

# الشطائر

## لماذا سُمِّيت شطيرة؟

لأنها عبارة عن خبزة تشق من وسطها و يوضع فيها الغموس أو الإدام .

### المفاهيم الرئيسة :

- الشطيرة.
- الحشوة.
- التغليف.



شطيرة



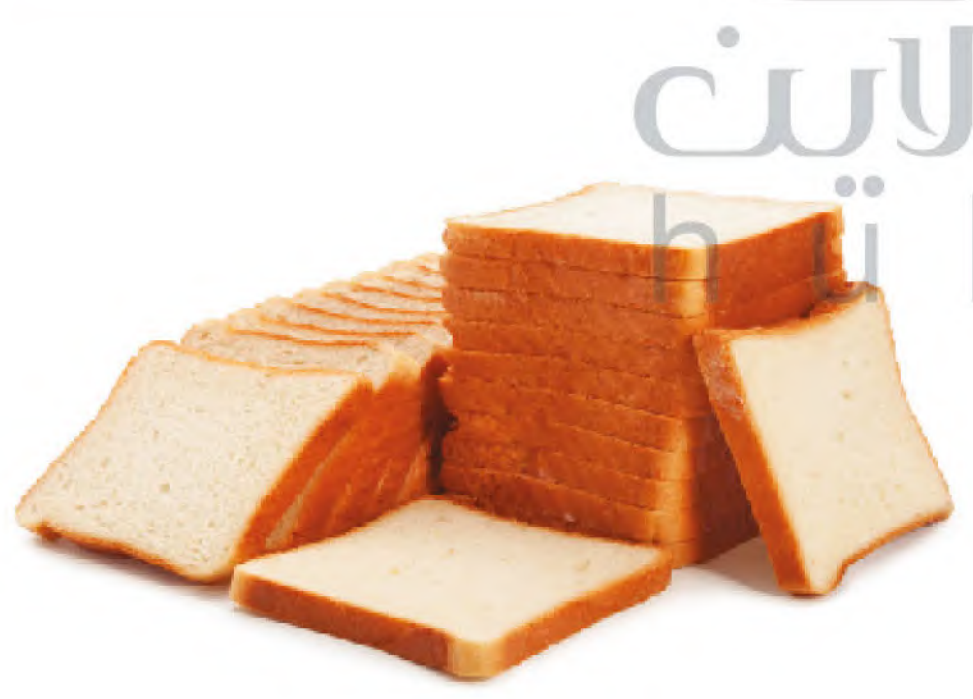
مربى



صامولي

= +

أَسْتَخْدِمُ لِعَمَلِ الشَّطَائِرِ أَشْكَالًا مُتَنَوِّعَةً مِنَ الْخُبْزِ:





## تُحْشَى الشَّطَائِرُ:



بِقِشْطَة



بَزَيْتُون



بِمُرَبَّى أَوْ عَسَل



بِجُبْن

## تواصل

اُكْتُبِي الْحَشْوَةَ الَّتِي تُفَضِّلِينَهَا فِي شَطِيرَتِكَ.

الجبن - الزيتون

## لِأَعِدَّ شَطِيرَةَ اللَّبْنَةِ بِالزَّعْتَرِ أَحْتَاجُ إِلَى:



لَبْنَة



زَعْتَر



خُبْز

طَرِيقَةُ الْعَمَلِ:



أَرُشْ:



أَدُهْنْ:



أَقْدِمُ أَوْ أَغْلِفْ:



يُفَضَّلُ تَنَاوُلُ الشَّطَائِرِ فِي الْحَالَاتِ الْآتِيَةِ: الْجُوعِ بَيْنَ الْوَجَبَاتِ الرَّئِيسَةِ، الشَّطَائِرِ الْآتِيَةِ، الصَّبْرِ إِلَى مَكَانٍ عَامٍّ..... إلخ.

## أسرتي العزيزة



أَبْدَأُ الْيَوْمَ دِرَاسَةً دَرَسَ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ كَيْفِيَّةَ إِعْدَادِ الشَّطَائِرِ وَالْحَشَوَاتِ الْمُتَنَوِّعَةِ، وَهَذَا نَشَاطٌ سَنَسَعِدُ بِتَنْفِيزِهِ مَعًا مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ / إِبْنَتُكُمْ.



**نشاط:**  
لِمَ يُفَضَّلُ إِضَافَةُ الْخَضِرَاوَاتِ لِلشَّطَائِرِ؟  
لرفع قيمتها الغذائية

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online



طَبَّقِي مَعَ مُعَلِّمَتِكَ عَمَلَ الشَّطِيرَةِ بِأَيِّ حَشْوَةٍ مُخْتَارَةٍ، ثُمَّ تَنَاوَلِيهَا مُتَّبِعَةً آدَابَ تَنَاوُلِ الطَّعَامِ.



## نشاط ٢

قومي بعمل شطائر الجبن بطريقة جميلة ومبتكرة وقدميها

لعائلتك؟  
شطيرة الجبن بالخبز اللبناني : نحضر الخبز و ندهن فوقه الجبن ثم نضع قطع الطماطم المقطعة مسبقاً إلى قطع صغيرة ونقوم بلفه حول بعضه جيداً و نقدمه في صحن أو نغلفه .



تعد صناعة الشطائر من المشاريع الصغيرة المحببة للمجتمع، وتحقيقاً للرؤية الوطنية ٢٠٣٠ أنشأت المملكة العربية السعودية بنكاً للتنمية الاجتماعية يساهم في دعم المشروعات الصغيرة والمنزلية مثل مشروع صناعة وتقديم الشطائر.

### أسرتي العزيزة



عزيزي الأب/ الأم شارك ابنتك سعادتها في تناول الشطائر التي صنعتها وقمها من حيث الطعم وطريقة التقديم.

### أسرتي العزيزة



عزيزي الأب/ الأم أرشد ابنتك إلى تنوع وجبتها بحيث تحتوي على نوع واحد على الأقل من كل مجموعة من المجموعات الغذائية.



### إرشادات عامة



- ١ احرصي على النظافة عند إعداد الطعام.
- ٢ كوني حذرة عند استخدام السكين.
- ٣ خبز البر أكثر فائدة من الخبز الأبيض.
- ٤ تناول الشطائر مع اختيار الحشوة التي تغذي جسمك.



١ ضَعِي عَلامَةَ (✓) أَمَامَ الْعِبَارَةِ الصَّحِيحَةِ، وَعَلامَةَ (x) أَمَامَ الْعِبَارَةِ غَيْرِ الصَّحِيحَةِ  
 فِي الْجُمْلِ الْآتِيَةِ:

١. تُطْلَقُ الشَّطِيرَةُ عَلَى شَرِيحَتِي خُبْزٍ بَيْنَهُمَا نَوْعٌ مِنَ الْحَشْوِ. ( ✓ )
٢. يَجِبُ الْحَذَرُ عِنْدَ اسْتِخْدَامِ السَّكِّينِ فِي قَطْعِ الْخُبْزِ. ( ✓ )
٣. لَيْسَ مِنَ الضَّرُورِيِّ تَطْبِيقُ آدَابِ الطَّعَامِ أَثْنَاءَ تَنَاوُلِ الشَّطِيرَةِ. ( x )
٤. تُغْلَفُ الشَّطَائِرُ بِوَرَقِ الْجَرَائِدِ. ( x )

الحلول اون لاين  
 hulul.online

٢ أُنْهِئْ

شَطِيرَةُ زُبْدَةِ الْفُولِ السُّودَانِيِّ = ..... زُبْدَةُ الْفُولِ ..... + خُبْز

بَيْضُ + خُبْز = ..... شَطِيرَةُ الْبَيْض