

Nutriente/vitamina/mineral	Presente en:
Vitamina A (retinol)	Pollo, cerdo, huevo, salmón, mero, merluza, sardinas, hígado, riñon, sesos, atún.
Vitamina B1 (tiamina)	Higado, conejo, pollo, pavo, cerdo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Vitamina B2 (riboflavina)	Higado, corazón, riñon, conejo, pollo, pavo, cerdo, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Vitamina B3 (niacina)	conejo, pollo, pavo, cerdo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas, atún.
Vitamina B5 (acido pantoténico)	Hígado, riñon, corazón, conejo, pollo, pavo, cerdo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza sardinas.
Vitamina B6 (piridoxina)	Hígado, riñon, corazón, conejo, pollo, pavo, cerdo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Vitamina B9 (ácido fólico)	Hígado, conejo, pollo, pavo, cerdo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Vitamina B12 (cianocobalamina)	Hígado, corazón, riñon, conejo, pollo, pavo,

Vitamina D	Huevo, sardinas, hígado, riñon, salmón, atún,
Vitamina E	Avestruz, buey, huevo, mero, merluza, sardinas, riñon, hígado, sesos.
Vitamina K	Huevo, mero, merluza, sardinas, hígado.
Calcio	Conejo, pollo, pavo, cerdo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, merluza, sardinas.
Cloro	Huevo, salmón, atún.
Cobre	Pollo, pavo, cerdo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Yodo	Salmón, merluza, marisco, huevo.
Hierro	Conejo, pollo, pavo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Magnesio	Conejo, pollo, pavo, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Manganeso	Conejo, pollo, pavo, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Fósforo	Conejo, pavo, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Potasio	Conejo, pollo, pavo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.
Selenio	Conejo, pollo, pavo, cordero, cabra, avestruz, buey, huevo, ternera, salmón, mero, merluza, sardinas.

	animal listado.
--	-----------------