الوصف	الفيتامينات	الأملاح المعدنية
5. مركبات عضوية		
6. لها دور على الأنشطة الأيضية		
7. يساعد على بناء العظام		
8. يمكن إنتاجها بواسطة البكتيريا		
9. جزء أساسي من النظام الغذائي الصحي		
10. مركبات غير عضوية		