Bulunduğu Yiyecekler

Ekmek, elma, şeker pancarı, üzüm, muz, patates, buğday, yulaf, pirinç ve tatlılar.

Bulunduğu Yiyecekler

Et, süt, yumurta, tavuk, balık, baklagiller

(fasulye, nohut,

mercimek, bezelye vb.) ve kuru yemişler.

Bulunduğu Yiyecekler

Bitki tohumları, zeytin, susam, soya, ceviz, fındık, mısır,

ayçiçeği, tereyağı, kuyruk yağı, et ve balık.

Bulunduğu Yiyecekler

Tüm sebze ve meyveler.

Bulunduğu Yiyecekler

Bütün besinlerde bulunur.