FOOD / 004

B12 강화 표시 찾기

채식 식단의 공급원을 구체적으로.

01

자연 공급원

동물성 식품에 자연적으로 들어 있어요.

02

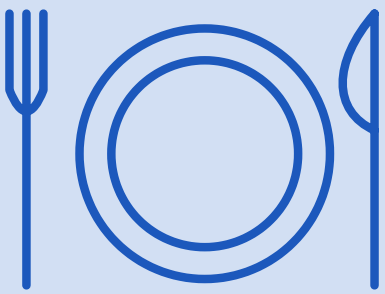
강화 제품

첨가한 식품은 표시를 확인해요.

03

상담

섭취가 충분한지는 전문가와 살펴요.



B12 CHECK

공공자료 기반 건강정보
일반 정보이며 개인별 진단·처방이 아닙니다.
NIH ODS · Vitamin B12