



A – витамин роста.







	Витамин А	Каротин
Печень говяжья	15	—
Почки говяжьи	—	—
Масло сливочное свежее и топленое	0,6	—
Молоко коровье (цельное)	0,05	—
Сливки	0,3	—
Сметана	0,3	—
Яичный желток	0,96	—
Печень трески	3,3	—
Сардины в масле	0,21	—
Капуста (зеленые листья)	—	3
Лук зеленый	—	6
Морковь красная	—	9
Перец красный	—	10
Томаты красные	—	2
Масло растительное	—	—