

ÇİNKO (ZN)' NUN EN ZENGİN KAYNAKLARI

- Karaciğer
- Et
- Balık
- Süt
- Yumurta
- Peynir
- Badem içi
- Ceviz
- Elma
- Kurufasülye
- Karnabahar
- Buğday
- Patates
- Havuç
- Domates
- Makarna
- Pirinç
- Bulgur
- Ekmek
- Zeytin
- Yeşil yapraklı sebzeler
- Mantar