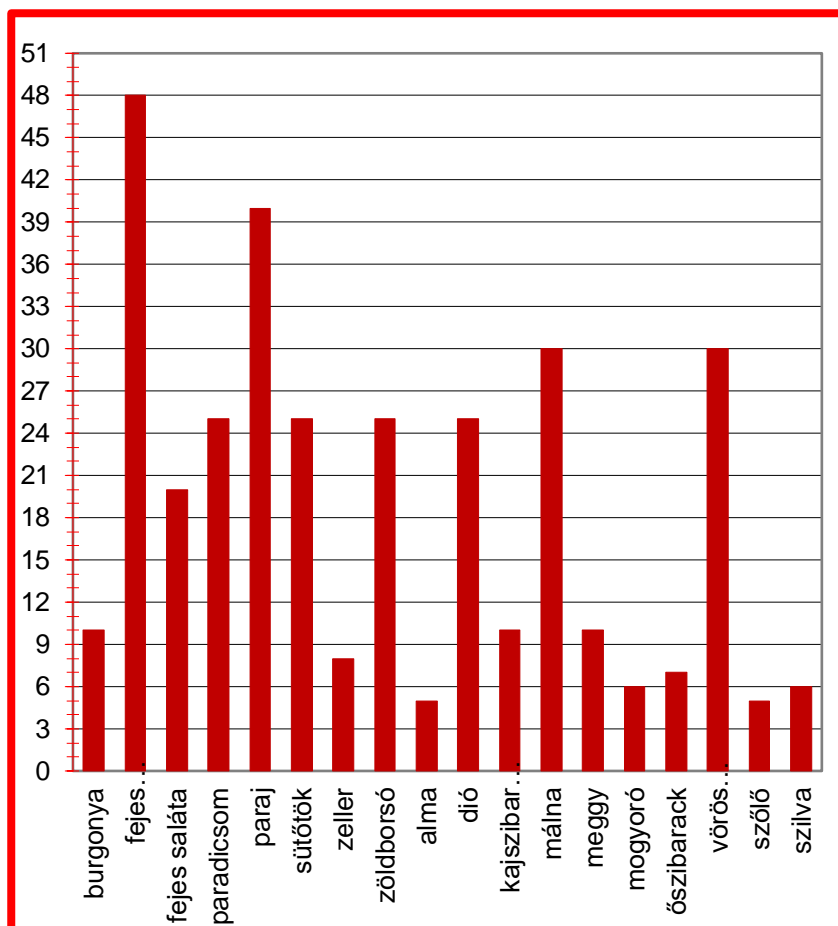


## DIAGRAMOK, GRAFIKONOK

Az alábbi táblázatban a hazai zöldség- és főzelékfélék és gyümölcsök vitamintartalma (mg vitamin / 100 g) olvasható. Keresd meg azokat, amelyeket nem ábrázoltuk az oszlopdiagramon! Mit lehet ezekről elmondani?

megnevezés	C-vit (mg)
burgonya	10
fejes káposzta	48
fejes saláta	20
paradicsom	25
paraj	40
petrezselyem	160
sütőtök	25
zeller	8
zöldborsó	25
zöldpaprika	150
alma	5
csipkebogyó	400
dió	25
kajszibarack	10
málna	30
meggy	10
mogyoró	6
őszibarack	7
vörös ribizli	30
fekete ribizli	160
szőlő	5
szilva	6



A felnőtt lakosság napi C-vitamin szükséglete 60 mg. Számold ki, hogy mennyit kell fogyasztani a különböző gyümölcsökből és zöldségekből ahhoz, hogy elegendő C-vitamin bevitelünk legyen.

megnevezés	mennyiség	megnevezés	mennyiség
burgonya		csipkebogyó	
fejes káposzta		dió	
fejes saláta		kajszibarack	
paradicsom		málna	
paraj		meggy	
petrezselyem zöld		mogyoró	
sütőtök		őszibarack	
zeller		vörös ribizli	
zöldborsó		fekete ribizli	
zöldpaprika		szőlő	
alma		szilva	