

## TABLEAU DES NUTRIMENTS

Nutriments non vitaminiques		Les vitamines
A. docosahexaénoïque	Calcium	Rétinol
A. eicosapentaénoïque	Chlorure	Vitamine A
Acide alpha-linolénique	Cholestérol	Vitamine B1 ou Thiamine
Acide aminée	Chrome	Vitamine B12
Acide arachidonique	Cuivre	Vitamine B2 ou Riboflavine
Acide butyrique	Cuivre	Vitamine B3 ou PP ou Niacine
Acide caprique	Eau	Vitamine B5 ou Acide Pantothénique
Acide caproïque	Fer	Vitamine B6
Acide caprylique	Fibres	Vitamine B9 ou Folates
Acide gras monoinsaturés	Fluore	Vitamine C
Acide gras polyinsaturés	Glucose	Vitamine D
Acide gras saturés	Iode	Vitamine E
Acide laurique dodécanoïque)	Magnésium	Vitamine K
Acide linoléique	Manganèse	Vitamine K1
Acide myristique	Molybdène	Vitamine K2
Acide oléique	Phosphore	Bêta-Carotènes
Acide palmitique	Potassium	
Acide stéarique	Sélénium	
Acides organiques	Sélénium	
Alcool	Sodium	
	Soufre	
	Zinc	

## LES NUTRIMENTS ESSENTIELS

Acides aminés	Minéraux	Acides gras	Vitamines
histidine	Calcium	Les omégas 3	Vitamine A (rétinol)
Isoleucine	Chlore	et oméga 6 :	Vitamine B1 (thiamine)
Leucine	Chrome		Vitamine B2 (riboflavine)
Lysine	Cuivre	Acide linoléique	Vitamine B3 (niacine)
Méthionine	Fer	Acide linoléique	Vitamine B5 (acide pantothénique)
Phénylalanine	Fluor	Acide arachidonique	Vitamine B6 (pyridoxine)
Thréonine	Iode		Vitamine B8 (biotine)
Tryptophane	Magnésium		Vitamine B9 (acide folique)
Valine	Manganèse		Vitamine B12 (cyanocobalamine)
	Molybdène		Vitamine C
	Phosphore		Vitamine D
	Potassium		Vitamine E
	Sélénium		Vitamine K
	Sodium		
	Soufre		
	Zinc		