

Витамин А (ретинол)



Содержится в:



A vibrant assortment of fresh vegetables including tomatoes, carrots, eggplant, bell peppers, and leafy greens. The background is a soft, light green gradient.

Витамин А является важнейшим компонентом антиоксидантной защиты организма, особенно каротиноиды.

**Ретинол
необходим
для зрения
и костей,
а также
здоровья
кожи, волос
и работы
иммунной
системы.**

