



Đậu nành



Thịt lợn



Trứng gà



Vịt quay



Vừng



Đậu Hà Lan



Cua



Ốc



Mỡ lợn



Dầu thực vật



Cá



Đậu phụ



Dừa



Lạc



Tôm



Thịt bò

Thực phẩm chứa nhiều đạm

Thực phẩm chứa nhiều chất béo