VİTAMİNLERİN ÇEŞİTLERİ

Vitaminler, bulundukları maddelere ve vücuda yaptıkları etkilere göre kimyasal adlarla anılmaktadırlar. Ancak, bunların hatırda kolay kalmaları için harflerle adlandırılmaları uygun görülmüştür.
Vitaminler harfle anılan adlarına göre A, B, C, D, E, F, K ve P vitaminleri'dir. Bunlardan B vitaminin tek vitamin değil, bir kaç vitaminden meydana gelmiş bir vitamin kompleksi (topluluğu) olduğu sonradan anlaşılmış, bu nedenle bunlara B vitaminleri denilerek bir B vitamini olarak tanımlanmıştır.

© lezzetler.com tarif no:40948 • adı:VİTAMİNLERİN ÇEŞİTLERİ • gönderen:vira • indirme tarihi:28.03.2024 - 15:48