

Composition du chocolat

Composition of chocolate • Composición del chocolate

Composition du chocolat (100 g) Composition of chocolate (100 g) • Composición del chocolate (100 gr.)	Chocolat noir Dark chocolate • Chocolate negro	Chocolat au lait Milk chocolate • Chocolate de leche	Chocolat blanc White chocolate • Chocolate blanco
Théobromine • Theobromine • Teobromina : <small>(Alcaloïde stimulant proche de la caféine • Stimulant alkaloid resembling caffeine • Alcaloide estimulante semejante a las de la cafeina)</small>	0,6 g	0,2 g	-
Glucides • Carbohydrate • Glúcidos	60,3 g	57,0 g	52,0 g
Lipides • Fat • Lípidos	33,5 g	32,3 g	37,0 g
Protides • Protein • Prótidos	3,2 g	7,6 g	7,5 g
Vitamines • Vitamins • Vitaminas :			
A	0,012 mg	0,090 mg	0,066 mg
B1	0,06 mg	0,1 mg	0,1 mg
B2	0,06 mg	0,3 mg	0,4 mg
C	1,14 mg	3,0 mg	3,0 mg
D	0,0013 mg	0,0018 mg	0,0004 mg
E	2,4 mg	1,2 mg	traces • rastros
Sels minéraux • Mineral salts • Sales minerales :			
Calcium • Calcium • Calcio	20 mg	220 mg	250 mg
Magnésium • Magnesium • Magnesio	80 mg	50 mg	30 mg
Phosphore • Phosphorous • Fósforo	130 mg	210 mg	200 mg
Oligoéléments • Micro elements • Oligoelementos :			
Fer • Iron • Hierro	2,0 mg	0,8 mg	traces • rastros
Cuivre • Copper • Cobre	0,7 mg	0,4 mg	traces • rastros
Valeur calorique • Caloric value • Valor calórico	2320 kJ	2300 kJ	2380 kJ
Totale • Total	555 kcal	550 kcal	570 kcal

Source Chocoholic

