



QUELLE EST LA TENEUR EN SODIUM DES ALIMENTS ?



311 mg
sodium



980 mg
sodium



204 mg
sodium



752 mg
sodium



552 mg
sodium



992 mg
sodium



425 mg
sodium



855 mg
sodium



440 mg
sodium



204 mg
sodium



= une cuillère à café de sel (1 g)



Pour rappel, un adulte ne devrait pas dépasser la consommation de **6 g de sel par jour**, soit 2,4 g de sodium.