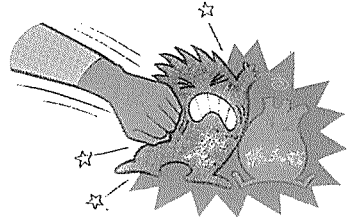


암 예방을 위한 식생활

암 예방을 위한 식생활은, 성인병 예방을 위한 식생활

포인트

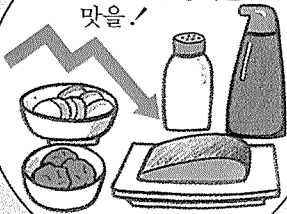
- 염분은 가급적 조금만
- 균형잡힌 식사
- 녹황색 채소 많이



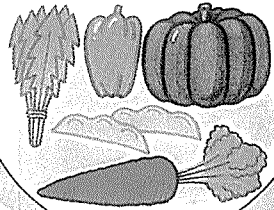
영양의 균형을
생각하여 편협되지
않은 식사를



소금을 적게
사용하여 싱거운
맛을!



녹황색 채소를
들볶!



가능한 한 많은 종류를 섭취하십시오

