



[www.mene-solit.cz](http://www.mene-solit.cz)

*Jak a komu nadměrné solení škodí  
Kam se sůl ráda ukrývá  
Neslané recepty s chutí  
Zdravé solení u dětí  
Jak čist obaly po  
Dopřejte si ně  
Poradíme*

A kdybyste méně solili,  
možná byste věděli úplně všechno,  
*co na novém webu najdete...*

# Přesolené menu

## SNÍDANĚ

krajíc chleba s taveným sýrem  
a trvanlivým salámem



## SVAČINA

kornspitz s Nivou

## OBĚD

instantní gulášová polévka  
instantní sýrové těstoviny  
hlávkový salát s francouzským dresingem minerálka

## SVAČINA

pařížský salát a rohlík  
minerálka



## VEČEŘE

salámová pizza  
minerálka



## VEČER U TELEVIZE

chipsy a pivo

Tento jídelníček **obsahuje více než 15 g soli,**  
tedy více než **trojnásobek doporučeného** denního množství.