Baladiya test



PDF مجاني: أسئلة اختبار البلدية باللغة العربية

30 سؤالاً للتدريب مع الإجابات الصحيحة وشرح بسيط. حمّله واحفظه في جوالك واقرأه في استراحتك.

1 · النظافة الشخصية

أيّ من هذه نظافة شخصية جيدة لعامل الأغذية؟

A. لبس مريلة الأمس المتسخة مرة أخرى
B. مسح العرق عن وجهك بيدك
C. الحضور إلى العمل نظيفاً، بملابس نظيفة
D. استخدام العطر بدلاً من الاستحمام

الإجابة الصحيحة: C. الحضور إلى العمل نظيفاً، بملابس نظيفة
القواعد السعودية تقول إن العمال يجب أن يحافظوا على نظافتهم ويلبسوا ملابس نظيفة. الملابس والأيدي المتسخة تنقل الجراثيم إلى الطعام.

2 · غسل اليدين والقفازات

استخدمت دورة المياه. ماذا يجب أن تفعل قبل أن تلمس الطعام مرة أخرى؟

A. تلبس قفازات جديدة وترجع للعمل
B. تغسل يديك بالماء والصابون
C. تشطف يديك بماء بارد فقط
D. تمسح يديك بمنديل ورقي فقط

الإجابة الصحيحة: B. تغسل يديك بالماء والصابون
القواعد السعودية تقول: اغسل يديك بعد استخدام دورة المياه. القفازات أو الماء وحده لا يزيل الجراثيم.

3 · المرض والجروح

استيقظت في يوم عمل وعندك حمّى عالية. ماذا يجب أن تفعل؟

A. تأخذ حبة للحمّى وتذهب إلى العمل كالعادة
B. تذهب إلى العمل وتلبس كمامة طوال الدوام
C. تخبر المشرف ولا تعمل بالطعام
D. تذهب إلى العمل، لكن تغسل القدور والصحون فقط

الإجابة الصحيحة: C. تخبر المشرف ولا تعمل بالطعام
الحمّى قد تكون علامة على مرض ينتقل عن طريق الطعام. القواعد السعودية تقول إن العامل المصاب بالحمّى يجب إيقافه عن العمل بالطعام.

4 · الجراثيم والتسمم الغذائي

هل يمكنك أن ترى البكتيريا على الطعام بعينيك؟

A. نعم، تبدو مثل نقاط سوداء صغيرة
B. نعم، لكن فقط على الطعام القديم أو المتسخ
C. لا، تحتاج مجهراً لتراها
D. لا، هي تعيش فقط داخل جسم الإنسان

الإجابة الصحيحة: C. لا، تحتاج مجهراً لتراها
البكتيريا صغيرة جداً، ولا تُرى بدون مجهر. قد يبدو الطعام نظيفاً وفيه بكتيريا.

---

5 · التلوث الخلطي

أيّ من هذه مثال على التلوث الخلطي؟

A. حفظ السلطة المقطّعة في علبة مغطاة في الثلاجة
B. طبخ الدجاج حتى يصل وسطه إلى 75°C
C. غسل يديك قبل أن تبدأ العمل
D. تقطيع اللحم المطبوخ بسكين اللحم النيء

الإجابة الصحيحة: D. تقطيع اللحم المطبوخ بسكين اللحم النيء
السكين المستخدم للحم النيء يحمل جراثيم. إذا قطّع بعد ذلك لحماً مطبوخاً، تنتقل الجراثيم إلى طعام لن يُطبخ مرة أخرى.

---

6 · التحكم في درجة الحرارة

تحفظ الطعام المطبوخ ساخناً في خزانة حفظ الطعام الساخن. ما أقل درجة حرارة آمنة؟

A. 40°C
B. 50°C
C. 55°C
D. 60°C

الإجابة الصحيحة: D. 60°C
الطعام الساخن يجب أن يبقى على 60°C أو أكثر. تحت 60°C يكون في منطقة الخطر، حيث تنمو البكتيريا بسرعة.

---

7 · تخزين الطعام

الطعام المحفوظ في الثلاجة يجب أن يكون مغطى.

الإجابة الصحيحة: صح
صح. القواعد السعودية تقول إن كل الطعام المخزّن يجب أن يكون مغطى أو في أوعية طعام مغلقة. هذا يمنع الأوساخ والقطرات والحشرات والقوارض.

---

8 · استلام الأغذية

سائق التوصيل يقول إن الطعام المبرّد بارد. يمكنك أن تقبله بدون قياس حرارته.

الإجابة الصحيحة: خطأ

خطأ. القواعد السعودية تقول: افحص حرارة الطعام عالي الخطورة عند وصوله، بميزان حرارة ذي مجسّ نظيف. اقبل الطعام المبرّد فقط إذا كانت حرارته 4°C أو أقل.

---

9 · التنظيف والتطهير

يجوز أن تستخدم نفس قطعة القماش لتنظيف الأرضية وطاولة العمل.

الإجابة الصحيحة: خطأ

خطأ. القواعد السعودية تقول إن قطع القماش المستخدمة للأرضيات لا تُستخدم على أسطح أخرى. الأرضيات فيها أوساخ وجراثيم قد تصل إلى الطعام.

---

10 · مكافحة الحشرات والقوارض

لماذا الذباب خطير في المطبخ؟

A. يُحدث إزعاجاً ويضايق الزبائن
B. ينقل الجراثيم من النفايات إلى الطعام
C. يأكل السكر والطعام الحلو
D. يجعل هواء المطبخ دافئاً جداً

الإجابة الصحيحة: B. ينقل الجراثيم من النفايات إلى الطعام

الذباب والصراصير والفئران غالباً تحمل جراثيم. تقف على النفايات والأوساخ، ثم على الطعام. منظمة الصحة العالمية تقول: احمِ الطعام وأماكن المطبخ من الحشرات والقوارض.

---

11 · النفايات

غطاء حاوية النفايات الكبيرة في الخارج مكسور. تبقى مفتوحة طوال اليوم. لماذا هذه مشكلة؟

A. هي مشكلة في الشتاء فقط
B. لا مشكلة إذا كانت الحاوية في الخارج
C. الذباب والقطط والجرذان قد تصل إلى النفايات
D. النفايات ستبرد بسرعة كبيرة

الإجابة الصحيحة: C. الذباب والقطط والجرذان قد تصل إلى النفايات

النفايات المكشوفة تجذب الحشرات والقوارض، وهي تنقل الجراثيم إلى المطبخ. بلّغ عن الغطاء المكسور حتى يُصلح.

---

12 · مسببات الحساسية

زبونة تقول إن عندها حساسية من السمسم. أيّ طبق فيه سمسم على الأرجح؟

A. أرز مسلوق سادة
B. حمص مصنوع بالطحينة
C. عصير برتقال طازج
D. دجاج مشوي بالملح

الإجابة الصحيحة: B. حمص مصنوع بالطحينة
الطحينة مصنوعة من بذور السمسم. والسمسم من مسببات الحساسية الـ14 في القائمة السعودية.

---

13 · قواعد الشهادة الصحية

كم سؤالاً في اختبار التثقيف الصحي، وكم وقتاً تحصل عليه؟

A. 20 سؤالاً في 30 دقيقة
B. 100 سؤال في 60 دقيقة
C. 50 سؤالاً في 90 دقيقة
D. 50 سؤالاً في 30 دقيقة

الإجابة الصحيحة: C. 50 سؤالاً في 90 دقيقة
دليل المتقدّم يقول إن الاختبار فيه 50 سؤالاً من نوع الاختيار من متعدد. عندك 90 دقيقة، على الكمبيوتر في مركز اختبار.

---

14 · النظافة الشخصية

تلبس كمامة في منطقة تحضير الطعام. ماذا يجب أن تغطي الكمامة؟

A. الفم فقط، وليس الأنف
B. الذقن والرقبة فقط
C. الأنف فقط، وليس الفم
D. الأنف والفم

الإجابة الصحيحة: D. الأنف والفم
القواعد السعودية تقول إن الكمامة يجب أن تغطي الأنف والفم في أماكن الطعام. هذا يمنع سقوط رذاذ نَفَسك على الطعام.

---

15 · غسل اليدين والقفازات

كيف تجفف يديك بعد أن تغسلهما في العمل؟

A. على مقدمة مريلة العمل
B. بقطعة القماش المستخدمة للصحون
C. على بنطالك أو قميصك
D. بمنديل ورقي يُستخدم مرة واحدة

الإجابة الصحيحة: D. بمنديل ورقي يُستخدم مرة واحدة
القواعد السعودية تطلب مناديل ورقية تُستخدم مرة واحدة أو مجفف أيدي عند مغسلة الأيدي. المريلة وقطع القماش تُرجع الجراثيم إلى اليدين النظيفتين.

---

16 · المرض والجروح

إذا بدأت تتقيأ في العمل، يمكنك أن تكمل دوامك أولاً ثم تخبر المشرف.

الإجابة الصحيحة: خطأ

خطأ. القيء قد ينقل الجراثيم إلى الطعام. أخبر المشرف فوراً وتوقف عن العمل بالطعام.

---

17 · الجراثيم والتسمم الغذائي

أين يمكن أن توجد الجراثيم الخطيرة؟

A. فقط في الطعام الذي رائحته أو شكله سيئ
B. فقط في المصارف وسلال النفايات ودورات المياه
C. فقط في اللحم النيء والسمك النيء
D. في التراب والماء والحيوانات والناس

الإجابة الصحيحة: D. في التراب والماء والحيوانات والناس

الجراثيم الخطيرة موجودة في أماكن كثيرة: التراب والماء والحيوانات والناس. وقد تصل إلى الطعام من الأيدي وقطع القماش والأدوات.

---

18 · التلوث الخلطي

في البوفيه، زبون أخذ خبزة بيده بدون قفاز ثم أرجعها. ماذا يجب أن يفعل الموظف المسؤول عن البوفيه؟

A. يتركها، لأنها تبدو نظيفة
B. يُبعد تلك الخبزة فوراً
C. يقلبها ويتركها مكانها
D. ينقلها إلى آخر الصينية

الإجابة الصحيحة: B. يُبعد تلك الخبزة فوراً

يد الزبون قد تترك جراثيم على الخبز. القواعد السعودية تقول إن موظفاً يجب أن يراقب البوفيه ويُبعد فوراً أي طعام ربما لوّثه زبون.

---

19 · التحكم في درجة الحرارة

تفحص دجاجة مشوية بميزان حرارة ذي مجسّ. أين تضع رأس المجسّ؟

A. على الجلد، فوق الدجاجة
B. في أسمك جزء من اللحم
C. في العصارة في أسفل الصينية
D. في الطرف الرفيع من الجناح

الإجابة الصحيحة: B. في أسمك جزء من اللحم

أسمك جزء من الطعام يسخن في الآخر. القواعد السعودية تقول إن الحرارة الداخلية تُقاس في الوسط، وهو أسمك جزء. هناك يجب أن تصل إلى 75°C.

---

20 · تخزين الطعام

مخزن المواد الجافة ممتلئ. أيّ الأماكن ممنوع أن تخزّن فيها صناديق الطعام الزائدة؟ اختر 3 إجابات.

A. رف نظيف في مخزن طعام آخر
B. غرفة تبديل ملابس الموظفين
C. مخزن مواد التنظيف الكيميائية
D. حامل طعام نظيف وفارغ في المطبخ
E. غرفة تُحفظ فيها المعدات المتسخة

الإجابة الصحيحة: غرفة تُحفظ فيها .E ;مخزن مواد التنظيف الكيميائية .C ;غرفة تبديل ملابس الموظفين .B المعدات المتسخة

القواعد السعودية تمنع تخزين الطعام في غرف تبديل الملابس، وخزائن الموظفين، ودورات المياه، وغرف الآلات، ومخازن المواد الكيميائية أو المبيدات، والأماكن التي فيها معدات متسخة. استخدم فقط أماكن تخزين الطعام النظيفة.

---

21 · استلام الأغذية

وصلت شحنة دجاج نيء مبرّد. ميزان الحرارة يُظهر 7°C في الدجاج. ماذا يجب أن تفعل؟

A. تقبلها وتضعها في المجمّد
B. تقبلها وتطبخها اليوم
C. ترفض الشحنة
D. تقبلها إذا كانت رائحتها طازجة

الإجابة الصحيحة: ترفض الشحنة .C

القواعد السعودية تقول إن الطعام المبرّد يجب أن يصل بحرارة 4°C أو أقل. إذا كان أدفأ، ارفضه. التجميد أو الطبخ لاحقاً لا يجعله آمناً.

---

22 · التنظيف والتطهير

انسكبت عصارة لحم نيء على طاولة العمل أثناء الخدمة. متى يجب أن تنظفها؟

A. فوراً: تنظفها وتطهّرها
B. في نهاية الدوام
C. عندما تُستخدم الطاولة مرة أخرى
D. فقط إذا كان الزبون يراها

الإجابة الصحيحة: فوراً: تنظفها وتطهّرها .A

القواعد السعودية تقول إن الأسطح الملامسة للطعام يجب تنظيفها وتطهيرها فور انسكاب أي شيء عليها. جراثيم عصارة اللحم النيء تنتقل بسرعة إلى الطعام الآخر.

---

23 · مكافحة الحشرات والقوارض

فأر قرض كيساً من الخبز. ماذا يجب أن تفعل بالخبز؟

A. ترميه كله
B. تقطع الجزء المقروض
C. تستخدمه لوجبات الموظفين
D. تحمّصه لتقتل الجراثيم

الإجابة الصحيحة: A. ترميه كله
القواعد السعودية تقول إن أي طعام لوّثته الحشرات أو القوارض يجب أن يُرمى. الفئران تترك جراثيم وبولاً وفضلات لا تراها. وأخبر المشرف أيضاً.

---

24 · النفايات

أفرغت سلة نفايات في المطبخ. داخلها متسخ ورائحته سيئة. ماذا يجب أن تفعل؟

A. تغسلها وتطهّرها، ثم تضع كيساً جديداً
B. ترش معطّر جو داخلها وتستمر في استخدامها
C. تضع كيساً جديداً وتستمر في استخدامها
D. تتركها حتى التنظيف العميق الأسبوعي

الإجابة الصحيحة: A. تغسلها وتطهّرها، ثم تضع كيساً جديداً
القواعد السعودية تقول إن سلال النفايات يجب أن تكون سهلة التنظيف، ويجب تنظيفها وتطهيرها بانتظام. السلة المتسخة تجذب الذباب وتنشر الجراثيم.

---

25 · مسببات الحساسية

زبون عنده حساسية من الحليب. أيّ من هذه الأطعمة فيه حليب؟

A. زيت الزيتون
B. التمر
C. شاي أسود سادة
D. اللبنة

الإجابة الصحيحة: D. اللبنة
اللبنة مصنوعة من الحليب. الحليب والأطعمة المصنوعة منه، مثل الجبن والزبدة والسمن، من مسببات الحساسية.

---

26 · قواعد الشهادة الصحية

الاختبار فيه 50 سؤالاً. تحتاج 80% لتنجح. ما أقل عدد من الإجابات الصحيحة تحتاجه؟

A. 30
B. 40
C. 45
D. 50

الإجابة الصحيحة: B. 40
80% من 50 تساوي 40. إذا كانت إجاباتك الصحيحة 39 أو أقل، لا تنجح.

---

27 · النظافة الشخصية

عندما لا يكون عليها طعام، يجوز أن تأكل غداءك على طاولة تحضير الطعام.

الإجابة الصحيحة: خطأ

خطأ. القواعد السعودية تمنع الأكل فوق الأسطح التي تلامس الطعام. الفتات والجراثيم من فمك ويديك قد تبقى على الطاولة. كُل في مكان استراحة الموظفين، ثم اغسل يديك.

---

28 · غسل اليدين والقفازات

يجب أن تغسل يديك قبل أن تبدأ تحضير السلطة.

الإجابة الصحيحة: صح

صح. السلطة طعام جاهز للأكل ولن تُطبخ. القواعد السعودية تقول: اغسل يديك قبل التعامل مع الطعام الجاهز للأكل.

---

29 · المرض والجروح

لماذا يجب أن يبتعد عامل الأغذية المريض عن الطعام؟

A. جراثيم جسمه قد تصل إلى الطعام
B. الزبائن لا يحبون رؤية مرضى يعملون
C. العمال المرضى يعملون ببطء شديد
D. الدواء قد يجعل طعم الطعام سيئاً

الإجابة الصحيحة: A. جراثيم جسمه قد تصل إلى الطعام

العامل المريض قد ينقل الجراثيم إلى الطعام بيديه أو نَفَسه أو سوائل جسمه. ثم قد يمرض الناس الذين يأكلون الطعام.

---

30 · الجراثيم والتسمم الغذائي

قد يكون شكل الطعام ورائحته وطعمه عادية، لكن فيه جراثيم تُمرض الناس.

الإجابة الصحيحة: صح

صح. الجراثيم التي تسبب المرض عادةً لا تغيّر شكل الطعام أو رائحته أو طعمه. لا يمكنك أن تحكم على سلامة الطعام بالنظر.



تريد كل الأسئلة واختباراً تجريبياً بمؤقت؟
baladiyatest.com

هذا موقع تدريب مستقل. لسنا تابعين لمنصة بلدي ولا لوزارة البلديات والإسكان ولا لأي مركز اختبار. كتبنا هذه الأسئلة لتساعدك على التدريب — وهي ليست أسئلة الاختبار الحقيقية.