

Name: _____

Date: _____

Vitamins and Minerals

B T U X W E Q K F O X P L T E N I M A I H T U U
A P J P V L G R V R S J V G A J E Q B Z W W X O
V X Y T I N Z B V I F V N V S N G C U Q G W L S
L P E W T S Z U F O L I C A C I D P D C H G L U
T P W N A N I C A I N I C R O O V V N Z Z T B R
O O X Q M D R Q T T Q V K I R A V G B R T H Z T
V T H R I Z H K R B V T B N B M F N C C Y P P I
C A Y A N U Y L I F I P K B I Y T L T H L B V C
I S L J A V D C B I P S X U C V O Z M L B K E P
N S Z O P S N Y O F A M N E A C L X X D I Y B I
Z I B J B M I H F Y P C Z L C G Y V E D I K V N
X U X O J J M X L Z E K E E I M U I C L A C U M
C M A C W Z A E A S J U N U D G H Q P B J F G E
P H L O P A T O V U G O I G B V P S E M F O H S
A T E O P V I R I Q M R M J G N L L B B S E V C
Q H S F R T V C N A N C A N B Y Y O R U Y L F T
J P O F L I G W G V I L T Y G R D N R L G C I A
D L Z L R F Q N P T I I I D W V P O Q D S L C O
E W U O B L E N O E M T V D A B P P G G O N E N
B C N R Q S E P N Q O V A P D S G L X Q M Y V U
X X J B I Z R A Z P F B F M O Y W I S X C O A D
G X N U C B U Z F W J Z W H I P F T H I F Z P Z
B G M W F S R V K P V C P T E N N D H I D X S Y
F A J O A V R U U F S E K K K G B C G O G Q H Z

ascorbic acid

vitamin b

vitamin a

potassium

niacin

folic acid

vitamin e

magnesium

thiamine

iron

riboflavin

vitamin d

phosphorus

calcium