

والانكليزية والفرنسية فظاهر التلامذة والتلميذات تمام البراعة وصفق لهم الحضور مراراً . ولا غرابة في ذلك لان مؤسسة هذه المدارس السيدة لويزا بروكتر ومديرتها الاديب انطونيوس افندي سعد ومعلمها ومعلماتها ساهرون عليهم سهر الوالدين على اولادهم يساعدهم على ذلك جمال مكان المدارس وجودة هوائه فان الصحة تجود بهما وهى جادت الصحة قوى العقل وسهل عليه الدرس والحفظ . ودام الاحتفال الى الساعة الخامسة بعد الظهر وحينئذى خطب بعض الحضور شاكرين حضرة مؤسسة هذه المدارس وحضرة مديرتها ومعلمها ومعلماتها وداعين لبيوت العلم بالمران الدائم  
حنا صروف

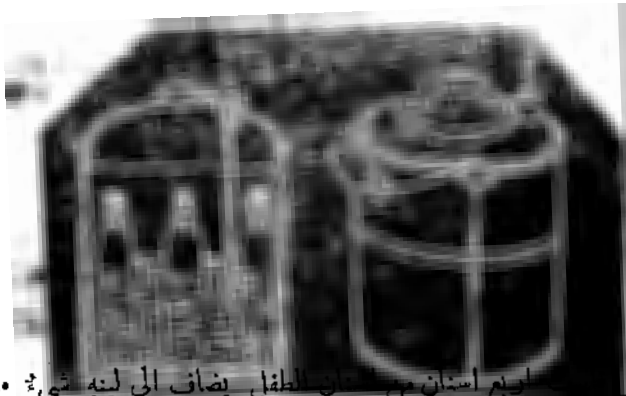
## باب تدبير المنزل

### الرضاعة

لما اخذنا القلم لكتابة هذه السطور ورد تلغراف روتر من بلاد الانكلين وفيه ان الاستاذ كوخ قال في مؤتمر السل ان ميكروبه لا يدخل البدن من لبن الحيوان المصاب به ولا من لحمه . وهذا قول رجل ثقة تظمن له قلوب الذين صاروا يحسبون اللبن اكبر عدو لنوع الانسان بعد ان كانوا يعدونه صديقه الاكبر . لكننا لانظن الدكتور كوخ قطع بصحة قوله فان ميكروب السل يوجد في لحم الحيوانات المصابة به وفي لبنها ايضاً اذا كان التدرن في ضرعها فلا يعقل انه لا يتصل باللبن ولا انه يوجد في اللبن ويكون اللبن سليماً . ثم اذا انتفى وجود ميكروب السل من اللبن لا يتنفي وجود غيره من الميكروبات ولا سيما التي تقع في اللبن بعد حلبه وتصل اليه من مزجه بماه فذر ووضع في آية وصحة ولذلك لا يجوز ان يرضعه الاطفال اذا تعذر ارضاعهم من امهاتهم او من مرضع اخرى الا اذا سخن الى درجة تميم الميكروبات منه لو كانت فيه

ويختار لبن البقر على غيره ويجب ان يكون جديداً وان يحلّى بالكرو ويمزج بالماء ففي الشهرين الاولين يمزج بمضاعف وزنه من ماء الشعير ثم يقلل الماء ويزاد اللبن رويداً رويداً حتى يصير اللبن كالماء في الشهر الخامس . ويضع ماء الشعير بان يصب رطل (مصري) من الماء على ملعقة صغيرة من مدقوق الشعير ويغلى هذا الماء عشر دقائق . والسكر اللازم هو ملعقة

صغيرة لكل رطل من اللبن وماء الشعير . ولا يضاف السكر الى اللبن الا قبلما يستقاهُ الطفل  
 يوضع دقائق  
 ولا يستخّن اللبن بوضعهِ على النار مباشرة بل يوضع في زجاجات وتوضع الزجاجات في اناء فيه  
 ماء يستخّن على النار كما ترى في هذه الصورة فيسخن الماء ويسخن اللبن . ولا بد من اغلاق  
 الماء ايضاً قبل مزج اللبن به ويحسن ان يمزج اللبن به ثم يستخّن الاثنان معاً  
 واذا كان اللبن كثير السمن كلبن الجاوس وجب ان يزداد مقدار الماء الذي يمزج به  
 او ان يترك مدة حتى تطفو القشدة على وجهه فتزعه عنه



وفي اربع اسنان من سن الطفل يضاف الى لبنه شيء من الطعام كدقيق  
 الارز والسמיד والكورن فلور والاروررط وطعام ملين وبها اشبه ويحلى هذا الطعام بقليل من  
 السكر ويصنع حالما يراد ان يعطمه الطفل فلا يترك من يوم الى آخر  
 واذا اريد ان يرضع الطفل اللبن بالرضاعة تفضل ان تكون حلماتها قطرة متصلة بهما  
 حتى يسهل تنظيفها . وتغسل القنبنة وحلماتها كما اريد وضع اللبن فيها وكما رضع الطفل منها واتم  
 رضاعته حتى لا يبقى فيها شيء من اثر اللبن . ومن الحكمة ان يكون للطفل رضاعتان يستعمل  
 احدهما بينما تنظف الاخرى . ولا بد من ان توضع الرضاعة في يد الطفل مائلة حتى يبقى  
 عنقها مملوءاً باللبن ويجب ان يحمل حينئذ كما تحمله اُمه وهي ترضعه  
 والارضاع بالرضاعة خير من سقي اللبن بالمعلقة لان مص اللبن مضافاً للدهن الى افراز  
 اللعاب فيمزج باللبن و يساعد على هضمه واما شربة فلا يدعو الى افراز اللعاب  
 ويختلف مقدار اللبن باختلاف سن الطفل وقوته فاذا كان قوي البنية وعمره من شهر  
 الى ثلاثة اشهر كفاه كل مرة نصف رطل من اللبن وماء الشعير اي نحو سبعين درهماً واذا

كان عمره من ثلاثة اشهر الى ثمانية كفاه كل مرة ثلاثة ارباع الرطل اي نحو مئة درهم ولا بد من الاعتناء حتى لا يُعصب الطفل على الاكل غيباً لان الطعام اذا زاد على الحاجة فتد ضرر كبير . فاذا ترك الطفل الثدي او الرضاعة ولم يعد يرضع فذلك دليل على انه شبع . وقد يترك الثدي والرضاعة اذا احابه منص ولولم يشبع ويعالج منه بان ثقله امه على بطنه على يدها اليسرى وتترك ظهره بيدها اليمنى ثم تعيده الى الثدي او الى الرضاعة فاذا ابي الرضاعة ايضاً فلا ينصب عليها

والطفل الذي يرضع بالرضاعة يرضع مراراً كالذي يرضع من الثدي ومتى ظهرت اربع من اسنانه يمزج اللبن له بشيء من الطعام كما لو ربي على ثدي امه

### السندويش

خير طعام يأخذه الانسان معه اذا سافر في سكة الحديد او ذهب الى الزهدة الخبز المشوي بقليل من اللحم والزبدة وهو المعروف بالسندويش . واذا كان هذا الخبز ايضاً جيداً وأحسن قصه ووضع دقيق اللحم او شرائح فيه وكان اللحم مزوجاً بقليل من الزبدة والتوابل كالخردل والفلفل وما اشبه فهو من اطيب الاطعمة والذي يأكله لا يحتاج الى سكين وشوكة ولا الى صحاف ولا تنسج بدهاء فيأكله وهو مسافر او وهو في الزهدة ولا يحتاج معه الا الى ماء يشربه فيكون غذاء طيباً كافياً

وخير انواع الخبز لعمل السندويش الخبز النمساوي المربع والخبز لاسمر والخبز الرومي الكبير اي الخبز الذي ثقوبه صغيرة حتى يسهل دهنه بالادام واما الذي ثقوبه كبيرة فاذا دهن بالادام تجمع كثير منه في ثقوبه

وكل انواع اللحم المقلو ( روستو ) يصلح لعمل السندويش والاولى ان يفرم فرماً ناعماً جداً ويمزج بقليل من الزبدة والخردل والفلفل والملح ويدهن الخبز به من ان يشرح شرائح ويوضع في قلب الخبز . وما يصدق على اللحم يصدق على السان وعلى اللحم المقدد والمفوظ على انواعه . ويحسن ان يضاف الى اللحم قليل من البيض المسلووق او يعمل بعض السندويش باللحم وبعضه بالبيض . ولا بد من اضافة قليل من التوابل والبهارات الى البيض ايضاً . ويحسن ان يضاف اليه والى اللحم قليل من الخيار المفروم والطماطم المفروم فرماً دقيقاً فيعني عن السلطة . ولحم الدجاج والطيور والسمك تقوم مقام لحم الضان ولحم البقر وقد يوضع في السندويش زبدة وسردين بعد مزجها بقليل من البقدونس والكرفس .

يفرم البقدونس والكرفس فرماً ناعماً جداً ويزجان بالزبدة والسردبن بعد نزع عظمته ويدق الجميع في هاون حتى يصير مزيجاً كالعجين فندهن به قطع الخبز. او يوضع فيه زبدة وجبن يبرش الجبن اولاً كما يبرش للمكرونة ويزج بالزبدة وبقليل من الملح والفلفل والكرفس. ويمكن ان يفرم الخيار المغلغ او غيره من المخللات فرماً ناعماً ويضاف قليل منه الى كل ما يوضع في السندويش

ويوضع في بعض السندويش مريات حلوة من مربى المشمش والتفاح والحليق وقشر البرتقال وما اشبه فقوم مقام الحلوى بعد الطعام

### الخبز الجديد والخبز العتيق

جاء في جريدة اللانست الطبية ان الخبز الجديد اعسر هضمًا من الخبز العتيق مع انه اطيب منه طعمًا لكن الخبز الجديد لا يكون عسر الهضم الا اذا ابتلعه آكله من غير ان يمضغه جيداً واما اذا مضغه جيداً كما يمضغ الخبز العتيق حتى امتزج بعايه صار سهل الهضم مثل الخبز العتيق. اما الخبز العتيق فلا يستطيع بلعه ما لم يلكه ويمضغه جيداً ولذلك يمزج بالاماب ويسهل هضمه. وهذا سبب الفرق الظاهر بين الخبز الجديد والخبز العتيق من حيث سهولة هضم الثاني وصعوبة هضم الاول

هذا ما ذكرته جريدة اللانست ويقول غيرها ان الخبز العتيق اسهل هضمًا من الخبز الجديد لان تركيبهما الكيماوي بين مختلفان. واذا سخن الخبز العتيق صار كالجديد في طيب طعمه وبقي سهل الهضم كما كان. ولا يبعد ان يكون قول اللانست هو الاوجه اي ان الخبز الجديد سهل الهضم كالعتيق اذا مضغ جيداً كما يمضغ العتيق

### ليموناضة الاناناس

افتح علبة من لب الاناناس وقطع الاناناس الذي فيها قطعاً صغيرة جداً واضف اليه والى السائل الذي معه عصارة اربع ليمونات ونحو افة ونصف افة من الماء الغالي وما يكفي من السكر لتحليته حسب المراد واترك الجميع في اناء ثلاث ساعات ثم ضعه واضف اليه قليلاً من الشاي

### انقاذ النمل

وضعنا اربع صحاف تحت قوائم خزانة كبيرة من اول هذا الصيف حيث يكثر النمل ووضعنا في الصحاف رماداً قليلاً من المستوق الفارسي ونحن نضع في هذه الخزانة وعليها من كل انواع الطعام والنمل عاجز عن الوصول اليها