9alami.com

I/ عرف المصطلحات التالية: ن4

مضادات الأكسدة:

الأوميغا3:

II/ ضع علامة X أمام السلوكات الخاطئة : ن4

- يأكل عمر التفاح بقشرته بعد غسله.
 - علي صياد سمك أصيب بمرض اللثة وتسوس الأسنان لأن تغذيته تقتصر على السمك.
 - تزيل فاطمة قشرة سمكة عند تحضير الخضر والفواكه.
 - تجمد أسماء السمك في المجمد لمدة 6 أشهر بعد غسله وإفراغ أحشائه.
- صحح السلوكات الخاطئة :

III/ اعط مثالين لكل من : ن4

- خضر أو فواكه غنية بالحديد:
- فواكه غنية بالسكريات:
- فواكه غنية بالدهنيات:
- خضر غنية بالفيتامين A:

IV- اقرأ النص وأجب عن الأسئلة : ن8

تعتبر الأسماك سريعة التلف في ظل الظروف المناخية الحارة إذ تفقد جودتها ومواصفاتها الصحية عبر مراحل التداول والتصنيع والتسويق إذا لم تتوفر لها العناية والشروط المطلوبة.

1- أذكر 4 عوامل لتعفن السمك خلال المراحل المذكورة : ن2

2- يختار معظم المستهلكين في معرفة المواصفات الصحية للسمك، أساعد هؤلاء المستهلكين في اختبار وشراء السمك بإتمام الجدول التالي: ن6

علامات الطراوة	السمك الطري
-	-
-	-
-	-