FOOD / 024

오메가3 라벨의 공급원

어유와 해조유를 구별해요.

01

원료

어유·해조유 등 공급원을 확인해요.

02

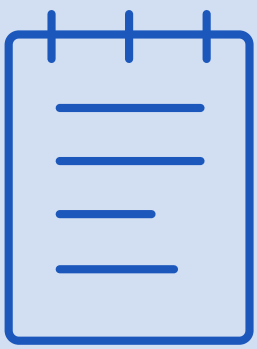
성분

EPA와 DHA 함량을 살펴요.

03

비교

같은 섭취량을 기준으로 읽어요.



OIL

COLLECTION / 324

공공자료 기반 건강정보

일반 정보이며 개인별 진단·처방이 아닙니다.

NIH ODS · Omega-3