

13. “关爱生命、拥抱健康”是人类永恒的主题。下列说法正确的是

- A. 食用蔬菜、水果可补充维生素
- B. 人体必需元素的摄入应该越多越好
- C. 青少年要注意膳食中的营养平衡，不要偏食
- D. 食用含铁丰富的食物预防大脖子病