B12 VİTAMİNİ

Enerji arttırıcı, sakinleştirici, hafıza güçlendirici, sindirimi kolaylaştırıcı ve bağışıklık sistemini güçlendirici etkileri vardır. Taze balıkta, süt ürünlerinde, dana etinde ve yumurtada bulunur.

© lezzetler.com tarif no:5619 • adı:B12 Vitamini • gönderen:melancoly • indirme tarihi:24.04.2024 - 14:58