

	Unités	Chocolat au lait	Chocolat noir 40% de cacao minimum	Chocolat noir 70% de cacao minimum	Chocolat blanc
Energie (Kcal)	Kcal	547	498	545	545
Protéines	g	7	6,4	8,1	7
Glucides	g	57,5	49,6	33	57,7
Lipides	g	32,1	30,4	42,3	31,8
Fibres alimentaires	g	2,1	7,46	10,9	0,4
Magnésium	mg	58	92	206	27
Calcium	mg	202	111	60	257
Fer	mg	2	11	10,7	0,2
Potassium	mg	251	380	727	350

Tableau de composition nutritionnelle moyenne pour 100 grammes de chocolat en tablette.

Source : Ciqua 2008.*