

۱- درست و نادرستی عبارات زیر را مشخص کنید.

- دو سوم انرژی مورد نیاز بدن با خوردن ناشتایی تامین می شود. \* نادرست \*

- برای شستن کاهو و کلم پیچ باید برگ های آن ها را از هم جدا کرد. \* درست \*

۲- جاهای خالی را با کلمات مناسب پر کنید.

- پس از آبیگری، پنیر را در نمک می گزارند.

- سفره آرایبی و چیدمان صحیح سفره باعث افزایش اشتها می شود.

۳- در صورتی که قسمتی از مواد خوراکی کپک زده باشد باید چه کاری انجام داد؟

باید همه ی خوراکی دور ریخته شود.

۴- در صورت استفاده از شیر خام برای ناشتایی چند دقیقه باید آن را در دمای جوش نگهداری کرد؟

۱۰ الی ۱۵ دقیقه

۵- بهترین روش نگهداری کنسرو در منزل چیست؟

درون قوطی شیشه ای و در یخچال

۶- به سوالات زیر پاسخ کوتاه دهید.

- هدف از نگهداری مواد غذایی چیست؟

افزایش مدت زمان استفاده

- لبنیات را در کدام قسمت یخچال باید نگهداری کرد؟

[www.my-dars.ir](http://www.my-dars.ir)

در قسمت بالایی

۷- خوراک را تعریف کنید؟

به مواد غذایی که برای رفع نیاز های بدن انسان وارد بدن می شود خوراک می گویند.

۸- در صورتی که مواد غذایی روی اجاق گاز باعث خاموش شدن آن شود چه باید کرد؟

باید فوراً شیر گاز را ببندید و پس از خارج نمودن گاز منتشر شده از فضای آشپزخانه، اجاق گاز را برای روشن کردن آماده کنید.

### ۹- چگونگی انجام عمل تبخیر را توضیح دهید.

در این روش میکروب های مفید رشد کرده و از رشد میکروب های بیماری زا جلوگیری میکنند که هم موجب نگهداری طولانی مدت ماده خوراکی می شود و هم تغییرات مطلوبی در مواد غذایی به وجود می آورد.



# مای درس

گروه آموزشی عصر

[www.my-dars.ir](http://www.my-dars.ir)