

СОЛЬ - ПОД КОНТРОЛЬ!

ВОЗ рекомендует
ежедневное употребление
соли не более 5 гр.
(1 чайная ложка)



Шесть продуктов, в которых содержится очень много соли:



СЫР

"Пармезан", "Сулугуни", "Фета" и
брынза, "Чеддер", "Рокфор"



ЧИПСЫ



**СОЛЁНАЯ
РЫБА**



СОУСЫ



КОЛБАСА, ВЕТЧИНА



СОЛЁНЫЕ ЗАКУСКИ



**Служба
здоровья**