

# ТОП-10 «ВСЁ БУДЕТ В ШОКОЛАДЕ»

## Польза шоколада

**ШОКОЛАД** богат кальцием, магнием и фосфором, благодаря которым мы становимся красивыми и умными. Фосфор питает мозг, магний регулирует клеточный обмен, кальций обеспечивает крепость костной ткани. Тианины, содержащиеся в шоколаде, обладают антибактериальными свойствами и препятствуют образованию зубного налета; фосфаты и фтор укрепляют зубы. Таким образом, **шоколад** никак не может стать причиной кариеса, в чем его незаслуженно обвиняют.

Пожалуй, одно из наиболее ценных свойств **шоколада** – его способность поднимать настроение. Если одолевают грусть и печаль – съешьте шоколадку или кусочек шоколадного торта, и жизнь покажется краше. Ведь содержащийся здесь магний противодействует депрессии, улучшает память, повышает устойчивость к стрессам и укрепляет иммунитет.

Медики рекомендуют потреблять **шоколад** для профилактики простуды и весенней усталости. А если простуда все же настигла, рассосите кусочек за кусочком полплитки черного **шоколада** – кашель и боль в горле пройдут.

Мы решили выяснить, а какой же **шоколад** предпочитают наши ученики. Для этого нами был проведен опрос. Да, всю школу опросить мы не успели, но ведь, наша команда – начинающие журналисты. Так что всё у нас впереди!

## Ознакомьтесь с нашей «шоколадной десяткой»:

Итак, на первом месте **шоколад** «КИТ-КАТ»



Серебро достается – «Альпенгольду»



Тройку лидеров закрывает «Милка»



На четвертом месте – «Альбени»



Почетное пятое место у сладкой парочки «Твикс»

«Милквей» расположился на шестой строчке



Шоколад с космическим названием «Луна» и почетное седьмое место



Еще одна шоколадка из космоса – «Марс» занимает восьмую ступень



Девятое место у «Нестле»

А вот на десятом «Пористый шоколад».



Материал подготовила  
Кульбизекова Альбина

