



guadagnare
salute

rendere facili le scelte salutari
programma promosso dal Ministero della salute

CHIEDI AL
TUO FORNAIO
IL PANE CON
MENO SALE



PANE menosale

più salute con meno sale

 Regione Emilia-Romagna





Il pane fa parte della nostra cultura e **tradizione**, ma può diventare la principale fonte di sale nella nostra dieta, se ne contiene troppo!



Troppo sale nella dieta causa **pressione alta** e aumenta il rischio di malattie cardiache e ictus. Ogni giorno dovremmo assumere **al massimo 5g di sale (un cucchiaino da tè)**



Questo fornaio aderisce al progetto "**Pane meno sale**". Qui troverai un pane buono e sano: cuore, reni e ossa ringrazieranno!