



ВИТАМИНЫ

Составила: Гуринович Светлана

Витамины в растениях

	В ₁	В ₂	РР	Каротин	А	С	В ₆	К	В ₃	Р	Д	У	Н	Е	В ₉	
Бобы	+	+	+	+		+										
Горох	+	+	+	+		+	+	+								
Фасоль	+	+	+	+		+	+	+								
Ревень	+	+	+	+		+	+		+	+						
Щавель	+	+	+	+		+		+								
Морковь	+	+		+							+					
Петрушка				+		+										
Сельдерей	+	+	+	+		+										
Укроп				+		+										
Брюква	+	+	+	+		+										
Капуста	+	+	+	+		+	+	+					+			
Редис	+	+	+	+		+										
Редька	+	+	+	+		+										
Репа	+	+		+		+	+									
Хрен	+	+	+			+										
Лук	+	+	+			+	+							+		

	В ₁	В ₂	РР	Каротин	А	С	В ₆	К	В ₃	Р	Д	У	Н	Е	В ₉		
Чеснок	+	+				+	+		+								
Свёкла	+	+	+	+		+	+		+	+							
Шпинат	+	+	+	+	+	+	+	+		+	+		+	+	+		
Салат	+	+	+	+		+	+	+		+				+			
Картофель	+	+	+	+			+	+			+	+			+		
Томат	+	+		+		+	+	+	+	+							
Арбуз	+	+	+	+		+											
Дыня				+		+				+							
Огурец	+	+	+		+	+	+										
Тыква	+		+	+	+	+											
Виноград	+	+	+	+		+		+		+							
Гранат						+											
Кизил						+											
Маслина																	
Абрикос	+	+		+		+	+										
Айва	+	+	+	+		+	+	+	+	+					+		
Вишня	+	+	+	+		+				+							

	В ₁	В ₂	РР	Каротин	А	С	В ₆	К	В ₃	Р	Д	У	Н	Е	В ₉
Груша	+	+	+	+	+	+				+					
Персик	+	+	+	+	+	+			+	+					
Слива	+	+		+		+				+					
Яблоня	+	+	+	+	+	+		+		+					
Апельсин	+	+	+	+		+				+					
Лимон	+	+	+	+	+	+				+					
Мандарин	+	+	+	+		+									
Инжир	+	+		+	+	+									
Брусника				+		+									
Голубика			+			+									
Клюква				+		+									
Черника	+	+	+	+		+									
Бузина										+					
Жимолость						+				+					
Калина				+		+		+		+					
Можжевельник						+									
Крыжовник	+	+		+		+	+		+	+					+

