

Ernährung - Vitamine

Man unterteilt Vitamine in zwei Gruppen:



Vervollständige die Tabelle:

Hier kannst du recherchieren



Übernehme das richtige Ergebnis in deine Mappe.

Vitamin	beispielsweise beteiligt an...?	beispielsweise enthalten in...
C		
B12		
D		
A		

Wachstum, Gedächtnis
Blutbildung

Milchprodukte, Fleisch

Fisch, Avocado



Sehen

Wundheilung,
Immunreaktion

Kalkablagerungen in
den Knochen

Zitrusfrüchte, Paprika

Leber, Möhren

(Provitamin)

