



Заслужава си.



-12.7%*



SNACK DAY

Пълнозърнести
тортила питки
370 g/опаковка

-20%*

FRESHONA

Грах
с моркови
530 g/опаковка



-14.9%*

РОДНА
СТРЯХА

Лютеница
Едромляна
305 g/опаковка



По-малко сол и захар. Заслужава си.

#ХраненеСмисъл



%
по-малко количество
добавена сол



%
по-малко количество
добавена захар

Намалихме съдържанието на добавени сол и захар на над 600 продукта.

В тази специална брошура сме събрали 100 от тях, които доказват, че нещо любимо може да стане още по-добро.



* Спрямо първоначалната рецепта на същия продукт. Важи само за избрани продукти собствени марки на Lidl. За повече информация виж опаковката.

За периода 2018 – 2024 г. Lidl спести на българските потребители 97 тона добавена сол ($\approx$ 4 тира, пълни със сол) и 1585 тона добавена захар ($\approx$ 66 тира, пълни със захар), намалявайки съдържанието им в рецептите на над 600 продукта.



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Цариградски кюфтенца

От свинско и говеждо месо
Опаковано в защитна атмосфера
600 g/опаковка

 **-12.5%***



От млади
телета до
8-месечна
възраст

ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Карначе от младо телешко

Опаковано в защитна атмосфера
400 g/опаковка

 **-10%***



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Карначе

От свинско месо
Опаковано в защитна атмосфера
800 g/опаковка

 **-26.3%***



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Пряно пилешко филе

Панирано с корнфлейкс
500 g/опаковка

 **-50%***



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

РОДНА СТЯХА

Сурова наденица „Петрохан“

От пряно българско свинско месо
Опакована в защитна атмосфера
640 g/опаковка

 **-22%***



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Свински ребра Spare Ribs

С медена или медено-люта
марината
Подкоплетни
 $\approx$ 450 g/опаковка

 **-30.8%***

Средният дневен прием на сол в България е около **12.9 g**, което е над два пъти повече от препоръчителната доза на Световната здравна организация (СЗО) от под **5 g дневно**. Ситуацията е сходна и при свободните и добавени захари, за които СЗО препоръчва ограничаване до под 10%, а за оптимални здравословни резултати – под 5% от общия енергиен прием. Това се равнява на приблизително **25 g (около 6 ч.л.) на ден.****

Запознай се по-подробно и с останалите ни действия за осъзнато хранене:

<https://corporate.lidl.bg/otgovornost/conscious-nutrition>



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Грил наденички

С бекон и кашкавал

От свинско и говеждо месо

Опаковани в защитна атмосфера

500 g/опаковка



-22.2%*



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Кайма смес

От свинско и говеждо месо

Опакована в защитна атмосфера

500 g/опаковка



-15.8%*



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Кайма от говеждо месо

Опакована в защитна атмосфера

500 g/опаковка



-38.5%*



ГАРАНЦИЯ
за качество от
SGS
СВЕТОВЕН
ЛИДЕР В
КОНТРОЛА

ПОРЦИЯ СВЕЖЕСТ

Кайма

От свинско месо

С до 30% мазнини

Опакована в защитна атмосфера

500 g/опаковка



-35.1%*

** Източници:

СЗО (Sodium reduction)

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sodium-reduction>

World Population Review (Salt Consumption by Country):

<https://worldpopulationreview.com/country-rankings/salt-consumption-by-country>

WASH (Bulgaria Country Profile):

<https://www.worldactiononsalt.com/worldaction/europe/bulgaria/>

ЕРНА (WHO Sugar Recommendations):

<https://epha.org/who-recommends-cutting-sugar-intake-to-six-teaspoons-per-day/>

„Солта и захарта - дебнеща опасност за нашето здраве“, проф. Людмила Б. Иванова, специалист по хранене и диететика:

<https://www.lidl.bg/static/assets/Saltsugar3May2022Final-290440.pdf>



RIKOK PURE
Печено филе
 От свинско месо
 Нарязано
 150 g/опаковка



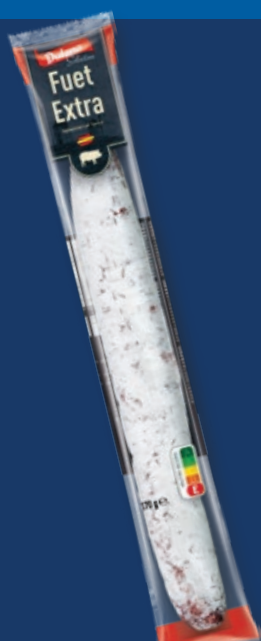
BARONI
Варена шунка
 От свинско месо
 1 kg/опаковка



RIKOK
Салам
 От свинско
 и говеждо месо
 Пушен
 300 g/опаковка



BARONI
Сугжук
 От свинско месо
 160 g/опаковка



DULANO
Испански Фует
 170 g/опаковка



BARONI
Сушеница
 От свинско месо
 140 g/опаковка



-10.7%*

РИКОК

Бекон

Варенопушен

300 g/опаковка



-29.4%*

PIRATES

Кренвирши

От пуешко месо

2 x 90 g/опаковка



-18.2%*

РИКОК

Кренвирши

От пуешко месо

250 g/опаковка



-19.8%*

РИКОК

Пушен бекон

≈ 700 g/опаковка



-16.7%*

BARONI

Шпек Бургас XXL

500 g/опаковка



-10%*

BARONI

Луканков салам

300 g/опаковка



-10.5%*



-33.3%*

BARONI

Луканка

250 g/опаковка

* Според първоначалната рецепта на същия продукт. Важи само за избрани продукти собствени марки на Lidl. За повече информация виж опаковката.



-10%*

DULANO

Шунка

От пуешки гърди

Нарязана

200 g/опаковка



-22.6%*

RIKOK

Бирени

пръчици

280 g/опаковка



-12.2%*

PIKOK

Свински бут

Варенопушен

≈ 400 g/опаковка



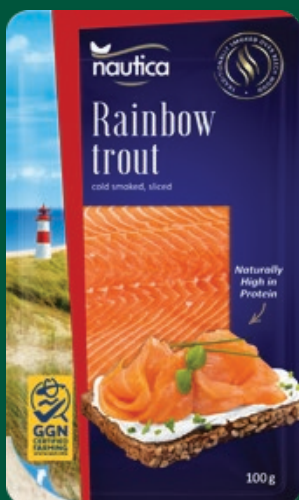
-10.5%*

CULINEA

Панирани

пуешки хапки

1 kg/опаковка



-15%*

NAUTICA

Филе от съомга

Пушено

100 g/опаковка



-32%*

PILOS

Кашкавал

От краве мляко

300 g/опаковка



PILOS
Едам
250 g/опаковка



PILOS
Едам
Нарязан
150 g/опаковка



PILOS
Пушено сирене
Нарязано
150 g/опаковка



PILOS
Жълто сирене
Нарязано
300 g/опаковка



РОДНА СТЯХА
Кашкавалено роле
Със свинска шунка
≈ 300 g/опаковка



РОДНА СТЯХА
Сирене Дунавия
От краве мляко
400 g/опаковка



-12.5%*

РОДНА СТРѝА

Бяло саламурено сирене

От овче мляко

400 g/опаковка



-10%*

РОДНА СТРѝА

Кашкавал

От краве мляко

400 g/опаковка



-47.4%*

РОДНА СТРѝА

Извара

6.8% масленост

500 g/опаковка



-20%*

MILBONA

Топено сирене

Нарязано

300 g/опаковка



-11.2%*

ITALIAMO

Песто Дженовезе

По традиционна
италианска рецепта

90 g/опаковка



-16.7%*

MILBONA

Моцарела

400 g/опаковка



-42.8%* **PILOS**
Крем сирене
200 g/опаковка



MILBONA
Крем сирене
Класик
300 g/опаковка



-31.8%* **CHEF SELECT**
Картофена салата
С крем фреш
1 kg/опаковка



-16.7%*



-10.7%* **CHEF SELECT**
Немска деликатесна
салата с колбас
400 g/опаковка



* Според първоначалната рецепта на същия продукт. Важи само за избрани продукти собствени марки на Lidl. За повече информация виж опаковката.



BARESA
Зелени маслини
Без костилки
70 g/опаковка



CHEF SELECT
Зелени маслини
Без костилки
350 g/опаковка



FRESHONA
Маслини
Каламон
415 g/опаковка



CHEF SELECT
Маслини
Каламата
450 g/опаковка



PILOS
Айрян
2.2% масленост
300 g/опаковка



PILOS
Айрян
2.2% масленост
1 l/опаковка



FRESHONA
Зеленчуци с масло
300 g/опаковка



CHEF SELECT
Лазаня Болонезе
Със свинско месо
1 kg/опаковка



COMBINO
Сос за паста
С босилек
400 ml/опаковка



TRATTORIA ALFREDO
Пица на пещ
Специале XXL
3 x 330 g/опаковка



-14.9%*

РОДНА СТРЕХА

Лютеница

Едромляна

Пикантна

305 g/опаковка



-30%*

CHIRA

Зелен фасул

Нарязан

350 g/опаковка



-14.9%*

РОДНА СТРЕХА

Лютеница

Едромляна

550 g/опаковка



-19.1%*

BARESA

Сушени домати

В слънчогледово и

маслиново масло

150 g/опаковка



-23.1%*

KANIA

Лозови сарми

С ориз

280 g/опаковка



-14.3%*

BARONI

Сви́нски пастет

200 g/опаковка



 **-30.8%***

РОДНА СТРЕХА

Бял хляб

Тип: ръчен

Нарязан

600 g/опаковка



 **-18.2%***

РОДНА СТРЕХА

Типов хляб

Тип: ръчен

Нарязан

600 g/опаковка



 **-21.7%***

TASTINO

Бял хляб

Нарязан

650 g/опаковка



 **-21.7%***

TASTINO

Типов хляб

Нарязан

650 g/опаковка





Пърленки
6 x 160 g/опаковка



TASTINO
Пълнозърнест
хляб
550 g/опаковка



Пърленка
160 g/бр.



Мини пърленка
50 g/бр.



Бял зедел със сусам
60 g/бр.



Хляб Сомун
По сръбска рецепта
300 g/бр.



Закуска пица
90 g/бр.



Багета
С чеснов пълнеж
165 g/бр.



Поничка
С плодов пълнеж
65 g/бр.



**Оригинална
френска
багета**
400 g/бр.



TASTINO
Пшенични сухари
4 x 125 g/опаковка



TASTINO
**Ръжено-
пшенични сухари**
4 x 90 g/опаковка



ALESTO
Фъстъци
Печени, осолени
200 g/опаковка



ALESTO
Слънчогледово семе
Белено, печено, осолено
200 g/опаковка



SNACK DAY
Снакс микс
250 g/опаковка



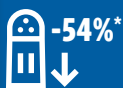
SNACK DAY
Гризини със слънчогледово семе
400 g/опаковка



MILBONA
Пудинг със сметана
С вкус на ванилия
200 g/опаковка



MILBONA
Пудинг със сметана
С вкус на шоколад
200 g/опаковка



CROWNFIELD
Шоколадови
мидички
500 g/опаковка



SONDEY
Бисквити
с подправка
600 g/опаковка



SONDEY
Вафлени рулца
С крем с вкус
на ванилия
280 g/опаковка



SONDEY
Вафлени рулца
С шоколадов крем
280 g/опаковка



SONDEY
Карамелени
вафли
400 g/опаковка



SWEET CORNER
Бонбони
Маршмелоу
300 g/опаковка



BELLAROM
Крем за кафе
На прах
200 g/опаковка



BELLAROM
Горещ
шоколаг
10 x 25 g/опаковка



-11.2%*

TASTINO
Обикновени бисквити
1 kg/опаковка



-44%*

ITALIAMO
Италиански
хрупкави вафлички
200 g/опаковка



-18.4%*

TASTINO
Бисквити
С канела
90 g/опаковка



-60%*

PALACE
Шоколадови бонбони
400 g/опаковка



-20.4%*

FREEWAY
Газирана
безалкохолна
напитка
Портокал
330 ml/опаковка



-17.4%*

KONG STRONG
Енергийна напитка
Различни видове
250 ml/опаковка

