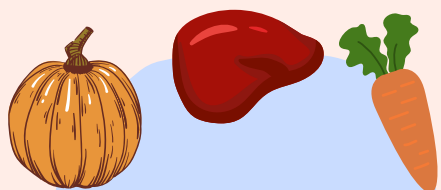
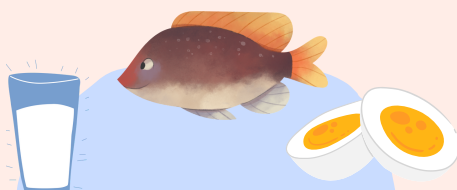


# VITAMINŲ ŠALTINIAI

Žmogaus organizmui būtina gauti ne tik įvairių mikroelementų, bet ir vitaminų, svarbių žmogaus sveikatai, todėl dalijamės informacija, kokiuose maisto produktuose galima atrasti vitaminų.



**VITAMINAS A**



**VITAMINAS D**



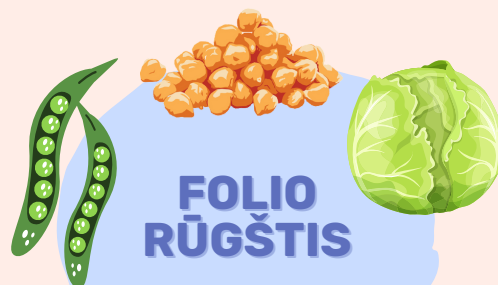
**VITAMINAS E**



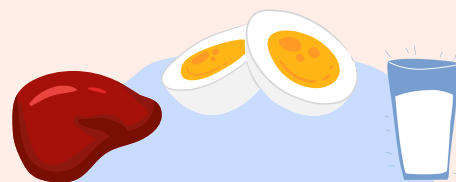
**VITAMINAS K**



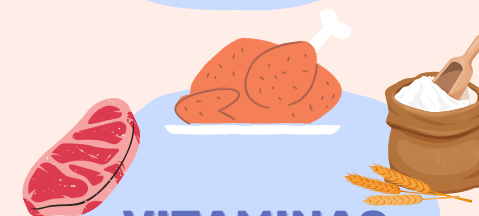
**VITAMINAS C**



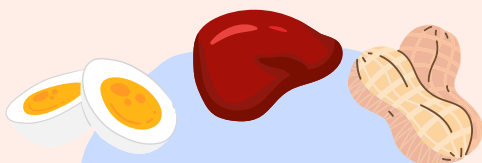
**FOLIO RŪGŠTIS**



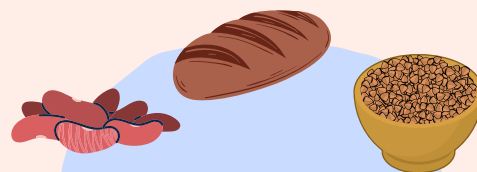
**VITAMINAS H**



**VITAMINAS PP**



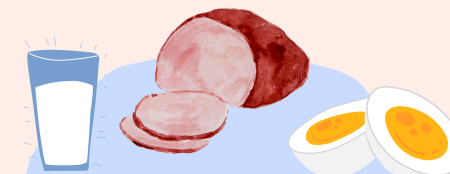
**PANTOTENO RŪGŠTIS**



**VITAMINAS B1**



**VITAMINAS B6**



**VITAMINAS B12**