

# 100-16

## 問題文

野菜に含まれていないビタミンはどれか。1つ選べ。

1. ビタミンB<sub>1</sub>
  2. ビタミンB<sub>2</sub>
  3. ビタミンB<sub>6</sub>
  4. ビタミンB<sub>12</sub>
  5. ビタミンE
- 

## 解答

4

## 解説

選択肢 1,2 ですが

ビタミン B<sub>1</sub> , B<sub>2</sub> は緑黄色野菜に含まれています。野菜に含まれていないということはありません。

選択肢 3 ですが

ビタミン B<sub>6</sub> は、にんにく等に多く含まれています。野菜に含まれていないということはありません。

選択肢 4 は、正しい選択肢です。

菜食主義者が欠乏することがある栄養素として知られています。ビタミン B<sub>12</sub> が欠乏すると悪性貧血を引き起こすことがあります。

選択肢 5 ですが

ビタミン E は、かぼちゃ等に多く含まれています。野菜に含まれていないということはありません。

以上より、正解は 4 です。