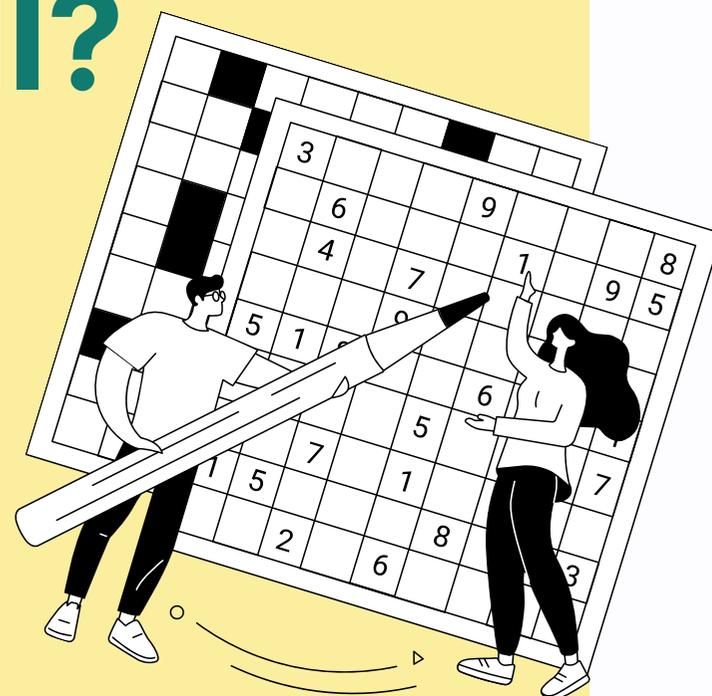


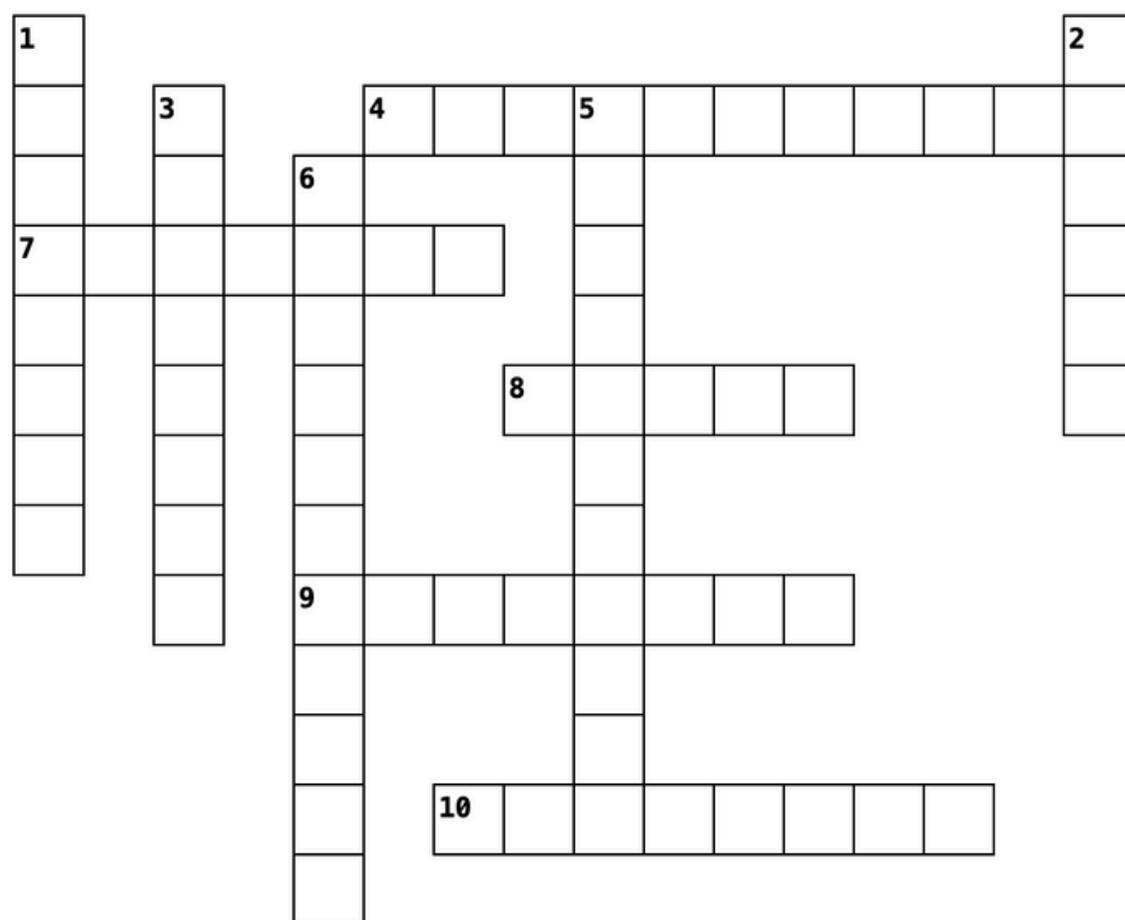
METTITI ALLA PROVA: QUANTI ALIMENTI RICCHI IN SALE INDOVINI?



La maggior parte del sale che consumiamo deriva da alimenti confezionati pronti all'uso. Ridurne il consumo, preferendo alimenti freschi, ti aiuterà a ridurre anche la quantità di sale proveniente dalla dieta.



Cruciverba del sale nascosto



DEFINIZIONI VERTICALI

1. Spesso sostituiscono il pane
2. Ci puoi farcire il panino
3. Derivati stagionati del latte
5. Condimenti in barattolo
6. Si vende in cubetti o granulare

DEFINIZIONI ORIZZONTALI

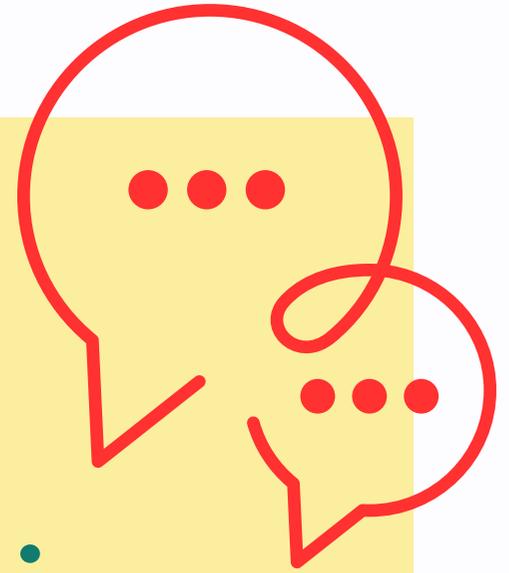
4. Insaporisce il sushi
7. Li mangi in fiocchi con il latte
8. La margherita del sabato sera
9. Dolcetti da colazione o per il tè
10. La mangi con le patatine fritte



Soluzioni

1. **Crackers**
2. **Salumi**
3. **Formaggi**
4. **Salsa di soia**
5. **Sughi pronti**
6. **Dado da brodo**
7. **Cereali**
8. **Pizza**
9. **Biscotti**
10. **Maionese**





**Quanti ne hai
indovinati?**

Scrivicelo nei commenti

