

ВИТАМИНЫ



Основное количество витаминов поступает в организм с пищей, и только некоторые синтезируются в кишечнике обитающими в нём полезными микроорганизмами, однако и в этом случае их бывает не всегда достаточно.

Витамины А, D, Е, Н, Р, К, С содержатся в здоровой пище!