

Name: _____

Date: _____

Vitamin B12

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

Nutritional yeast

Sardines

Salmon

Trout

Clams

Liver

Eggs

Milk

Tuna

Beef