

Alimente cu multă sare

www.romedic.ro

Aveți **hipertensiune** sau suferiți de alte **afecțiuni cardio-vasculare**?
Atunci trebuie să cunoașteți aceste alimente și, în limita posibilităților, să le evitați.

Murăturile



Sosurile din comerț

- sosul de soia
- bulion
- ketchup
- dresinguri pentru salate



Snacks-urile

- chips-uri
- alune
- cartofi prăjiți
- popcorn



Branzeturile

- branză feta
- telemeaua
- caș



Preparate carne

- mezeluri afumate
- salam
- conserve de carne
- carne tocată
- pește conservat



Produse concentrate

- baze de mâncare
- supe instant
- mixuri de condimente la plic



share!
dacă îți place