



АБЕТКА ЗДОРОВ'Я



ВІТАМІНИ



ЇЖА,  
КОРИСНА ДЛЯ ЗДОРОВ'Я





**ВІТАМІНИ** - РЕЧОВИНИ, НЕОБХІДНІ  
ДЛЯ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ, ЇЇ РОСТУ ТА  
РОЗВИТКУ.



- ІСНУЄ БАГАТО ВІТАМІНІВ;
- ДЛЯ ЗРУЧНОСТІ ЇХ НАЗИВАЮТЬ БУКВАМИ ЛАТИНСЬКОГО АЛФАВІТУ: А, В, С;
- ВОНИ МІСТЯТЬСЯ У ПРОДУКТАХ ХАРЧУВАННЯ.

