

BENEFICIO DEL CHOCOLATE NEGRO

El chocolate negro contiene menos azúcar que el chocolate de leche. Tiene un alto contenido de antioxidantes y contiene magnesio, hierro, y potasio.

Magnesio

**Bueno para el
corazon**



Hierro

**Previene
anemia**



Potasio

**Bueno para la
presion alta**



**Christina Perez
Student Dietitian**