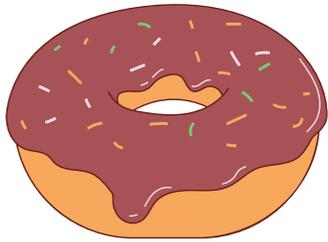


Proyecto de Atención,  
Seguimiento y  
Acompañamiento a  
casos y familias con  
COVID-19 desde la  
UACM



# ¿QUÉ ALIMENTOS SON ALTOS EN SODIO?

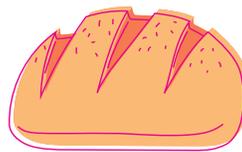


Panadería dulce:  
empaquetados.  
Instantáneos: avena,  
cereales de caja y  
sopas de pasta  
precocida



Manchego, gouda,  
Oaxaca, menonita,  
mozzarella y parmesano.

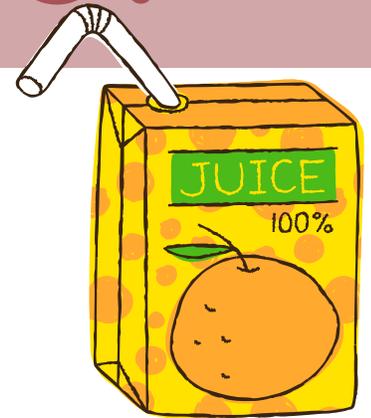
Pan salado: Bolillo,  
telera, pretzels,  
papas fritas.



Leche entera o  
saborizadas, café  
(cafeína), jugo  
embotellado,  
refresco y alcohol



Surtidos, cecina, de  
vísceras de res



Salchichas,  
embutidos,  
carne  
grasosa.

