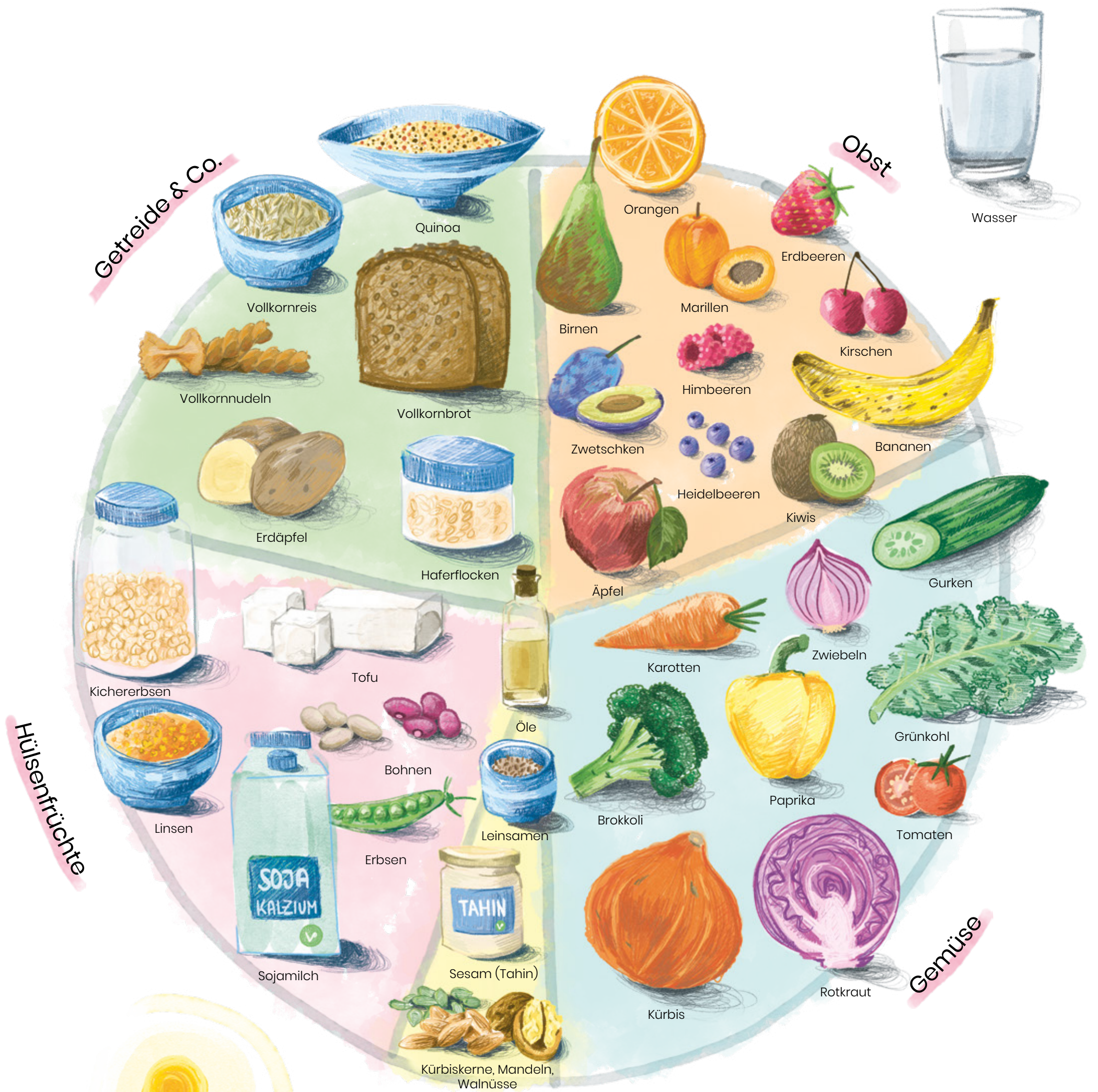


Der vegane Ernährungsteller

Ausgewogene Ernährung auf einen Blick!



Vitamin B₁₂ und ggf.
weitere Supplemente



Algen, jodiertes Speisesalz und/oder
andere Jodquellen