

Salzgehalt in Lebensmitteln: Die Ampel steht auf Rot!



5,8g*
97%



1,8g*
30%



1,2g*
20%



0,9g*
15%



0,8g*
12%

Rote Ampel für Salz in Lebensmitteln ab $> 1,5\text{g}/100\text{g}$
Die empfohlene tägliche Zufuhr liegt bei max. 6g/Tag

*Salzgehalt pro Portion (1 Pizza Scheiben / 40g Salami / Pumpernickel / 50g Gurken / 40g Ofenaufstrich)
Prozent der empfohlenen Menge mit einer einzigen Portion

verbraucherzentrale

Hamburg

Bildmaterial: Verbraucherzentrale Hamburg (vzhh)

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V. • www.vzhh.de • facebook.com/vzhh