



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

E VİTAMİNİ

Buyume ve ureme icin gereklidir. Bugday, pirinc, misir, dari, cavdar, marul, soya, yerfistigi, kabak cekirdegi, badem, susam, ceviz, zeytinyağı, aycicek yagi, misirozu yagi, pamukyagi ve yesil sebzelere bulunur.

© lezzetler.com tarif no:6858 • adi:E vitamini • gönderen:otelman • indirme tarihi:17.05.2025 - 08:58