

# Os campeões do sódio

Na

Veja qual é a quantidade de sódio encontrada em diferentes alimentos

(média calculada entre produtos de diversas marcas)

2721mg  
por 85g



Macarrão instantâneo com tempero

1198mg  
por 80g



Macarrão instantâneo sem tempero

759mg  
por 130g



Frango empanado

567mg  
por 80g



Hambúrguer bovino

551mg  
por 50g



Salsicha

525mg  
por 80g



Hambúrguer de frango

270mg  
por 30g



Biscoito de polvilho

230mg  
por 30g



Biscoito cream cracker

176,9mg  
por 25g



Salgadinho de milho

165mg  
por 30g



Requeijão