

1. Ktoré vitamíny sú rozpustné vo vode?=\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Ktoré vitamíny sú rozpustné v lipidoch?=\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. Ktoré vitamíny vznikajú z provitamínov a akých?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Aké sú triviálne názvy pre vitamíny A=\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, D\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, B1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, B12\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, B6\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, B3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, C\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, H\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, E\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, B2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_?
2. Patrí kyselina listová medzi vitamíny?
3. Ktoré vit. sú dôležité pre správnu krvotvorbu?
4. Čo je beri-beri?
5. Čo je pelagra?
6. Čo je anémia?
7. Čo je rachitis?
8. Ktoré vitamíny sú dôležité a ktoré najdôležitejšie pre správny imunitný systém?
9. Kedy a prečo sa malým deťom dáva na lyžičku rybí tuk?
10. Vypíšte TOP potraviny ako zdroj vitamínov.
11. Ktorými vit. nám hrozí predávkovanie?