

## Tumeda šokolaadi teavituskampaania



### Tume šokolaad on enam kui hõrk maius

**Mai Messer,**  
tootumiseadlane

Šokolaad on toidudainetest kõige rikkalikuma aroomide bouquetiga.

Kõikides kokkadele tõe armastajatele meeldivad erinevad aroomid. Uudele on kibe lõhn, fermensoortidel tavaliselt aga peenelõhn, vein, kirs, ja sidrila lõhn. Selliste liandub seistes maasik ja ilmselt mees roostinud magus-kibe lõhn. Lisaks lianduvad veel sügava maitse ja soojad aroomid, teadlikult on aroomid, et šokolaadi peetakse hõrguks maitses.

Lisaks tekitab see pika ajaooksu ülemäärane magus mõistlikus koguses tarbimise korral ka organismi vastupidavuse.

Teaduslikud uuringud on lootanud, et just tumeda šokolaadi, leidub mitmeid organismi tervetavaid omadusi. Kakaos ja seega ka šokolaadi lianduvad

rikkalikult antioksüdantidega, mis aitavad kaasa tervisele ja pikaeelisele elule. Kakaos ja seega ka šokolaadi lianduvad ka rikkalikult flavonoididega, mis aitavad kaasa tervisele ja pikaeelisele elule.

Kuna tumedat šokolaadi on tavaliselt kõrgema kakaosisaldusega, on sellel ka põletikuvastane, allergia- ja viirustevastane toime ning see aitab kaasa tervisele ja pikaeelisele elule. Tõepoolest ei ole raviloomega, kuid mõnede ravimite toime. Ühe rikkalikult süsivesikute sisaldusega, et regulaarne kakaos või tumeda šokolaadi tarbimine aitab kaasa tervisele ja pikaeelisele elule. Nii näitab selgus Ameerika tootjate 2012. aasta uuringu tulemustel, et iga päev šokolaadi tarbimise korral on 2,8 korda suurem tõenäosus elada üle 70 aasta vanuseni.

Organismi kaitvate omaduste kõrval ei ole aga vähemalgi, et tumedat šokolaadi hõrk ja erutab ka meid. Šokolaadi tarbimine aitab kaasa tervisele ja pikaeelisele elule. Kuna šokolaadi hõrk ja erutab ka meid, on see tervetavate omaduste kõrval ka hõrk maius.

Šokolaadi hõrk ja erutab ka meid, on see tervetavate omaduste kõrval ka hõrk maius. Šokolaadi hõrk ja erutab ka meid, on see tervetavate omaduste kõrval ka hõrk maius.

Kuldmuna 2013

# Projekti üldandmed

**Projekti nimi:** Tumeda šokolaadi teavituskampania

**Toimumisaeg:** Oktoober-november 2012

**Tellija:** Eesti Toiduainetööstuse Liit

**Teostaja:**

- Kommunikatsioonibüroo Hamburg&Partnerid OÜ
- Konsultant Kristi Jõesaar
- Projektijuht Hanna-Liisa Ruul

**Esitaja:** Hamburg & Partnerid OÜ



**Õhtuleht** NAISED

Avaleht Uudised Sport Elu **Naised** Arvamus Tarbija Ilm TV Galeri

Suhted ja seks Stella Päeva retsept Toit Ilu Tervis Pere Kodu Moefotod Moenurk

REKLAAM- Müüme lae tühjaks! Viimased Delli sülearvutid hinnaga € 349

## Šokolaadiga sügismasenduse vastu (2)

Kersti Eero  
6. oktoober 2012, 08:00

Facebook 14

"Surematusele kõige lähemal olevat ujumine ja tumed šokolaad," mulgab Eesti Toiduliidu juht Sirje Potisepp. Kui ujumisega läheb praegu päev-päevalt keerulisemaks, siis õnnehormooni – serotonini – taset soodustavad šokolaadi tasuks just sügise süüa.

"Just sügis- ja talvekuudel, mil energiat kipub nappima ning organism vajab viirushaiguste ennetamisel lisatuge, aitab tükike tumedat šokolaadi päevas tõsta tuju ja maandada stressi," ütleb Sirje Potisepp. Uuringute kohaselt aitavad tumedas šokolaadis peituvad flavonoidid toetada inimese vastupanuvõimet haigustele. Selleks peaks organis saama päevas 2,5 grammi kakaod või 10 grammi tumedat šokolaadi.

**Kapriline tooraine**

Kui EMORI uuringu põhjal inimesed arvavad, et on viimastel aastatel beaiflikumalt toetuma kokarud



# Situatsioonianalüüs

- **Turg:** šokolaaditahvlid moodustavad 25% ehk veerandi maiustuste turust. Ligi 20% šokolaadi tarbimisest moodustab tume šokolaad.
- **Ostukäitumine:** eestlased on Emori andmetel enda hinnangul kõige enam vähendanud maiustuste tarbimist ning hindavad tervislikkust.
- **Konkurents:** kogu toiduaineteturul, sh magusaturul on konkurents tihe erinevate tootekategooriate, tootjate ning toodete vahel. Brändimata šokolaadi teavitus saab olla vaid väga üldine.
- **Uudsus:** meedias on šokolaad laialdaselt käsitletud teema, millele on keeruline uudisväärtust leida.
- **Sihtrühmad:** kampaania on suunatud suhteliselt laiale sihtrühmale – aktiivsed naised vanuses 17-55 eluaastat, kes tarbivad erinevat meediat ning on vastuvõtlikud erinevat tüüpi sõnumitele.

# PR-kampaania eesmärgid

---

- Viia sihtrühmadeni teave tumeda šokolaadi headest omadustest ning mõistlikust tarbimisest läbi üleriigilise ja maakondliku meedia
- Tekitada huvi ja muuta tumeda šokolaadiga seotud teemad nähtavaks sotsiaalmeedias



# Kampaania sihtrühmad

- 17-55-aastased naised:
  - Aktiivsed, trendikad ja terviseteadlikud
  - Nii eesti kui vene keelt kõnelevad
- Kõik magusa tarbijad



**ELUstiil**

## Miks on kasulik olla šokohoolik?

Loetleme põhjused, miks mõõdukas kogus šokolaadi teeb ainult head, ja anname ideid, kuidas seda tumedat maiust oma välise ilu heaks ära kasutada.

# Strateegia

---

Kampaania lansseerimise keskeks tegevuseks oli plaanitud pressiüritus, mis oleks pildiliselt atraktiivne ning tõmbaks teema meedia fookusesse toetades kogu järgnevat kampaania kulgu. Kampaania vältel edastatakse teavet läbi põhisõnumite nii üleriiklikus- kui maakondlikus meedias ning läbi regulaarse tegevuse Facebook'is.

Keskendusime strateegias kahele peamisele liinile:

- Tavameedia – šokolaadi headest omadustest ja tarbimise mõistlikkusest väljaannete ja sihtrühma spetsiifikast lähtuvalt
- Sotsiaalmeedia – huvi äratamine ja lisateave jagamine šokolaadist kui maitsvast ja mõnusast, kuid kasulikust maiusest

# Põhisõnum

- **Mõistlikus koguses tumeda šokolaadi tarbimine teeb tervisele head**
  - **Mida tumedam šokolaad seda positiivsem mõju organismile** (šokolaadi ajalugu, koostisosad, erinevad liigid ja nende omadused)
  - **Tükike tumedat teeb head mõistlikult tarbides** (tarbimissoovitused, kogused, tasakaalustatud toidu olulisus)
  - **Tume šokolaad toetab organismi ja aitab ennetada mitmeid terviseriske** (hea meeleolule, hea südamele-vererõhule, hea mõtlemisele)
  - **Tume šokolaad on hõrk ja mõnus maius, mis tekitab heaolutunde ja rahulolu iseendaga** (erinevad kasutamisevõimalused, uudsed retseptid)



# Kõneisikud

- Kampaania sõnum oli üles ehitatud:
  - tarbimise mõistlikkusele ja šokolaadi toimeainetele;
  - šokolaadi maitseomadustele ja kasutamisele.
- **Seega kõneisikuteks:**
- **Mai Maser – tunnustatud toitumisteadlane**
- **Sirje Potisepp – Toiduliidu juht**
- **Rain Käärst – tuntud kokk**





# Tegevuskava (1)

- PR-tegevused vältasid septembri lõpust novembri lõpuni nii tava- kui sotsiaalmeedias lähtudes selgelt iga kanali ja väljaande spetsiifikast:
  - Eelkajastuste initsieerimine kuuajakirjadesse: naistele suunatud ajakirjad, toiduväljaanded, terviseajakirjad (nt Tervis Pluss, Oma Maitse jt)
  - Pressibriifingu korraldamine, ürituse kommunikatsioon: tervise-, toidu- ja elustiiliväljaannetele ning uudismeediale kampaania lansseerimise ja põhisõnumite kommunikatsiooniks (pressiteated, fotogalerii pakkumine, retseptid jm)

# Pressibriifing – 3. oktoober 2012

- Osales 27 väljaande/kanali esindajat, meedialt positiivne tagasiside



Tööstusliku turuala kättemõeldud pressikonverents 3.10.2012

Kõlalehitud:

- Ulla Tõllonen
- Maia Lusa (Kesklinna)
- Ketty Kiggas
- Anu Tõlle (Kesklinna)
- Riina Pelt (Kesklinna)
- Taru Tõlle (Kesklinna) taru.tolle@kirjapost.ee
- Linda Pärn (Nais 24)
- Anu Põhler
- Vilho Vartiainen
- Eira Põlle (Põlvamaa)
- Julia Põlle (Landskroon/ERK) julia.polle@oee.ee
- Anne Põlle (Kesklinna) anne.polle@kirjapost.ee
- Liina Põlle (Kesklinna) liina.polle@kirjapost.ee
- Natália Saal natalia.saal@kirjapost.ee
- Kati Kõlle (Kesklinna) kati.kolle@kirjapost.ee
- Pille-Mai Kõlle (Kesklinna) pille-mai.kolle@kirjapost.ee
- Elin Kõlle (Kesklinna) elin.kolle@kirjapost.ee
- Eli Kõlle (Kesklinna) eli.kolle@kirjapost.ee
- Marika Kõlle (Kesklinna) marika.kolle@kirjapost.ee
- Mari-Liis Tõlle (Kesklinna) mari-liis.tolle@kirjapost.ee
- Melen Süts (Kesklinna) melen.syts@kirjapost.ee
- Eira Kõlle (Kesklinna) eira.kolle@kirjapost.ee
- Pille Kõlle (Kesklinna) pille.kolle@kirjapost.ee
- Pille Kõlle (Kesklinna) pille.kolle@kirjapost.ee
- Natália Saal (Kesklinna) natalia.saal@kirjapost.ee

# Näiteid kajastustest – online-meedia



## Miks tume šokolaad hea on?

03.10.2012

Eesti Toiduliit tutvustab oktoobrikuus tumedašokolaadi omadusi, toimeaineid ja mõistlikku tarbimist. Tutvustame meilegi tumeda šokolaadi kasulikke omadusi.



### Hea meeleolule

- Šokolaad aitab hoida ära stressi ja loob õnnehormooni endorfiini teket.
- Šokolaadis olevad kakaoflavonoidid ei mõõdukalt tarbimisel. Küll aga on suurte

### Hea südamele ja vererõhule

- Tume šokolaad võib kaasa aidata kõrge vererõhu langetamisel.
- Tume šokolaad mõjub veresoonte seinale laieneb veresoonte valendik ning alaneb vererõhk.
- Tume šokolaad võib aidata vähendada kolesterooli taset.
- Tumeda šokolaadi tarbimine vähemalt korral seda keskmiselt 5 mmHg.
- Tume šokolaad sisaldab flavonoidide katehhiinideid, mis aitavad kaasa südame tugevdamisele ja veresoonte seina tugevdamisele.
- Katehhiinidel on ateroskleroosi pidurdav mõju.
- Tume šokolaadil on positiivne mõju südamehaiguste ennetamisel.
- Z. tüüpi diabeedi korral aitab tume šokolaad mõistlikul tarbimisel hoida kõrguvat veresuhkru taset stabiilsena.

### Hea mõtlemisele

- Šokolaadis leiduv flavonoidide suurendab kapillaarides verevoolu ja aitab hoida mälu värskena.
- Uuringute põhjal aitab ja hoida mälu värskena.
- Šokolaadis olev kofeiin annab energilisemaks.
- Šokolaadi 100 gramm

KOÖK

## Millised on tumeda šokolaadi head omadused?

(17)

03.10.2012 15:38

Kommenteeri | Prindi

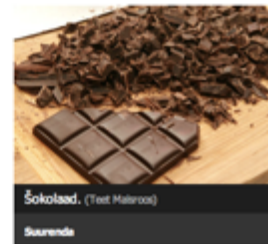
Eesti Toiduliit tutvustab oktoobris tumeda šokolaadi omadusi, toimeaineid ja mõistlikku tarbimist.



Tume šokolaad

t tutvustab oktoobrikuus laadi omadusi, toimeaineid ja rbitmist. Viimastel aastatel on šokolaadi söömine Eestis lmisel aastal tarbiti ligi 2600 dltahvleid, millest ligi 20% me šokolaad.

uga on Eestis šokolaadi tarbimine ljunud aastaga suurenenud ca 4% s on kiiresti kasvanud just tumeda ine. Toiduliidu juhi Sirje soovib liit kampaania raames



Šokolaad. (Teit Mataloo)

Suurenda

## PERENAINE.EE BLOGI

16 OKT

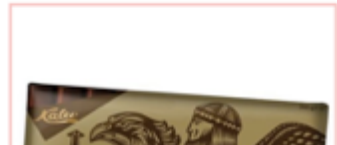
### Šokolaadist, tumedalt

20% Eestis müüdnud šokolaadit on tume šokolaad, sealhulgas on olemas ka tume šokolaad "Kalevi tume šokolaad meesplahhõõnega".

Eelilmsuse looluvad veel Kalevi Riis, Karl Faust tume širvi ja meeliga, Kalevi Kalev tume šokolaad kirgiga ning Porgale tume šokolaad. Eesti Toiduliidu andmetel on tumeda šokolaadi eelilmsuse tõusnud.

Tinapüüva traditsioon liituvad, et tumeda šokolaadi on mitmeid organismile kasulikke omadusi. Näiteks mõjub see vererõhku ja kolesteroolitaseme alandamist ning aitab hoida kolesterooli taset mõistlikuna. Samuti aitab tume šokolaad hoida ajurõhku, hoida närvide tugevust ning võib oluliselt vähendada

Samaa tühj mõelva pidada, et organismi terveteks loogiseks püües on diid veel 2,5 grammi šokolaadi või 10 grammi tumeda šokolaadi (100 gile eesvõtte).



Reis Auto Tehnika Elekter

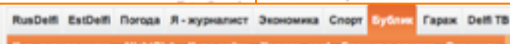
REKLAM- TOTAALNE ALLAHINDLUS!!! Uued 15" ekraaniga HP sülearvutid € 249

## Toiduliit soovib tumedat šokolaadi

(20)

Toimetas Katrin Rohtla  
3. oktoober 2012, 15:41

Soovita 19



## Началась просветительская кампания о черном шоколаде (4)

Будак 03. октября 2012 15:35

Эстонский союз пищевой промышленности в октябре ознакомит общественность со свойствами и активными веществами черного шоколада, а также разъяснит принципы умеренного потребления. В последние годы в Эстонии выросло потребление именно черного шоколада: в прошлом году в пищу было употреблено около 2600 тонн шоколадных плиток, из которых около 20 процентов составил черный шоколад.



Pressifoto

По состоянию на конец июня потребление шоколада в Эстонии по сравнению с прошлым годом выросло на четыре процента. В том числе наблюдается быстрый рост потребления черного шоколада. По словам руководителя Эстонского союза пищевой промышленности Сирге Поттисеп, цель кампании — ознакомить общественность с активными веществами, содержащимися в черном шоколаде, о которых по сравнению с тонким вкусом и приятным запахом продукта говорится недостаточно подробно.

ajaloo ja toimeained, et inimesed šokolaaditoodet," lausus Sirje Potisepp. tume šokolaadit teadlikult eelilmsuse

# Tegevuskava (2)

---

- Pidev ja läbimõeldud infovoog üleriiklikus tavameedias: raadio ja tele jutusaated; tarbijarubriigid online- ja kirjutavas meedias; teemakäsitlused, testid ja tarbijamängud ajakirjades (nt Terevisoon, Ringvaade, Prillitoos, Raadio4 päevaprogramm, Naised, Cosmoplitan jt)
- Kampaaniasõnumite levitamine maakondlikus meedias: maakonnalehtedele arvamusartiklid, testimise- ja intervjuude pakkumine
- Kampaania kommunikatsioon Facebookis: pidev infovoog viidetest infoallikatele; auhinnamängud; elustiiliväljaannete Facebook'i lehtede kaasamine

# Näiteid kajastustest: audiovisuaalne meedia

11.10.2012 06:55 - Terevisioon



03.10.2012 19:00 - Ringvaade



## Raadio Neli Eesti Rahvusringhääling

4 октября в программе "Доброе утро,

- горький шоколад помогает справиться с давлением и улучшает память. Изысканным лакомством без ущерба для здоровья?
- современная молодежь нуждается в обучении подростков азам дресс-кода и этикета в ресторане и на фуршете?
- КУМУ приглашает в гости. Какой бы это был повод?
- "холодной войны" и что такое "музейный эффект"?
- нарвские школы ищут "пропавших" детей. Куда исчезают школьники и кто в этом виноват?

Четыре часа актуальной и познавательной информации, а также музыка на любой вкус. Эфиром рулит Юлия Балий.

Vaata tölget



11.11.2012 09:00 - Prillitoos



# Näiteid kajastustest: paberväljaanded

**Niipõhineand**

Prüünlise šokolaadi ja šokolaadi valmistamise kohta on teinud uuringuid, mis näitavad, et šokolaad on tervislik ja maitsev. Šokolaad on tervislik ja maitsev. Šokolaad on tervislik ja maitsev.

**Šokolaad nõuab kokalt pühendumist**

Šokolaadi valmistamine nõuab kokalt pühendumist. Šokolaadi valmistamine nõuab kokalt pühendumist. Šokolaadi valmistamine nõuab kokalt pühendumist.

**MIKS ON TÜKIKE TUMEDAT ŠOKOLAADI PAREM KUI**

**Tume šokolaad mõjub tervisele hästi!**

Tume šokolaad on parem kui hele, seda on kasulikum. Aga ega seda lihtne öelda ole, sest nii mõnigi maitsetahvlik külg on suuremat suulist haugates võib kurku lähe karuvali turve tekkida. Seetõttu soovime mõnusaimes tumeda šokolaadi ostjatele.

**S**eda on ka hea süüa, mille alla ei ole tervislik. Tume šokolaad on tervislik ja maitsev. Tume šokolaad on tervislik ja maitsev. Tume šokolaad on tervislik ja maitsev.

Šokolaadi valmistamine nõuab kokalt pühendumist. Šokolaadi valmistamine nõuab kokalt pühendumist. Šokolaadi valmistamine nõuab kokalt pühendumist.

**Tume šokolaad teeb õnnelikuks**

Tume šokolaad teeb õnnelikuks. Tume šokolaad teeb õnnelikuks. Tume šokolaad teeb õnnelikuks.

**Õnnesaak tahab kodus õiget hooldamist**

Õnnesaak tahab kodus õiget hooldamist. Õnnesaak tahab kodus õiget hooldamist. Õnnesaak tahab kodus õiget hooldamist.

**Enne pole tõeliselt tervise D-vitamiini saadust saanud**

**Светлые стороны темного шоколада**

Светлые стороны темного шоколада. Светлые стороны темного шоколада. Светлые стороны темного шоколада.

**ШОКОЛАДИНИ КУРС**

ШОКОЛАДИНИ КУРС. ШОКОЛАДИНИ КУРС. ШОКОЛАДИНИ КУРС.

Шоколади курс. Шоколади курс. Шоколади курс.

**Šokolaadi terviseks**

Šokolaadi terviseks. Šokolaadi terviseks. Šokolaadi terviseks.

Šokolaadi terviseks. Šokolaadi terviseks. Šokolaadi terviseks.

**MIKS ON TÜKIKE TUMEDAT ŠOKOLAADI PAREM KUI KLAAS PUNAST VEINI?**

MIKS ON TÜKIKE TUMEDAT ŠOKOLAADI PAREM KUI KLAAS PUNAST VEINI? MIKS ON TÜKIKE TUMEDAT ŠOKOLAADI PAREM KUI KLAAS PUNAST VEINI?

MIKS ON TÜKIKE TUMEDAT ŠOKOLAADI PAREM KUI KLAAS PUNAST VEINI? MIKS ON TÜKIKE TUMEDAT ŠOKOLAADI PAREM KUI KLAAS PUNAST VEINI?

# Tulemused

---

- **Kokku ca 60 meediakajastust:**

Tele – 5

Raadio – 5

Paberväljaanded – 33

Online – 16

- **Müügitulemused**

Olenemata sellest, et teavituskampaania ei olnud ühegi kaubamärgi keskne, kasvas nt turuliidri Kalevi tumeda šokolaadi müük 2012. aasta IV kvartalis 40% võrrelduna 2011. aasta IV kvartaliga.

# Facebook

- Auhinnamäng – 4 nädalat, igal nädalal 1 võitja
- 2-3 tumeda šokolaadiga seotud postitust nädalas
- 349 fänni, 311 postitust, 297 jagamist





# Eriprojektid

## Rimi Toit&Trend, Aastavakk 2013, auhinnamäng Cosmopolitani Facebooki lehel

### TUME ŠOKOLAAD TOETAB TUJU JA TERVIST

TEKST SIRJE POTSEPP TOICULIDU JA

Kuigi uuringute kohaselt on inimesed viimastel aastatel tervisliku toidumaa hakanud ja söövad rohkem kõõgvilja, näitavad müüginäidist kasvanud on hoopis šokolaadi tarbimine!

**E**elavad aastad võivad tulla ligi 2000 tonni šokolaaditootet, kuigi see on viimane šokolaaditootet ei ole taun.

Just sügis- ja talvkuudel, mil energiat rapib ning organism vajab viimaseid reservoore, loomulikult suureneb šokolaadi tarbimine. Tükk šokolaadi püsib tiheda ja meeldiva maitsega.

Tumeda šokolaadi tootmine on keeruline, sest sellel on palju erinevaid komponente. Niihõlme šokolaadi tootmine on keeruline, sest sellel on palju erinevaid komponente.

#### Magusad faktid

Tume šokolaad võtab alla nii mõnimeetri kui ka poolmeetri. Sellest on 33-75% kakaomassi. Pimešokolaad sisaldab enamasti kakaomassi, suhkrut ja maitset. Valge šokolaad ei sisalda ühtegi kakaomassi. Selle tootmise käigus kasutatakse suhkrut, suhkrut ja vaniilivõõrit.

**VASTA JA VÕIDA!** Millest pühapäevade tootmine šokolaadi? Saada vastus meile tal com-kuni 10. detsembrini loostumise võiduga kaasa!

001

### Tumedas šokolaadis on peidus kasulikke aineid

Viimaste avaliku arvamuse uuringute kohaselt määravad inimesed endi hinnangul ootustuseid toiduainete maitse, värvikust, kvaliteet ja hind. Sealjuures on tervislikkus ja tervisliku toidu tarbimine muutumas üha olulisemaks. Ühe poole Eesti elanikest leiab Emorfi elanike ootustuseid uuringu kohaselt, et nad on suurendanud kõõgviljade tarbimist ning vähendanud suhkrut sisaldavate toodete söömist.

Ormei näitab 2012. poolaasta lõpu seis, et näiteks šokolaadimaitsete aastane tarbimine maht kasvab ning jõudvalt just tumeda šokolaadi tarbimine. Šokolaaditööstuse aastane kogumaht on poolaasta seisuga võrreldes eelmise aasta sama ajaga kasvanud üle 10 protsendi. Sealjuures moodustab eestimaalaste aastast 2600 tonnise šokolaadi tarbimisest 20 protsenti tumeda šokolaadi osakaal.

Selle trendi analüüsimisel on mees pidada, et arsti ei tähenda head ja maitset halba ehk et ka sedeli tervislikkus ei ole must-vaig kõõgi- ja puuviljade tervislikkusest mõjust tervisele on räägitud palju fookusesse seokord tumeda šokolaadidused ja toime.

Teaduslikud uuringud on tõestanud, et tumeda šokolaadis leidub suures koguses tervisele toetavaid aineid. Kakaoseda sisaldavad rikalikult antioksiidide flavonoidide. Mida rohkem on tootet ubade tahket osa, seda rohkem on flavonoidide. Lisatud suhkur, piimatooted kaovad lahustavad kakaoseda osa.

Flavonoidid toetavad organismi parandamist põletike ja viiruste vastu. Kakaoseda sisaldavad rikalikult antioksiidide flavonoidide. Mida rohkem on tootet ubade tahket osa, seda rohkem on flavonoidide. Lisatud suhkur, piimatooted kaovad lahustavad kakaoseda osa.



Kas teadte et...  
...üha "šokolaad" on arvatavasti pehmelt ja lihtsalt kasutatud sõnast, mis ütleb lihtsat vett.  
...maitse ja asteegid hindades kakaoseda kõõgi ja kasutades seda rahana, nii et valmistatud "lihtsat vett" seid juba vahele.  
...mida suurem on kakaoseda šokolaadi sisaldus, seda parem on mõju tervisele. Tume šokolaadis on kakaomassi 35-75%, see on nii mõnimeetri kui poolmeetri...  
...pimešokolaad koosneb erinevas koguses kakaomassi, suhkrut, suhkrut ja maitset...  
...valge šokolaad ei sisalda ühtegi kakaoseda. Selle tootmise käigus kasutatakse suhkrut, suhkrut ja vaniilivõõrit.

