Talamid.ma : هذا الملف تم تحميله من موقع

Séquence 26/27

Produits simples ou plats cuisinés, il faut savoir que si, dans les conserves, la qualité énergétique de l'aliment est respectée, les vitamines qu'il contenait avant son traitement ont été en partie détruites lors de la préparation. Le phénomène concerne particulièrement la vitamine C, parfois détruite à plus de 50 % et les autres vitamines hydrosolubles.

Par ailleurs, les conserves sont enrichies en sel, dont la consommation excessive est en partie responsable de l'élévation de la pression artérielle. En conséquence, si les techniques de conservation facilitent la vie, il est souhaitable de ne les utiliser que lorsque le recours à des produits frais est impossible.

Les aliments congelés ou surgelés ne présentent pas ces inconvénients, mais il faut absolument respecter la chaîne du froid. Un aliment doit être consommé rapidement si vous n'avez pas de congélateur. Il se gardera vingt-quatre heures dans votre réfrigérateur (compartiment principal), trois jours dans le bac à glaçons, et jusqu'à la date limite de consommation dans un congélateur (à - 18°C).

Compréhension et vocabulaire :

1 - Qu'est ce qui peut être gardé dans un aliment en conserve.

Mets une croix devant la bonne réponse.

a - Les vitamines. ☐

b - La qualité énergétique. ☐

2 - Quelle est la conséquence d'une consommation excessive en sel ?

3 - Donne deux mots de la famille :

a - sucre. .....

b - nourrir. .....

للمزيد من الملفات قم بزيارة الموقع : Talamid.ma

Talamid.ma : هذا الملف تم تحميله من موقع

4 - Chasse l'intrus.

Voir ; vouloir ; voyeur ; mal ; voyant.

Grammaire :

1 - Complète par un pronom démonstratif.

a - Ces chiens sont détachés ..... sont tenus en laisse.

b - Cette banane est pourrie ..... est mûre.

c - Ce repas est froid ..... est chaud.

2 - Complète par un pronom possessif.

a - Mes coéquipiers sont prêts pour vous affronter, ... aussi ?

b - Mon chat est gentil, ... est méchant, tu dois le dresser.

Conjugaison :

Mets les verbes au futur.

- Maman (préparer) du couscous. .....
- Mes amis (vouloir) jouer à la plage. .....
- Tu (partir) à sept heures demain. .....
- J'(avoir) dix ans le mois prochain. .....
- Je (être) à Rabat prochainement. .....

Orthographe :

1°) Complète avec ce qui convient : leur - leurs.

a - ..... déjeuner embaume la ruelle.

b - Il ..... parle de son stage.

c - Le maître ..... explique ..... leçons.

2°) Complète par le - la - l'.

Dans ..... cuisine maman prépare ..... petit-déjeuner.

Bouchra a une belle robe. Elle ..... a achetée hier.

Expression écrite :

Remets en ordre le paragraphe suivant :

- Mon père m'avait dit en payant le caissier qu'il m'emmenerait encore si je travaille bien.
- Le service était excellent, on m'a proposé des poissons pour le repas principal et des glaces pour le dessert.
- Mon père m'a invité à prendre un dîner au restaurant qui se trouve au quartier la prairie.

للمزيد من الملفات قم بزيارة الموقع : Talamid.ma