

عد إلى كتابك المدرسيّ ، واختبر قدرتك على حل عزيزي الطالب
... الأسئلة

إجابة السؤال الأول

الكنافة، المعمول، المهلبية

إجابة السؤال الثاني

أ- حتى يصبح الخليط كثيفا ومتجانسا، ولا يتكتل

ب- حتى لا يتكتل الخليط

ج- لتجنّب زيادة الوزن والسمنة، والإصابة بمرض السكري، وأمراض القلب والشرابيين

إجابة السؤال الثالث

أ- حلوى الكنافة: عجينة الكنافة (المفروكة) أو الشعيرية الناعمة، والسمن، والجبن. وعندما تجهز يضاف إليها القطر، وتزين بالمكسرات

ب- حلوى المعمول: السميد، أو الطحين، والزبدة أو السمن، والحليب، وماء الزهر أو ماء الورد، والخميرة وهي تحشى بالتمر أو المكسرات، مثل: الجوز- والفسق الحلبي

إجابة السؤال الرابع

البروتين، وأملاح الفسفور، والكالسيوم، والفيتامينات (أ، د، ومجموعة ب)

إجابة السؤال الخامس

التخفيف من تناولها، لأنها تضر بالصحة، واستبدال الفواكه المجففة بها، لاحتوائها على عناصر غذائية مفيدة للجسم، وممارسة التمارين الرياضية