



## Alerta ao Sal

<b>Alimento</b>	<b>Quantidade de Sal (100g)</b>
Arroz	0,01g
Massa	0,03g
Feijão	0,63g
Molho Bechamel	0,80g
Atum	1,2g
<b>Malefício do consumo excessivo de sal</b>	Aparecimento de diversas doenças, tais como: cancro, hipertensão arterial e doenças cardiovasculares
<b>Solução para reduzir o consumo de sal em casa</b>	Escolher alimentos que apresentem até 0,3g de sal por 100g de produto.

**Trabalho realizado por:** Diana Bento, 5ºE