

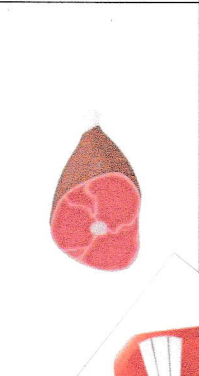
# MENOS SAL. MAIS SAÚDE!!!



## Produtos

Sal em 100g

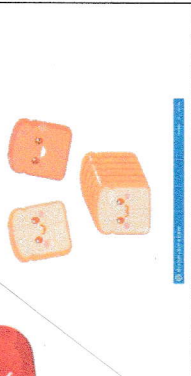
## Conselhos



5,00g  
(5 fatias)

O sal é necessário à nossa sobrevivência. É o seu excesso que faz mal!

Para reduzir o consumo de sal podemos utilizar **ERVAS AROMÁTICAS e ESPECIARIAS** para dar aroma, cor e sabor às nossas refeições.



0,107g  
(uma porção de 15g tem 0,016g)

Consumir muito sal pode provocar doenças muito graves e pode até ser fatal..

Reduzir o consumo de alimentos com elevado teor de sal e não colocar o saleiro na mesa, também pode ajudar!



0,15g  
(um pacote tem 0,37g)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção	g ou ml (medida caseira)	% VD (1)
Quantidade por porção		
Valor energético	kcal = KJ	
Carboidratos	g	
Proteínas	g	
Gorduras totais	g	
Gorduras saturadas	g	
Gorduras trans	g	
Fibra alimentar	g	
Sódio	mg	

(1) Os Valores Diários são base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 KJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

