

اقرأ النص التالي ، ثم اجب عن الأسئلة الآتية :

المُعَلَّبَاتُ الغِذَائِيَّةُ

إنَّ الحِفظَ بالتعليبِ هُوَ أَحَدُ وَسَائِلِ حِفظِ الأَغْذِيَّةِ وَحِمَايَتِهَا مِنَ التلوثِ، وَيُعَدُّ مِنْ وَسَائِلِ حِفظِ الغِذَاءِ المُسْتَدِيمِ.

ويُقصدُ بحِفظِ الأَغْذِيَّةِ بالتعليبِ تعبئتها بطريقتي حديثةٍ داخلِ عُبُوتِ مُنَاسِبَةٍ مُحْكَمَةِ القَلْبِ، ثُمَّ مُعَامَلَتُهَا حَرَارِيًّا المُعَامَلَةُ الكافية للقضاءِ على جَمِيعِ صُورِ الفَسَادِ (الميكروبي) والكيميائي للدرجة التي تَسْمَحُ قَدْرَ الإمكانِ بِالمُحافظةِ عَلَى الصِفاتِ المَرغُوبَةِ في الغِذاءِ.

وعَلَى الرَّغمِ مِنْ فَوَائِدِ التعليبِ إلا أَنَّهُ يُؤَثِّرُ عَلَى الصِّفَاتِ الطَبِيعِيَّةِ للغِذاءِ؛ أَي: يُؤَثِّرُ بِصِفةِ عامَّةٍ على جودَةِ الغِذاءِ فيتأثَّرُ لَوْنُهُ وَنَكهَتُهُ، كَمَا تَتَأَثَّرُ الفِيتاميناتِ الذائِبَةُ في الماءِ بِالمُعَامَلَةِ الحَراريَّةِ.

ولضمانِ استهلاكِ الموادِ الغِذائيةِ استهلاكاً آمناً يَنبغي مُراعاةُ عِدَّةِ أمورٍ عندَ شِراءِ المُعَلَّبَاتِ، وَمِنْ ذَلِكَ التَّأكُّدُ مِنْ أَنَّ مُدَّةَ الصِّلاحِيَّةِ لِلْمُنْتَجِ لا تَزَالُ ساريةِ المَفعولِ، مَعَ تَجَنُّبِ المُعَلَّبَاتِ الَّتِي يَظْهَرُ عَلَيْهَا الاِعوجاجُ أوِ الانْفِخاجُ، كَمَا يَنبغي الانْتِباهُ عِنْدَ شِراءِ الأَغْذِيَّةِ الَّتِي تُرَكَّتُ دُونَ تَبْرِيدِ، وَقَدْ كُتِبَ عَلَيْهَا تُحْفَظُ مُبرَّدَةً، أوِ مجمدةً).

ويَنبغي تَوخِي الحذرِ عِنْدَ اسْتِخْدَامِ المُعَلَّبَاتِ الغِذائيةِ، وَعَلَى مُسْتَهْلِكِ المُعَلَّبَاتِ المُحافظةِ عَلَى جودَةِ المُنْتَجِ وسلامتهِ في المنزلِ، كالاِهتمامِ بِاتباعِ طرائقِ الحِفظِ والتخزينِ الصَّحيحةِ والمُناسبةِ الَّتِي تَكُونُ مُوضحةً في بطاقاتِ تَعليفِ المُنْتَجِ، وَعَدَمُ الاسْتِهانَةِ بِذلكِ، وتَزيدُ الحاجةُ لِهَذَا الاِهتمامِ عِنْدَ اسْتِهلاكِ الأَغْذِيَّةِ السَّرِيعَةِ الفَسَادِ، كالحليبِ واللحومِ، الَّتِي يَجِبُ حِفظُها في الثَّلَاجَةِ خُصُوصًا بَعْدَ فَتْحِها، وَيُفضَّلُ اسْتِهلاكُ المادَّةِ الغِذائيةِ بَعْدَ فَتْحِها مُباشرةً، والحرصُ على تَجَنُّبِ اسْتِهلاكِ الأَغْذِيَّةِ ذاتِ الرائحةِ المُتَغَيِّرةِ أوِ الملوثةِ ...

وَهُنَاكَ نُفُطَتَانِ جَدِيرَتَانِ بِالعِنايةِ الأولى: هِيَ الاِهتمامُ بِنِظَافَةِ الأَدواتِ المُسْتخدَمةِ عِنْدَ اسْتِهلاكِ الأَغْذِيَّةِ وَمِنْ ذَلِكَ مَكَانُ فَتْحِ العُلبَةِ، وَالآلَةُ الَّتِي تُفْتَحُ بِها العُلبَةُ .

أَمَّا النُّقْطَةُ الثَّانِيَّةُ : فَتَنعَلِقُ بِاللُّحومِ المُعَلَّبَةِ، حَيْثُ يُفضَّلُ أَنْ تُعَلَى عَلَى الأَقْلِ مُدَّةَ خَمْسِ عَشْرَةَ دَقِيقَةً .

وَتُحزَّنُ الأَغْذِيَّةُ المُعَلَّبَةُ فِي مَكَانٍ جافٍ فِي دَرَجَةِ حَرارةٍ مُعتَدَلَةٍ، وَتُحْفَظُ جافةً لِتَجَنُّبِ العُلبِ الصَّدَأِ الَّذِي يُمكنُ أَنْ يَحْتَلِطَ بِالطعامِ، فَيُؤدِّي إلى تَلَفِ الأَغْذِيَّةِ، وَتَسْمُمِ الإنسانِ المُسْتَهْلِكِ .

وَعِنْدَ فَتْحِ العُلبَةِ تُصَبِحُ قابِلَةً لِلفَسَادِ، فَيَنبغي إِما طَبخُها، أوِ وَضْعُها فِي الثَّلَاجَةِ لِلْمُحافظةِ عَلَى طَعْمِها. كَذَلِكَ يَنبغي وَضْعُها فِي أوعِيَةِ بلاستيكيةِ، أوِ زجاجيةِ، ثُمَّ

تبريدها، واستعمالها خلال ثلاثة أيام، أو أربعة كحد أقصى .

إِنَّ تَنَاولَ الأَطعمَةِ الطَّازِجَةِ والمُجفَّفَةِ أَفضَلُ مِنَ الأَطعمَةِ المُعَلَّبَةِ، الَّتِي يَنبغي عِنْدَ اسْتِخْدَامِها مُراعاةُ سَلامَتِها: حِفاظًا عَلَى الصِّحةِ والعافيةِ، وَإِنْ تَأَكَلُ الأَطعمَةَ الطَّازِجَةَ يَسَلِّمُ بَدَنُكَ .

١	ما مرادف كلمة "حفظ" في قول الكاتب: "وسائل حفظ الأغذية"؟		
(أ) حماية	(ب) تخزين	(ج) تعبئة	(د) تغليف
٢	كلمة "تقنية" في قول الكاتب "بطريقة تقنية حديثة"، ما معناها في هذا السياق؟		
(أ) علمية	(ب) سريعة	(ج) صناعية	(د) متطورة
٣	ما معنى "الصدأ" في قول الكاتب: "تجنبًا لتصدّي الصدأ"؟		
(أ) التلوث الكيميائي	(ب) التآكل بسبب الهواء والماء.	(ج) تقنت المعدن	(د) اختلاط الطعام بالماء
٤	أي من الكلمات التالية تُشابه في المعنى كلمة "فساد" في سياق "منع فساد الأغذية"؟		
(أ) سوء	(ب) تعفن	(ج) خطأ	(د) نقص
٥	ما الكلمة الأقرب في المعنى لكلمة "الأمنة" في "استهلاكها آمن"؟		
(أ) الجيدة	(ب) السليمة	(ج) الطبيعية	(د) الحديثة
٦	ما الكلمة التي تُشابه كلمة "تُحفظ" في "تُحفظ في مكان بارد"؟		
(أ) تُخبأ	(ب) تُعلف	(ج) تُرمى	(د) تُستهلك
٧	ما الكلمة التي تُعد مرادفًا لكلمة "الحفظ" كما وردت في النص؟		
(أ) الاستهلاك	(ب) التخزين	(ج) التبريد	(د) التعبئة
٨	أي من الكلمات التالية تقارب "التلوّث" في معناها؟		
(أ) الامتلاء	(ب) الانتساح	(ج) الذوبان	(د) التجمّد
٩	كلمة "فساد" في "منع فساد الأغذية" تُقابلها أي كلمة في المعنى؟		
(أ) صلاح	(ب) نظافة	(ج) قوة	(د) حماية
١٠	ما الكلمة المرادفة لـ "يؤثر" في "يؤثر على جودة الغذاء"؟		
(أ) يغيّر	(ب) يتفاعل	(ج) يقلّل	(د) يحسّن
١١	أي كلمة تُناسب الفراغ التالي وتُعد مرادفًا لكلمة "فساد"؟ يجب علينا تغليف الطعام جيدًا لتجنّب		
(أ) الطهي	(ب) التلف	(ج) التغليف	(د) الأكل
١٢	أي من الجمل التالية تحتوي على مرادف لكلمة "التبريد"؟		
(أ) وضعنا العصير في الفريزر.	(ب) قمنا بطهي الأرز مع الخضار.	(ج) تناولت طعامي في المطعم.	(د) سكبت الماء في الكوب.
١٣	أي جملة تحتوي على ضد كلمة "سليمة"؟		
(أ) العلبة مكسورة من أحد أطرافها.	(ب) المعلبات آمنة ومغلقة جيدًا.	(ج) اشتريت طعامًا طازجًا.	(د) الثلاجة نظيفة ومرتبّة.
١٤	أي جملة تُعبّر عن مرادف "المعاملة الحرارية"؟		
(أ) تم غلي الطعام قبل تعبئته.	(ب) وُضعت العلبة على الرف.	(ج) أُغلق الغطاء بإحكام.	(د) جُفف الطعام تحت الشمس.
١٥	ما الجملة التي تحتوي على مرادف كلمة "الرائحة المتغيرة"؟		
(أ) الطعام ما زال طازجًا.	(ب) تصاعدت من الطعام رائحة كريهة.	(ج) أغلقنا العلبة بعد الاستخدام.	(د) قمنا بتبريد العصير.

ما الفكرة الرئيسية للنص؟			١٦
(أ) أهمية اللحوم المعلبة في النظام الغذائي.	(ب) أنواع الأغذية الطازجة والمجففة.	(ج) فوائد وأضرار الأغذية المعلبة وطرق حفظها.	(د) طرق الطبخ الحديثة للأغذية.
ما الغرض من كتابة هذا النص؟			١٧
(أ) الترفيه والتسلية.	(ب) سرد تجربة شخصية.	(ج) توعية القارئ حول استهلاك الأغذية المعلبة.	(د) وصف منتج غذائي معين.
ما نوع النص المقروء؟			١٨
(أ) خيالي	علمي توعوي	(ج) قصة واقعية	(د) نص حوار
ما الحقيقة التي يمكن استنتاجها من النص؟			١٩
(أ) المعلبات لا تحتاج إلى أي نوع من الحفظ.	(ب) المعاملة الحرارية تؤثر على بعض مكونات الغذاء.	(ج) المعلبات أفضل من الطازج دائماً.	(د) يمكن أكل الأغذية مباشرة من العلبة بعد سنة.
ما سبب التأكيد على "نظافة الأدوات" في النص؟			٢٠
(أ) لتوفير الوقت.	(ب) لتقليل الكمية.	(ج) لتجنب تلوث الغذاء.	(د) لتسريع الطهو.