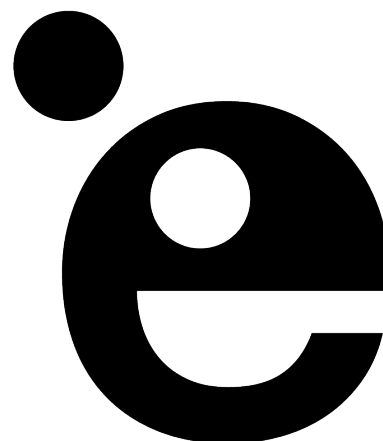


Sucre dans les boissons lactées et les sérés Sel dans les soupes et les sauces à salade

Etat des lieux 2020

Esther Infanger, Externas Sàrl
Publié en août 2021

Rapport établi sur mandat de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires
OSAV



Impressum

Contrat n° 0714001588 d'évaluation de deux séries d'enquêtes dans le cadre de la Déclaration de Milan.
Rapport remis en mai 2021.

Mandant

Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV
Schwarzenburgstrasse 155
3003 Berne
www.osav.admin.ch

Auteure

Esther Infanger
Externas Sàrl
Aspenweid 2
6214 Schenkon
www.externas.ch

Traduction

Traduit de l'allemand par l'OSAV.

Illustrations

Salière d'ICONS8, sucrier doseur de freepik.

Table des matières

Résumé	8
Zusammenfassung.....	9
Sintesi	10
Summary.....	11
1. Introduction	12
2. Procédure.....	13
2.1. Relevé de la teneur en sucre	15
2.2. Relevé de la teneur en sel	16
3. Interprétation des boîtes à moustaches.....	17
4. Boissons lactées	18
4.1. Définitions.....	18
4.2. Bilan des boissons lactées.....	19
4.3. Teneur en sucres dans les boissons lactées – tableaux et diagrammes.....	20
5. Sérés.....	29
5.1. Définitions.....	29
5.2. Bilan des sérés disponibles sur le marché.....	30
5.3. Teneur en sucres dans les sérés – tableaux et diagrammes	31
6. Soupes.....	39
6.1. Définition des soupes.....	39
6.2. Bilan des soupes disponibles sur le marché	39
6.3. Teneur en sel dans les soupes – tableaux et diagrammes.....	41
7. Sauces à salade.....	50
7.1. Définition de la sauce à salade.....	50
7.2. Bilan des sauces à salade disponibles sur le marché	51
7.3. Teneur en sel des sauces à salade – tableaux et diagrammes.....	52
8. Prochaines étapes	60

Liste des tableaux

Tableau 1: Liste des évaluations effectuées.....	14
Tableau 2 : Variétés de boissons lactées.....	18
Tableau 3 : Teneurs en sucres (en g/100 ml) dans les boissons lactées.....	20
Tableau 4 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les diverses variétés de boissons lactées.....	21
Tableau 5 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées des diverses entreprises.....	22
Tableau 6 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées, selon qu'elles sont destinées aux enfants ou non.....	23
Tableau 7: Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées selon leur teneur en lactose.....	24
Tableau 8 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées selon leur teneur en protéines.....	25
Tableau 9 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées selon leur teneur en matière grasse.....	26
Tableau 10 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées conventionnelles comparée à celle des produits bio.....	27
Tableau 11 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées en fonction de la base du produit.....	28
Tableau 12: Variétés de sérés.....	29
Tableau 13 : Teneur en sucres des sérés.....	31
Tableau 14 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les diverses variétés de sérés.....	32
Tableau 15 : Sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés des diverses entreprises.....	33
Tableau 16 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés, selon qu'ils sont destinés aux enfants ou non.....	34
Tableau 17 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés, selon qu'ils sont commercialisés comme desserts ou non.....	35
Tableau 18 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés selon leur teneur en matière grasse.....	36
Tableau 19 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés conventionnels comparée à celle des produits bio.....	37
Tableau 20 : Sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés en fonction de la base du produit.....	38
Tableau 21 : Variétés de soupes.....	39
Tableau 22 : Teneur en sel des soupes.....	41
Tableau 23 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les diverses variétés de soupes.....	42
Tableau 24 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes des diverses entreprises.....	43
Tableau 25 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes selon le mode de préparation.....	44
Tableau 26 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes, en fonction du mode de préparation.....	46
Tableau 27 : Teneur en sel (en g/100 ml) des soupes, en fonction de l'utilisation d'ingrédients rehaussant le goût ou non.....	47
Tableau 28 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes conventionnelles comparée à celle des produits bio.....	48
Tableau 29 : Teneur en sel (en g/100 ml) des soupes, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non.....	49

Tableau 30 : Variétés de sauces à salade	50
Tableau 31 : Teneur en sel des sauces à salade.....	52
Tableau 32 : Teneur en sel (en g/100 ml) des diverses variétés de sauces à salade	53
Tableau 33 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade des diverses entreprises	54
Tableau 34 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade des diverses entreprises selon leur teneur en matière grasse	55
Tableau 35 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade, en fonction du type de sel utilisé	56
Tableau 36 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade, en fonction de l'utilisation d'ingrédients rehaussant le goût ou non.....	57
Tableau 37 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade conventionnelles comparée à celle des produits bio.....	58
Tableau 38 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non	59

Liste des illustrations

Illustration 1 : Explications du diagramme de la boîte à moustaches	17
Illustration 2 : Comparaisons des teneurs en sucres totaux et en sucres ajoutés dans des boissons lactées (à l'exclusion des produits non sucrés)	20
Illustration 3 : Distribution des teneurs en sucres totaux et en sucres ajoutés dans des boissons lactées (à l'exclusion des produits non sucrés)	20
Illustration 4 : Teneur en sucres ajoutés dans les diverses variétés de boissons lactées (y c. produits non sucrés).....	21
Illustration 5 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées des diverses entreprises (A-R) (y c. produits non sucrés).....	22
Illustration 6 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon qu'elles sont destinées aux enfants ou non (y c. produits non sucrés).....	23
Illustration 7 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon la teneur en lactose (y c. produits non sucrés).....	24
Illustration 8 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon la teneur en protéines (y c. produits non sucrés).....	25
Illustration 9 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon la teneur en matière grasse (y c. produits non sucrés).....	26
Illustration 10 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées conventionnelles comparée à celle des produits bio (y c. produits non sucrés)	27
Illustration 11 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées en fonction de la base du produit (y c. produits non sucrés).....	28
Illustration 12: Comparaison des teneurs en sucres totaux et en sucres ajoutés dans les sérés	31
Illustration 13: Distribution des teneurs en sucres ajoutés dans les sérés.....	31
Illustration 14: Teneur en sucres ajoutés dans les diverses variétés de sérés	32
Illustration 15: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés des diverses entreprises (A-E).....	33
Illustration 16: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés, selon qu'ils sont destinés aux enfants ou non	34
Illustration 17: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés, selon qu'ils sont commercialisés comme desserts ou non.....	35
Illustration 18: Teneurs en sucres ajoutés dans les sérés, en fonction de la teneur en matière grasse	36
Illustration 19: Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés conventionnels comparée à celle des produits bio.....	37
Illustration 20: Teneurs en sucres ajoutés dans les sérés, en fonction de la base du produit	38
Illustration 21: Distribution des teneurs en sel dans les soupes.....	41
Illustration 22: Teneur en sel (en g/100 ml) dans les diverses variétés de soupes	42
Illustration 23: Teneur en sel dans les soupes des diverses entreprises (A-G).....	43
Illustration 24: Teneur en sel dans les soupes (y c. bouillons), en fonction du mode de préparation.....	44
Illustration 25: Teneur en sel des soupes (à l'exclusion des bouillons sans garniture), en fonction du mode de préparation	45

Illustration 26: Teneur en sel des bouillons sans garniture, en fonction du mode de préparation	45
Illustration 27: Teneur en sel des soupes, en fonction du type de sel utilisé.....	46
Illustration 28: Teneur en sel des soupes, en fonction de l'utilisation d'ingrédients exhausteurs de goût ou non	47
Illustration 29: Teneur en sel des soupes conventionnelles comparée à celle des produits bio.....	48
Illustration 30: Teneur en sel des soupes, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non.....	49
Illustration 31: Distribution des teneurs en sel des sauces à salade	52
Illustration 32: Teneur en sel des diverses variétés de sauces à salade.....	53
Illustration 33: Teneur en sel des sauces à salade des diverses entreprises (A-G)	54
Illustration 34: Teneur en sel des sauces à salade, selon leur teneur en matière grasse.....	55
Illustration 35: Teneur en sel des sauces à salade, en fonction du type de sel utilisé	56
Illustration 36: Teneur en sel des sauces à salade, en fonction de l'utilisation d'ingrédients rehaussant le goût ou non.....	57
Illustration 37: Teneur en sel des sauces à salade conventionnelles comparée à celle des produits bio	58
Illustration 38: Teneur en sel des sauces à salade, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non.....	59

Résumé

En 2015 s'est tenue à Milan l'exposition universelle « Expo 2015 », qui avait pour thème « Nourrir la planète – Énergie pour la vie ». Dans le cadre de cette exposition, dix entreprises suisses et le conseiller fédéral Alain Berset ont signé, le 15 août 2015, la Déclaration de Milan. Ces sociétés se sont engagées à revoir la recette de leurs produits et à réduire progressivement la teneur en sucre de leurs yogourts et de leurs céréales pour petit-déjeuner. Deux ans plus tard, quatre autres sociétés décidaient à leur tour de signer la Déclaration de Milan.

En 2019, ces quatorze entreprises et le conseiller fédéral Alain Berset convenaient de prolonger la déclaration de Milan jusqu'en 2024 et de l'élargir à d'autres groupes de denrées alimentaires et au sel.

Le présent rapport décrit la situation relative aux teneurs en sucre et en sel en 2020 pour les boissons lactées, les sérés, les soupes et les sauces à salade. Sur cette base, l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV pourra définir les objectifs de réduction qui devront être atteints ces prochaines années.

Les données relatives à 123 boissons lactées de 17 entreprises, à 67 sérés de 5 entreprises, à 357 soupes de 7 entreprises et à 136 sauces à salade de 13 entreprises ont été évaluées. Les informations sur le produit ont été fournies par les entreprises à l'OSAV ou collectées sur internet ou relevées sur l'emballage.

Résumé par groupe de produits

Boissons lactées

Les boissons lactées contenaient en moyenne 6,25 g de sucres ajoutés par 100 ml. Les boissons au café ou au chocolat en contenaient moins. Les boissons à base de yogourt ou de lait acidulé contenaient nettement plus de sucres ajoutés que celles à base de lait ou de babeurre. Les boissons destinées aux enfants avaient une part de sucre plus faible. Il n'y avait que trois produits totalement exempts de sucres ajoutés.

Sérés

Les sérés présentaient un taux de sucres ajoutés moyen de 9,0 g pour 100 g. Les sérés pour enfants représentaient près de la moitié des produits collectés et contenaient moins de sucres ajoutés. Il n'y avait pas de produits exempts de sucres ajoutés.

Soupes

La teneur moyenne en sel dans les soupes était de 0,9 g par 100 ml. Plus de 80 % des soupes contenaient en plus des ingrédients rehaussant le goût. Les soupes contenant une part de sel de potassium présentaient une teneur en sel légèrement plus faible. La moitié des soupes avaient été salées uniquement avec du sel iodé. Un peu plus d'un tiers des soupes étaient exemptes de sel iodé ; les autres contenaient un mélange de sels. Concernant les soupes bio, seules quelques-unes contenaient du sel iodé.

Sauces à salade

Les sauces à salade avaient une teneur moyenne en sel de 2,0 g par 100 ml. Quelque 80 % des produits contenaient en plus des ingrédients rehaussant le goût. Les sauces asiatiques étaient particulièrement salées. Plus d'un tiers des sauces à salade contenaient du sel iodé. Les sauces à salade bio, en revanche, étaient salées avec du sel non iodé.

Zusammenfassung

2015 fand in Mailand die Weltausstellung «Expo 2015» unter dem Motto «Feeding the planet – Energy for Life» statt. Im Rahmen dieser Ausstellung unterzeichneten am 15. August 2015 zehn Schweizer Unternehmen gemeinsam mit Bundesrat Alain Berset die Erklärung von Mailand. Die Unternehmen verpflichteten sich damit, die Rezepturen ihrer Produkte zu überprüfen und den Zuckergehalt ihrer Joghurts und Frühstückscerealien schrittweise zu reduzieren. Zwei Jahre später konnten vier weitere Unternehmen dazu gewonnen werden, sich der Erklärung von Mailand anzuschliessen.

2019 einigten sich die unterdessen vierzehn Unternehmen und Bundesrat Alain Berset darüber, die Erklärung von Mailand bis 2024 fortzusetzen und durch weitere Lebensmittelgruppen sowie den Nährstoff Salz zu erweitern.

Der vorliegende Bericht beschreibt die Ausgangssituation bezüglich Zucker- respektive Salzgehalt mit Stand 2020 in den neuen Produktgruppen Milchmischgetränke, Quarks, Suppen und Salatsaucen. Basierend darauf wird das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV die Reduktionsziele, die über die nächsten Jahre erreicht werden sollen, definieren können.

Insgesamt wurden Daten zu 123 Milchmischgetränken von siebzehn Unternehmen, 67 Quarks von fünf Unternehmen, 357 Suppen von sieben Unternehmen und 136 Salatsaucen von dreizehn Unternehmen ausgewertet. Neben den Daten, welche dem BLV von den Unternehmen zur Verfügung gestellt wurden, wurden Produktinformationen aus dem Internet und ab Verpackungen zusammengetragen.

Zusammenfassung nach Produktgruppen:

Milchmischgetränke

Milchmischgetränke enthielten durchschnittlich 6,25 g zugesetzten Zucker pro 100 ml. Kaffee- und auch Schokoladegetränke enthielten weniger Zucker. Getränke auf Basis von Joghurt bzw. Sauer Milch waren deutlich stärker gezuckert als solche auf Basis von Milch oder Buttermilch. Getränke mit der Zielgruppe Kinder enthielten einen geringeren Zuckeranteil. Vollständig ungezuckerte Produkte gab es nur drei.

Quarks

Quarks wiesen einen durchschnittlichen Anteil an zugesetztem Zucker von 9,0 g pro 100 g auf. Kinderquarks machten beinahe die Hälfte der erhobenen Produkte aus und waren weniger stark gezuckert. Ungezuckerte Produkte gab es keine.

Suppen

Der durchschnittliche Salzgehalt in den Suppen betrug 0,9 g pro 100 ml. Mehr als 80% der Suppen enthielten zusätzlich geschmacksverstärkende Zutaten. Suppen mit einem Kaliumsalz-Anteil wiesen einen leicht geringeren Salzgehalt auf. Die Hälfte der Suppen wurde ausschliesslich mit jodiertem Salz gesalzen. Gut ein Drittel aller Suppe enthielt kein jodiertes Salz. Die restlichen enthielten Salzmischungen. Bei den Bio-Suppen enthielten nur vereinzelte jodiertes Salz.

Salatsaucen

Salatsaucen besaßen einen durchschnittlichen Salzgehalt von 2,0 g pro 100 ml. Gegen 80% der Produkte enthielten zusätzlich geschmacksverstärkende Zutaten. Als besonders stark gesalzen stachen die asiatischen Sorten hervor. Gut ein Drittel der Salatsaucen enthielt jodiertes Salz. Bio-Salatsaucen hingegen wurden alle ausschliesslich mit unjodiertem Salz hergestellt.

Sintesi

Nel 2015 si è svolta a Milano l'esposizione universale «Expo 2015», il cui slogan era «Nutrire il pianeta. Energia per la vita». Nell'ambito di questa esposizione, il 15 agosto 2015 dieci aziende svizzere hanno firmato la Dichiarazione di Milano insieme al consigliere federale Alain Berset. Le imprese si sono così impegnate a rivedere le composizioni dei loro prodotti e a ridurre gradualmente il contenuto di zucchero dei loro yogurt e cereali da colazione. Due anni dopo, altre quattro aziende hanno aderito alla Dichiarazione di Milano.

Nel 2019, le ormai quattordici aziende e il consigliere federale Alain Berset hanno concordato di prolungare la Dichiarazione di Milano fino al 2024 e di ampliarla per includere altri gruppi di alimenti oltre al contenuto di sale.

Questo rapporto descrive la situazione iniziale relativa al contenuto di zucchero e sale a partire dal 2020 nei nuovi gruppi di prodotti di bevande a base di latte misto, quark, zuppe e condimenti per insalate. Su questa base, l'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV potrà definire gli obiettivi di riduzione da raggiungere nei prossimi anni.

In totale sono stati valutati i dati di 123 bevande a base di latte misto di 17 aziende, 67 quark di 5 aziende, 357 zuppe di 7 aziende e 136 condimenti per insalate di 13 aziende. Oltre ai dati forniti all'USAV dalle aziende, sono state raccolte informazioni sui prodotti da Internet e dagli imballaggi.

Sintesi per gruppo di prodotti:

Bevande a base di latte

Le bevande a base di latte misto contenevano una media di 6,25 g di zucchero aggiunto per 100 ml. Le bevande al caffè e anche quelle al cioccolato contenevano meno zucchero. Le bevande a base di yogurt o latte acidulato erano significativamente più zuccherate di quelle a base di latte o latticello. Le bevande destinate ai bambini contenevano una percentuale di zucchero inferiore. Solo tre prodotti fra quelli oggetto di studio si sono rivelati completamente non zuccherati.

Quark

I quark avevano un contenuto medio di zucchero aggiunto di 9,0 g per 100 g. Quelli per bambini rappresentavano quasi la metà dei prodotti esaminati ed erano meno zuccherati. Non sono stati rilevati prodotti non zuccherati.

Zuppe

Il contenuto medio di sale nelle zuppe era di 0,9 g per 100 ml. Più dell'80% conteneva anche esaltatori di sapidità. Le zuppe con una percentuale di sale di potassio avevano un contenuto di sale leggermente inferiore mentre la metà delle zuppe era salata esclusivamente con sale iodato. Poco più di un terzo delle zuppe non conteneva sale iodato, mentre il resto conteneva miscele di sale. Fra le zuppe biologiche solo un numero ristretto conteneva sale iodato.

Condimenti per insalate

I condimenti per insalate avevano un contenuto medio di sale di 2,0 g per 100 ml. Circa l'80% dei prodotti conteneva anche esaltatori di sapidità. Le varietà asiatiche si distinguevano per essere particolarmente salate. Poco più dei condimenti per insalate conteneva sale iodato, mentre tutti i condimenti biologici per insalate erano prodotti esclusivamente con sale non iodato.

Summary

In 2015, the world exhibition “Expo 2015” took place in Milan under the heading “Feeding the planet – Energy for Life”. During the exhibition, on 15 August, Federal Councillor Alain Berset and ten Swiss companies signed the Milan Declaration. In so doing, the companies undertook to review the recipes of their products and gradually reduce the sugar content of their yoghurts and breakfast cereals. Two years later, four more companies were persuaded to sign up to the Milan Declaration.

In 2019, the fourteen companies and Federal Councillor Alain Berset agreed to continue the Milan Declaration until 2024 and to expand it to include other food groups and the nutrient salt.

This report describes the initial situation with regard to sugar and salt content as at 2020 in the new product groups of milk-based beverages, quarks, soups and salad dressings. On this basis, the Federal Food Safety and Veterinary Office (FSVO) will be able to define the reduction targets to be achieved over the next few years.

In total, data were analysed for 123 milk-based beverages from seventeen companies, 67 quarks from five companies, 357 soups from seven companies and 136 salad dressings from thirteen companies. In addition to the data provided to the FSVO by the companies, product information was collected from the internet and from packaging.

Summary by product group

Milk-based beverages

Milk-based beverages contained on average 6.25 g of added sugar per 100 ml. Coffee drinks and chocolate drinks contained less sugar. Drinks based on yoghurt or sour milk contained significantly more added sugar than those based on milk or buttermilk. Drinks aimed at children as the target group had a lower sugar content. Only three products contained no added sugar.

Quarks

Quarks had an average added sugar content of 9.0 g per 100 g. Children’s quarks accounted for nearly half of the products surveyed and contained much less added sugar. There were no products without added sugar.

Soups

The average salt content of the soups was 0.9 g per 100 ml. More than 80% of the soups also contained flavour-enhancing ingredients. Soups containing potassium salt had a slightly lower salt content. Half of the soups contained iodised salt only. Over a third of all soups contained no iodised salt. The rest contained mixtures of salts. Only a few of the organic soups contained iodised salt.

Salad dressings

Salad dressings had an average salt content of 2.0 g per 100 ml. Around 80% of these products also contained flavour-enhancing ingredients. The Asian varieties stood out as being especially heavily salted. Over a third of the salad dressings contained iodised salt. Organic salad dressings, however, were all made exclusively with non-iodised salt.

1. Introduction

En 2015 s'est tenue à Milan l'exposition universelle « Expo 2015 », qui avait pour thème « Nourrir la planète – Énergie pour la vie ». Le 15 août 2015, dans le cadre de cette exposition, dix entreprises suisses et le conseiller fédéral Alain Berset signaient la Déclaration de Milan. Elles s'engageaient ainsi à réexaminer les recettes de leurs produits afin de réduire progressivement au cours des années suivantes, dans la mesure du possible, la teneur en sucres de leurs yogourts et de leurs céréales pour petit-déjeuner. Deux ans plus tard, quatre autres sociétés décidaient à leur tour de signer la Déclaration de Milan.

Sous la direction de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV des objectifs de réduction ont été convenus pour les deux groupes de produits. Des points réguliers de la situation, réalisés par l'OSAV, ont montré que les objectifs fixés avaient été atteints. La déclaration de Milan peut ainsi être considérée comme un exemple de collaboration volontaire réussie entre la Confédération et l'économie. À l'été 2019, ces quatorze entreprises et le conseiller fédéral Alain Berset convenaient de prolonger la Déclaration de Milan jusqu'en 2024 et de l'élargir à d'autres groupes de denrées alimentaires et au sel¹.

La définition d'autres groupes de denrées alimentaires s'est faite sur la base des données de l'enquête nationale sur l'alimentation menuCH². Celle-ci a montré que les boissons lactées³ et les sérés⁴ contribuaient aussi à une consommation élevée de sucres en plus des yogourts et des céréales pour petit-déjeuner⁵. Dans le cas de la consommation de sel, le pain, les sauces et les soupes, entre autres, contribuent dans une mesure significative à la consommation élevée actuelle⁶. Afin de pouvoir définir des mesures de réduction concrètes et réalistes, on a d'abord fait le point sur les assortiments des nouveaux groupes de produits et on a ensuite analysé les teneurs en sucre et en sel des produits. Pour les pains, il n'a pas été nécessaire de collecter des données : les résultats du monitoring des pains réalisé par l'OSAV en 2019 étaient suffisants⁷.

Le présent rapport décrit la situation des teneurs en sucre et en sel en 2020 des groupes de produits suivants : boissons lactées, sérés, soupes et sauces à salade. Sur cette base, l'OSAV définit des objectifs de réduction, qui devront être atteints progressivement dans les années à venir. D'autres points de la situation seront réalisés pour suivre l'évolution des assortiments et pour déterminer si les teneurs en sucre et en sel ont été réduites comme cela avait été convenu.

¹ www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion.html

² www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/menuch.html

³ Dans ce rapport, les alternatives végétales au lait sont également incluses dans la définition de boissons lactées (cf. chap. 4.1).

⁴ Dans ce rapport, le terme « séré » désigne aussi les produits obtenus par mélange de séré avec du yogourt, du lait ou du petit-lait (cf. chap. 5.1).

⁵ Fiche thématique « Principales sources de sucre – quelles denrées alimentaires contribuent à l'apport trop élevé en sucre de la population suisse ? », www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion.html

⁶ Fiche thématique « Principales sources de sel – quelles denrées alimentaires contribuent à l'apport trop élevé en sel de la population suisse ? », www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/salzstrategie.html

⁷ Monitoring du pain 2019 de l'OSAV, www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/salzstrategie/salz-brot.html

2. Procédure

Les entreprises qui se sont déclarées prêtes à réexaminer les teneurs en sucre et en sel de leurs nouveaux groupes de produits ont été invitées à soumettre à l'OSAV une liste de leurs assortiments actuels (état 2020) munie d'informations sur les ingrédients et sur les teneurs en sucres totaux, en sucres ajoutés et en sel.

Les entreprises suivantes ont mis leurs données à notre disposition :

Boissons lactées

ALDI SUISSE SA
Société coopérative Coop
Cremo S.A.
Danone SA
LIDL Suisse
Fédération des coopératives Migros
Molkerei Lanz AG
Nestlé Suisse S. A.
Wander SA

Sérés

ALDI SUISSE SA
Société coopérative Coop
Danone SA
Fédération des coopératives Migros
Molkerei Lanz AG

Soupes

ALDI SUISSE SA
Société coopérative Coop
Fédération des coopératives Migros
Oswald Nahrungsmittel GmbH
Unilever Schweiz GmbH

Sauces à salade

ALDI SUISSE SA
Société coopérative Coop
Lidl Suisse
Fédération des coopératives Migros
Nestlé Suisse S. A.
Oswald Nahrungsmittel GmbH
Unilever Schweiz GmbH

Pour avoir une meilleure image du marché suisse, les données concernant les produits d'autres sociétés ont été prises en compte dans la comparaison. Ces informations ont été recueillies en automne 2020 par la mandataire sur les pages internet des entreprises ou, dans quelques cas, directement de l'emballage des produits. Les critères d'inclusion et d'exclusion pour les différents groupes de produits sont énumérés dans les chapitres 4 à 7 correspondants.

Les doublons dans les quatre ensembles de données ont été supprimés. Les produits disponibles dans différentes tailles d'emballage mais ayant la même composition n'ont été inclus qu'une seule fois dans l'enquête.

Chaque ensemble de données a ensuite été soumis à divers contrôles de plausibilité. Les données invraisemblables ont été corrigées si nécessaire. En cas d'incertitudes, des clarifications ont été demandées. Lorsqu'une allégation non plausible ne pouvait être ni corrigée ni confirmée, le produit était exclu.

Pour l'évaluation statistique, tous les produits ont été classés en fonction de diverses propriétés. Certaines de ces catégories ont été reprises des enquêtes sur les yogourts et les céréales pour petit-déjeuner. D'autres catégories ont été définies individuellement pour les quatre ensembles de données afin de décrire chaque groupe de produits de manière aussi complète que possible et d'identifier toute tendance en ce qui concerne la teneur en sucre ou en sel. Une vue d'ensemble des évaluations effectuées est présentée dans le tableau 1.

Les analyses statistiques (y c. la création des diagrammes) ont été réalisées à l'aide du logiciel Excel. Les paramètres suivants ont été déterminés : la médiane, la moyenne, l'écart-type, le minimum et le maximum. Les ensembles de données ne présentant pas une distribution normale, les médianes et les moyennes ont été utilisées pour les comparaisons entre les diverses catégories, comme dans les deux enquêtes précédentes. Les valeurs extrêmes ont une influence plus faible sur la médiane que sur la moyenne.

Tableau 1: Liste des évaluations effectuées

	Boissons lactées	Sérés	Soupes	Sauces à salade
tous les produits*	x	x	x	x
par variété*	x	x	x	x
par entreprise*	x	x	x	x
par base du produit	x	x		
par mode de préparation			x	
selon qu'il convient aux végétariens ou non			x	x
selon qu'il s'agit d'un produit bio ou non*	x	x	x	x
selon que le produit est destiné aux enfants ou non*	x	x		
selon que le produit est commercialisé comme dessert ou non		x		
selon que le produit contient du lactose ou non*	x			
en fonction de la teneur en protéines du produit (enrichi en protéines ou non)*	x			
en fonction de la teneur en matière grasse du produit	x	x		x
en fonction du type de sel utilisé			x	x
en fonction de l'utilisation d'ingrédients rehaussant le goût			x	x

* Évaluations déjà réalisées pour les enquêtes sur la teneur en sucre des yogourts et des céréales pour petit-déjeuner.

2.1. Relevé de la teneur en sucre

La teneur en sucre a été enregistrée en g pour 100 ml (pour les boissons lactées) ou en g pour 100 g (pour les sérés). Pour certaines boissons lactées, seules des données pour 100 g étaient disponibles. Ces chiffres ont été convertis en pour 100 ml en supposant une densité de 1.

Seuls des produits sucrés ont été pris en compte pour le calcul des moyennes (médianes). En revanche, dans certaines boîtes à moustaches, les produits non sucrés sont également représentés afin d'indiquer clairement à quelles sous-catégories ils peuvent être affectés. Les produits artificiellement sucrés ont été totalement exclus de l'évaluation.

Les moyennes ont été calculées en valeur non pondérée, puisque l'OSAV ne disposait pas d'informations sur les volumes de vente ou sur les chiffres d'affaires.

Les valeurs des sucres ajoutés concernant les produits collectés sur internet ont été estimées sur la base des valeurs nutritionnelles déclarées et des informations figurant dans la liste des ingrédients. À cette fin, la part de sucre provenant du lait et des produits laitiers ainsi que des fruits a été estimée et déduite de la teneur totale en sucre, en tenant compte que la part de sucre des fruits n'est pas considérée comme du sucre ajouté (voir chapitre 2.1.1.).

2.1.1. Définition et calcul des sucres ajoutés

Après la première enquête, l'OSAV a élaboré un *Guide pour la définition et le calcul des sucres ajoutés*⁸, qui a vocation à garantir que toutes les entreprises participant à l'enquête utilisent de la même façon la notion de « sucres ajoutés » et calculent de manière comparable la teneur en sucres ajoutés de leurs produits.

L'OSAV a repris la définition donnée par le groupe de haut niveau sur la nutrition et l'activité physique (High Level Group on Nutrition and Physical Activity⁹), qui a la teneur suivante :

« Le terme « sucres ajoutés » se réfère au sucrose, fructose, aux hydrolysats d'amidon (sirop de glucose, high-fructose syrup) et aux autres préparations isolées de sucre utilisées telles qu'elles ou ajoutées durant la préparation ou fabrication de la denrée alimentaire. Les sucres-alcools (polyols), tels que le sorbitol, le xylitol, le mannitol et le lactitol, ne sont généralement pas inclus sous le terme « sucres ajoutés ». Dans le champ d'application de la présente annexe, le terme « sucres ajoutés » inclut également les sucres présents dans le miel, les sirops, les jus de fruits ainsi que les jus de fruits concentrés ».¹⁰

(Définition traduite de l'anglais)

L'OSAV compte également comme sucres ajoutés des types de sucres venant d'autres aliments et ayant un effet édulcorant comme les poudres et les pulpes de fruits ou les extraits de malt, afin de garantir que la présente définition est en conformité avec la nouvelle législation sur les denrées alimentaires et plus spécifiquement avec l'allégation nutritionnelle « sans sucres ajoutés »¹¹.

Par contre, l'indication « dont sucre » de la déclaration nutritionnelle figurant sur l'emballage ne correspond pas à la quantité de « sucres ajoutés » mais à la quantité totale de monosaccharides et disaccharides du produit, qui comprend les sucres ajoutés et d'autres types de sucre comme le lactose des produits laitiers qui est

⁸ Guide de l'OSAV pour la définition et le calcul des sucres ajoutés, OSAV, 2018 (www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion.html) zuckerreduktion.html

⁹ https://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/high_level_group_de

¹⁰ EU Framework for National initiatives on selected nutrients, Annex II: Added sugars,

https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/nutrition_physical_activity/docs/added_sugars_en.pdf

¹¹ Annexe 13, chiffre 19 de l'ordonnance du DFI concernant l'information sur les denrées alimentaires OIDA, www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2017/158/fr

naturellement présent dans ces denrées alimentaires. Contrairement aux sucres ajoutés, la quantité derrière la mention « dont sucre » peut être déterminée par une méthode analytique. La quantité de sucres ajoutés, en revanche, doit être calculée.

Dans le présent rapport, le sucre déclaré est désigné par l'expression « sucres totaux » pour bien le distinguer des « sucres ajoutés ».

2.2. Relevé de la teneur en sel

La teneur en sel des soupes et des sauces à salade a été relevée en g pour 100 ml de produit préparé ou prêt à la consommation. Dans le cas des produits collectés sur internet, pour certains d'entre eux, seule l'information pour 100 g de poudre était disponible. Ces chiffres ont été convertis en pour 100 ml en utilisant les instructions de préparation. Les éventuelles pertes de liquide pendant la cuisson n'ont pas été prises en compte.

Pour certains produits, il a fallu convertir les informations « pour 100 g préparé » en « pour 100 ml préparé ». En l'absence des informations nécessaires¹² sur l'emballage ou si l'entreprise n'était pas en mesure de fournir des informations sur la densité, on a effectué la conversion à l'aide d'une densité estimée au moyen de la Base de données sur la densité de la FAO¹³.

Les moyennes (médianes) ont été calculées en valeur non pondérée, puisqu'on ne disposait pas d'informations sur les volumes de vente ou les chiffres d'affaires.

¹² Mention simultanée du poids et du volume du produit sur l'emballage.

¹³ FAO/INFOODS Density Database V2, www.fao.org/infoods/infoods/tables-and-databases/faoinfoods-databases/en

3. Interprétation des boîtes à moustaches

Les teneurs en sucre et en sel sont principalement représentées sous forme de boîtes à moustaches, qui permettent une présentation graphique à la fois claire et aisément compréhensible des distributions.

La boîte à moustaches classique (boîte à moustaches et présentation de la médiane et des valeurs aberrantes) a été complétée par le marquage de la moyenne à l'aide d'une croix à l'intérieur de la boîte (cf. illustration 1).

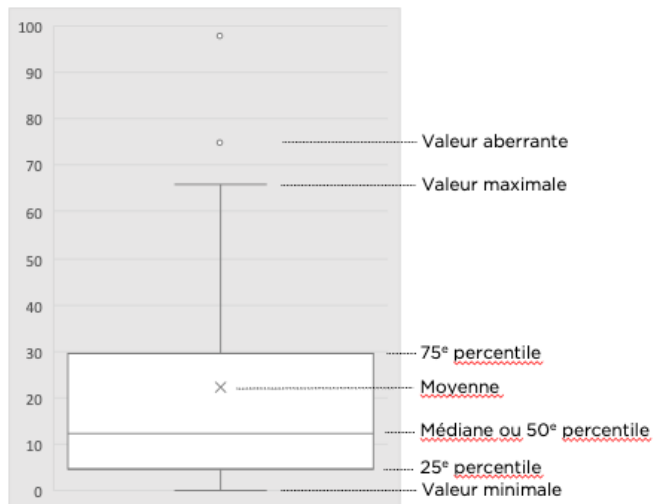


Illustration 1 : Explications du diagramme de la boîte à moustaches

Dans la boîte (= zone blanche) se trouvent 50 % des données de l'ensemble de données représenté. Un autre 25 % (à l'exclusion de toute valeur aberrante) est affiché avec les deux moustaches au-dessus et au-dessous de la boîte. Pour les ensembles de données comportant des valeurs aberrantes, la valeur la plus élevée et la valeur la plus faible (= extrémité des moustaches) ne correspondent pas à la valeur maximale ou à la valeur minimale de l'ensemble de données.

Contrairement aux tableaux, les boîtes à moustaches représentent aussi les produits non sucrés. De plus, les boîtes à moustaches ont été créées en tenant compte des valeurs aberrantes. Ces dernières ne sont, en revanche, pas prises en compte dans les valeurs figurant dans les tableaux. Les boîtes à moustaches de ce rapport ne servent donc qu'à présenter visuellement et à comparer les teneurs en sucre et en sel des produits étudiés.

4. Boissons lactées

4.1. Définitions

Aux fins de cette enquête, on a relevé la teneur en sucre des boissons lactées vendues dans le commerce de détail. Par souci d'exhaustivité, les alternatives végétales aux boissons lactées ont été incluses dans l'enquête.

Le terme « boisson lactée » a été utilisé pour décrire les produits à base de lait ou fabriqués à partir d'un produit laitier, comme le yogourt, le lait acidulé, le babeurre ou le petit-lait, ou un substitut de lait à base de plantes. Ils ont été groupés en variétés sur la base de leur composition (cf. tab. 2). Les boissons sont vendues prêtes à consommer dans des gobelets, des bouteilles ou des briques Tetra Pak. Les désignations Drink, Shake, Lassi ou yogourt à boire figurent sur les emballages.

Les variantes naturelles comme le lait pur ou les boissons végétales ainsi que les yogourts et les sérés nature n'ont pas été prises en compte dans cette enquête. Les produits édulcorés artificiellement ont été exclus également, car la réduction des sucres souhaitée par l'OSAV ne doit pas être réalisée en remplaçant les sucres par des édulcorants.

Tableau 2 : Variétés de boissons lactées

Variétés	Définitions
Arôme	Boissons lactées dont le goût est conféré par un arôme. Les boissons au café aromatisées (par exemple à la vanille ou au caramel) n'ont pas été prises en compte. Toutes les boissons au café ont été classées dans la catégorie Café ou moka. Exemples : vanille, sureau
Fruits	Boissons lactées dont l'arôme est conféré par une part de fruits. Exemples : fraise, mangue, banane
Café	Boissons lactées dont l'arôme est conféré par du café (avec ou sans arôme supplémentaire). Une catégorie distincte a été créée pour les variétés de moka. Les boissons au café pures sans part de lait n'ont pas été incluses dans l'enquête. Exemples : macchiato, cappuccino, caffè latte, latte caramel, ice coffee
Moka	Boissons lactées au goût de moka ¹⁴
Chocolat	Boissons lactées au chocolat et/ou à l'extrait de malt. Exemples : choco, chocolat blanc, choco-amande

Pour toutes les boissons lactées, on a relevé si elles étaient destinées ou non aux enfants¹⁵, si elles étaient exemptes de lactose ou enrichies en protéines, quelle était leur teneur en graisse, si elles étaient issues d'une production biologique ou conventionnelle et sur quelle base elles ont été produites.

¹⁴ Selon la désignation du produit.

¹⁵ Tous les produits dont l'emballage implique explicitement qu'ils sont destinés aux enfants (p. ex. présence de personnages de dessins animés) ont été inclus.

4.2. Etat des lieux des boissons lactées

Au total, les données de 123 boissons lactées produites par 17 entreprises ont été évaluées.

La teneur moyenne (médiane) en sucres ajoutés s'élevait à 6,25 g pour 100 ml, la teneur oscillait suivant le produit entre 2,0 g et 13,4 g. Trois produits ne contenaient pas de sucres ajoutés et n'ont pas été édulcorés d'une autre manière.

Les boissons lactées au café (4,7 g/100 ml) ou au chocolat (5,4 g/100 ml) contenaient en moyenne nettement moins de sucres ajoutés que les boissons aux fruits (7,6 g/100 ml) et les boissons aromatisées (8,3 g/100 ml). C'est dans les produits moka que la part de sucres ajoutés est la plus élevée. Les trois produits non sucrés étaient des boissons au café.

Les boissons à base de yogourt ou de lait acidulé contiennent nettement plus de sucres ajoutés (8,4 g/100 ml) que les boissons à base de lait, de babeurre ou d'alternatives végétales. Leur teneur en sucres ajoutés est comparable à celle des yogourts (8,8 g/100 g¹⁶), même si elle légèrement inférieure. Les boissons à base de plantes contenaient presque autant de sucres ajoutés que celles à base de lait.

Les produits qui s'adressent aux enfants contiennent moins de sucres ajoutés (5,50 vs. 6,33 g/100 ml). Au total, il n'y avait que 4 produits destinés aux enfants et tous étaient sucrés. Cela recoupe la situation rencontrée avec les yogourts. Ceux qui s'adressent aux enfants contiennent moins de sucres ajoutés. Les produits sans aucun sucres ajoutés ne se trouvent que dans l'assortiment standard, qui ne s'adresse pas spécifiquement aux enfants. Les boissons lactées sans lactose, comme les yogourts de même type, contenaient moins de sucres ajoutés que celles contenant du lactose (5,45 g contre 6,45 g/100 ml).

Bien que l'offre de boissons lactées enrichies en protéines soit considérable, seuls deux produits ont pu être inclus dans cette enquête. Les autres produits ont dû être exclus. Ils sont souvent vantés « sans sucres ajoutés » mais ils contiennent des édulcorants. Les deux seules boissons lactées « hyperprotéinées » non artificiellement sucrées contenaient une teneur en sucres ajoutés nettement plus faible (3,47 g/100 ml) que les autres boissons (6,33 g/100 ml).

Si l'on compare les boissons lactées en fonction de leur teneur en matière grasse, on constate qu'une teneur en matière grasse plus élevée (>3,2 g de matière grasse/100 ml) est associée à un ajout de sucres plus faible (5,8 g/100 ml) et qu'une teneur en matière grasse plus faible (<1,2 g de matière grasse/100 ml) était associée à un ajout de sucres plus élevé (6,74 g/100 ml).

On n'a pas constaté de différences significatives entre les produits bio et les produits non-bio.

¹⁶ Cf. « Sucres ajoutés dans les yogourts et les céréales pour le petit-déjeuner sur le marché suisse – État des lieux en 2018 et comparaison avec les résultats des années 2016 et 2017, OSAV, 2019 » <https://www.blv.admin.ch/blv/fr/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/produktzusammensetzung/zuckerreduktion/joghurts-und-fruehstueckscerealien.html>

4.3. Teneur en sucres dans les boissons lactées – tableaux et diagrammes

Tableau 3 : Teneur en sucres (en g/100 ml) dans les boissons lactées

	Sucres totaux (n = 120)	Sucres ajoutés (n = 120)
Valeur moyenne	10,30	6,47
Médiane	10,00	6,25
Écart-type	2,35	2,18
Minimum	3,60	2,00
Maximum	17,00	13,40

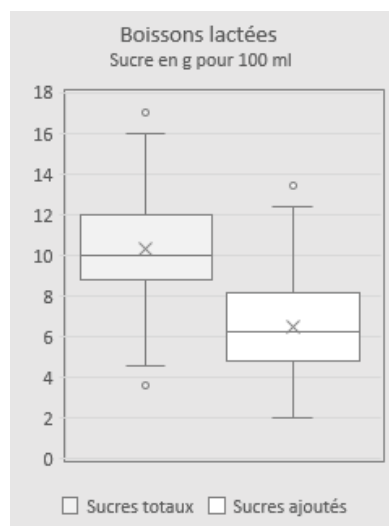


Illustration 2 : Comparaisons des teneurs en sucres totaux et en sucres ajoutés dans des boissons lactées (à l'exclusion des produits non sucrés)

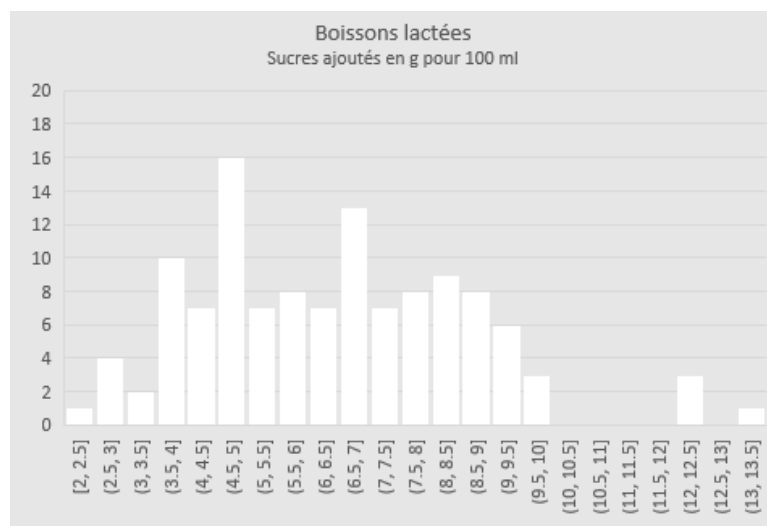


Illustration 3 : Distribution des teneurs en sucres ajoutés dans des boissons lactées (à l'exclusion des produits non sucrés)

Tableau 4 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les diverses variétés de boissons lactées

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées	120	6,47	6,25	2,18	2,00	13,40
Arôme	8	8,15	8,30	2,41	3,60	12,10
Fruits	49	7,59	7,60	1,79	3,00	12,40
Café	32	4,71	4,70	1,16	2,00	7,00
Moka	6	9,30	8,96	2,20	6,80	13,40
Chocolat	25	5,32	5,40	1,30	2,94	8,20

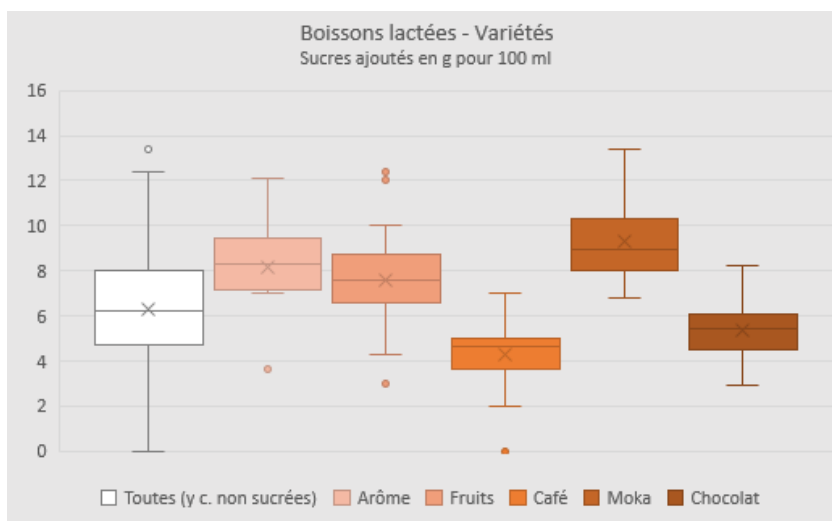


Illustration 4 : Teneur en sucres ajoutés dans les diverses variétés de boissons lactées (y c. produits non sucrés)

Tableau 5 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées des diverses entreprises

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées	120	6,47	6,25	2,18	2,00	13,40
Entreprise A	2	4,75	4,75	0,35	4,50	5,00
Entreprise B	1	12,10	12,10	-	12,10	12,10
Entreprise C	22	6,31	6,95	1,75	3,60	9,30
Entreprise D	22	7,24	7,05	1,24	5,10	9,70
Entreprise E	1	3,00	3,00	-	3,00	3,00
Entreprise F	2	3,35	3,35	0,35	3,10	3,60
Entreprise G	3	8,48	8,52	0,26	8,20	8,71
Entreprise H	6	4,00	4,00	1,10	2,00	5,00
Entreprise I	3	6,83	6,80	1,35	5,50	8,20
Entreprise K	6	3,96	3,72	0,97	2,94	5,70
Entreprise L	5	4,88	5,00	0,16	4,70	5,00
Entreprise M	1	6,00	6,00	-	6,00	6,00
Entreprise N	5	6,02	5,90	0,73	5,30	7,20
Entreprise O	16	6,61	6,45	1,83	3,70	9,20
Entreprise P	4	6,96	6,74	0,72	6,36	8,00
Entreprise Q	5	8,62	9,50	2,05	5,00	10,00
Entreprise R	16	7,25	6,35	3,31	3,00	13,40

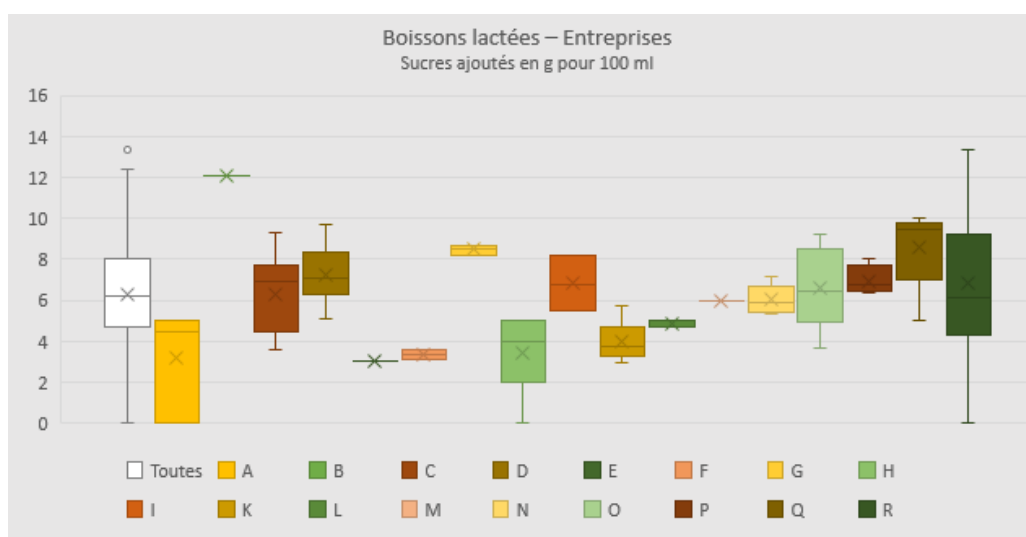


Illustration 5 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées des diverses entreprises (A-R) (y c. produits non sucrés)

Tableau 6 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées, selon qu'elles sont destinées aux enfants ou non

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées	120	6,47	6,25	2,18	2,00	13,40
destinées aux enfants	4	5,68	5,50	1,81	3,70	8,00
non destinées aux enfants	116	6,50	6,33	2,19	2,00	13,40

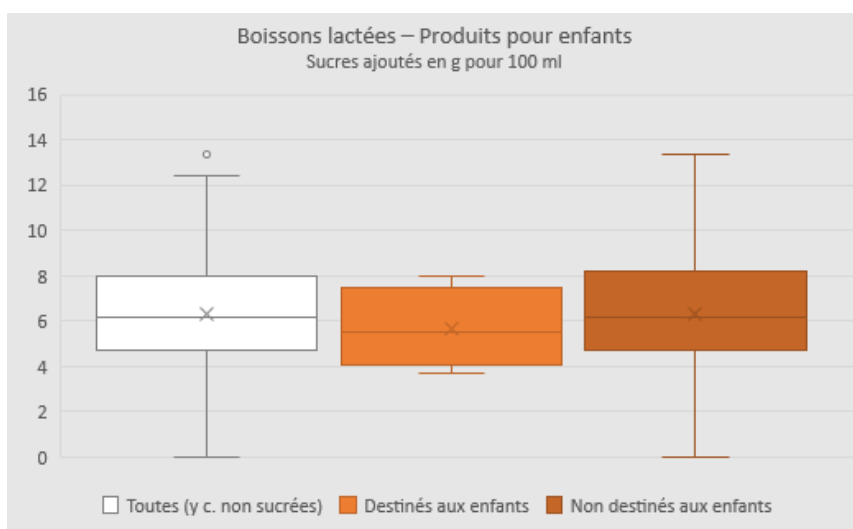


Illustration 6 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon qu'elles sont destinées aux enfants ou non (y c. produits non sucrés)

Tableau 7: Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées selon leur teneur en lactose

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées*	116	6,50	6,33	2,18	2,00	13,40
avec lactose	106	6,56	6,45	2,14	3,00	13,40
sans lactose	10	5,90	5,45	2,64	2,00	9,40

* boissons exclusivement à base de plantes

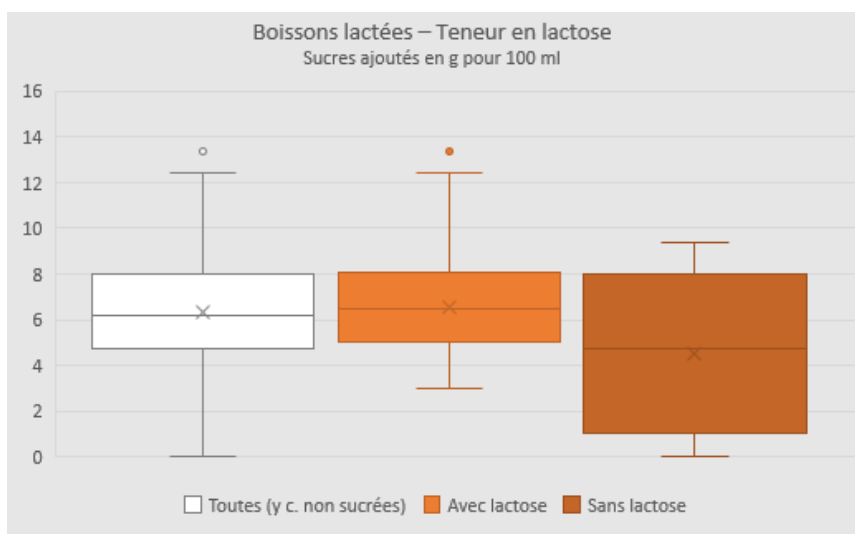


Illustration 7 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon la teneur en lactose (y c. produits non sucrés)

Tableau 8 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées selon leur teneur en protéines

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées	120	6,47	6,25	2,18	2,00	13,40
enrichies en protéines	2	3,47	3,47	0,75	2,94	4,00
non enrichies en protéines	118	6,52	6,33	2,16	2,00	13,40

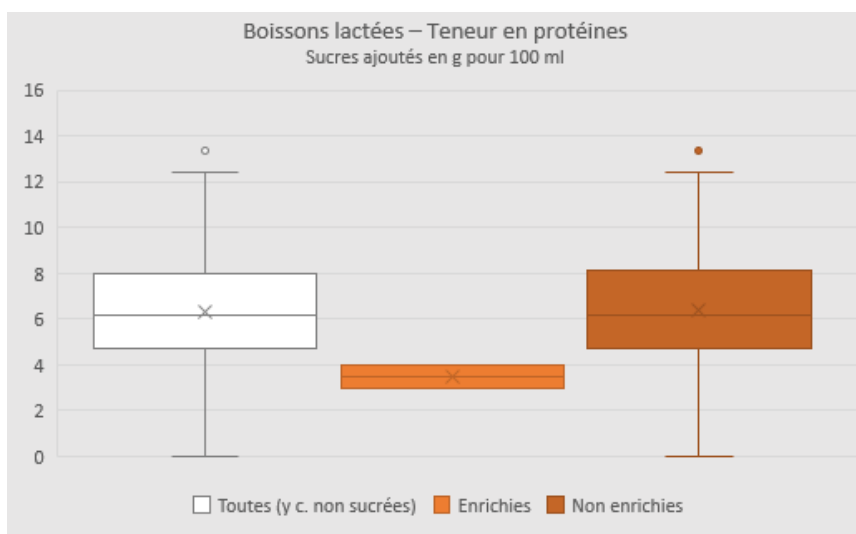


Illustration 8 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon la teneur en protéines (y c. produits non sucrés)

Tableau 9 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées selon leur teneur en matière grasse

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées	120	6,47	6,25	2,18	2,00	13,40
<1,2 g de matière grasse/100 ml	32	6,71	6,74	2,19	2,94	12,10
de 1,2 g à 3,2 g de matière grasse/100 ml	77	6,49	6,10	2,25	2,00	13,40
>=3,3 g de matière grasse/100 ml	11	5,65	5,80	1,54	3,00	8,20

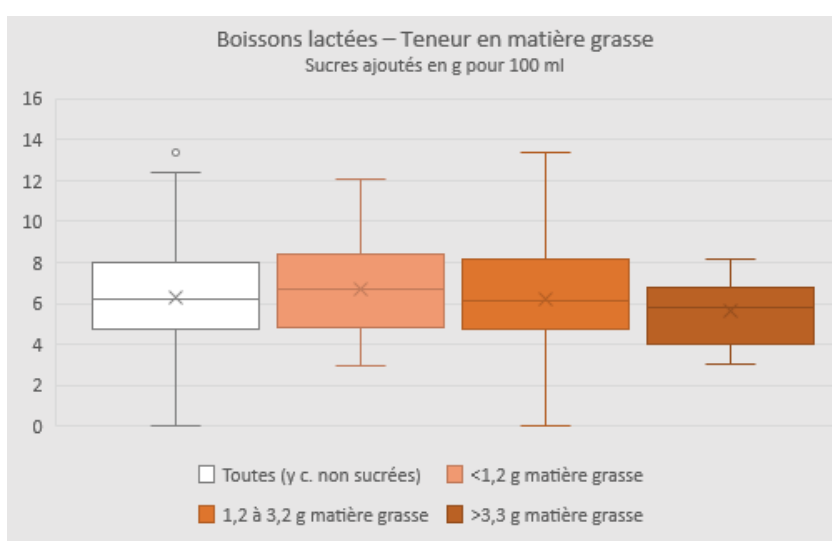


Illustration 9 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées selon la teneur en matière grasse (y c. produits non sucrés)

Tableau 10 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées conventionnelles comparée à celle des produits bio

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées	120	6,47	6,25	2,18	2,00	13,40
bio	8	6,51	6,45	0,93	5,30	8,00
conventionnelles	112	6,47	6,25	2,24	2,00	13,40

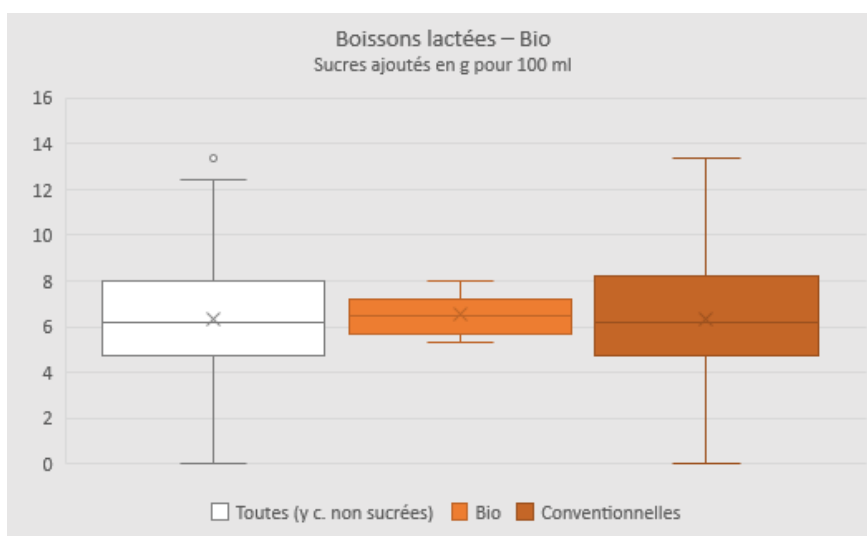


Illustration 10 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées conventionnelles comparée à celle des produits bio (y c. produits non sucrés)

Tableau 11 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les boissons lactées en fonction de la base du produit

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les boissons lactées	120	6,47	6,25	2,18	2,00	13,40
Lait	61	5,06	5,00	1,33	2,00	8,20
Yogourt ¹⁷	49	8,35	8,40	1,69	5,30	13,40
Babeurre/petit-lait	6	6,11	6,32	1,24	4,50	7,52
Boisson végétale	4	5,48	5,35	2,21	3,00	8,20

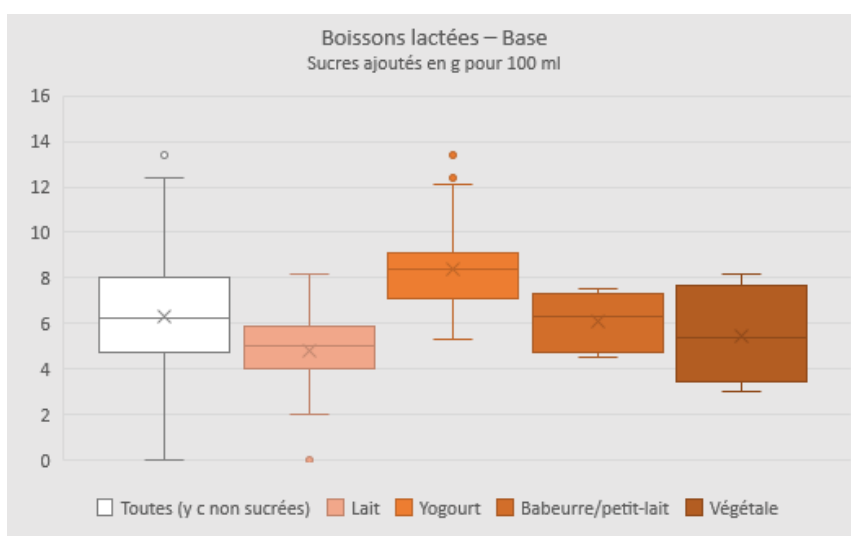


Illustration 11 : Teneur en sucres ajoutés dans les boissons lactées en fonction de la base du produit (y c. produits non sucrées)

¹⁷ Ce terme comprend aussi d'autres produits au lait acidulé comme les produits probiotiques, par exemple.

5. Sérés

5.1. Définitions

Aux fins de cette enquête, on a relevé la teneur en sucre des sérés vendus dans le commerce de détail. Les produits sucrés fabriqués à partir de séré avec ou sans ajout de yogourt ou de petit-lait ont été regroupés sous le terme de séré et classés en variétés en fonction de leur composition (voir tableau 12). Les produits sont vendus prêts à consommer dans des gobelets ou, dans certains cas, dans des sachets compressibles. Sur les emballages, on trouve les désignations séré, crème de séré ou petit-suisse.

Les produits édulcorés artificiellement ont été exclus de l'enquête, car la réduction des sucres souhaitée par l'OSAV ne doit pas être réalisée en remplaçant les sucres par des édulcorants. Les sérés nature et les produits salés n'ont pas été pris en compte non plus.

Tableau 12: Variétés de sérés

Variétés	Définition
Arôme	Sérés dont le goût est conféré par un arôme. Exemples : vanille, moka, chocolat, stracciatella
Fruits	Sérés dont le goût est conféré par une part de fruits. Exemples : pomme, fraise, mangue, banane

Pour tous les sérés, on a relevé s'ils étaient destinés aux enfants¹⁸, s'ils étaient exempts de lactose ou enrichis en protéines, quelle était leur teneur en graisses, s'ils sont issus d'une production biologique ou conventionnelle et sur quelle base ils ont été produits.

¹⁸ Tous les produits dont l'emballage implique explicitement qu'ils sont destinés aux enfants (p. ex. présence de personnages de dessins animés) ont été inclus.

5.2. Etat des lieux des sérés disponibles sur le marché

Au total, les données de 67 sérés produits par 5 entreprises ont été évaluées.

La teneur moyenne (médiane) en sucres ajoutés s'élève à 9,0 g pour 100 g, la teneur oscillait en fonction du produit entre 6,0 g et 16,4 g. Il n'y a pas de sérés non sucrés ni de sérés sans lactose.

Les sérés aux fruits (8,95 g/100 g) contiennent une part plus faible en sucres ajoutés que les sérés aromatisés (10,0 g/100 g).

Les produits contenant du yogourt, du lait ou du petit-lait en plus du séré sont plus fortement sucrés (9,2 g/100 g) que les sérés « purs » (8,8 g/100 g). Il n'y avait pas de produits à base de plantes dans les assortiments évalués.

Près de la moitié des produits (43 %) étaient destinés aux enfants. Ils contenaient moins de sucres ajoutés (7,1 g/100 g) que les autres (9,2 g/100 g).

Les produits bio contenaient également moins de sucre, même si la différence est faible (8,74 g vs. 9,0 g/100 g). De plus, seuls 3 produits sur les 67 examinés ont été produits selon des directives bio.

A l'inverse, les sérés commercialisés comme desserts contenaient plus de sucres ajoutés que les autres (9,5 g contre 8,8 g/100 g). On a observé, en outre, que l'augmentation de la teneur en matière grasse entraînait également une augmentation des sucres ajoutés.

5.3. Teneur en sucres dans les sérés – tableaux et diagrammes

Tableau 13 : Teneur en sucres des sérés

	g de sucres totaux / 100 g (n = 67)	g de sucres ajoutés / 100 g (n = 67)
Valeur moyenne	12,56	8,95
Médiane	12,90	9,00
Écart-type	1,93	1,95
Minimum	10,00	6,00
Maximum	19,00	16,40

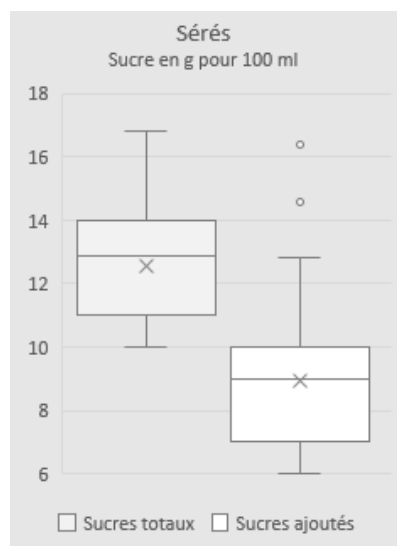


Illustration 12: Comparaison des teneurs en sucres totaux et en sucres ajoutés dans les sérés

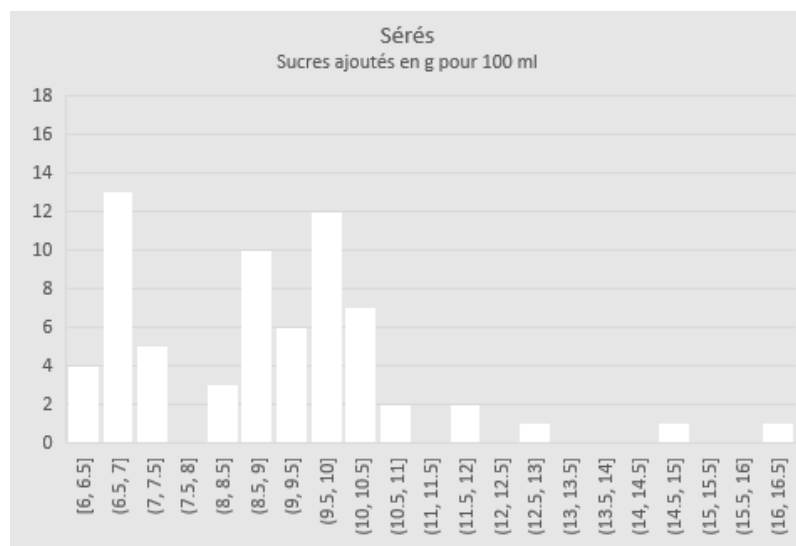


Illustration 13: Distribution des teneurs en sucres ajoutés dans les sérés

Tableau 14 : Sucres ajoutés (en g/100 ml) dans les diverses variétés de sérés

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Tous les sérés	67	8,95	9,00	1,95	6,00	16,40
Arôme	13	10,31	10,00	2,33	7,30	16,40
Fruits	54	8,62	8,95	1,72	6,00	14,60

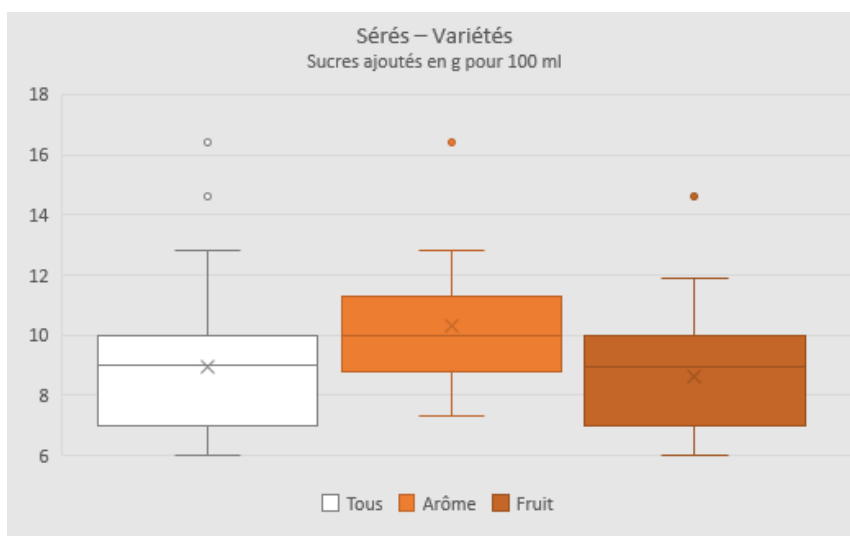


Illustration 14: Teneur en sucres ajoutés dans les diverses variétés de sérés

Tableau 15 : Sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés des diverses entreprises

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Tous les sérés	67	8,95	9,00	1,95	6,00	16,40
Entreprise A	12	9,25	10,00	1,37	7,10	10,80
Entreprise B	4	9,55	9,50	0,33	9,20	10,00
Entreprise C	9	8,53	7,00	2,40	7,00	12,80
Entreprise D	28	9,33	9,05	2,25	6,50	16,40
Entreprise E	14	8,04	8,74	1,47	6,00	10,00

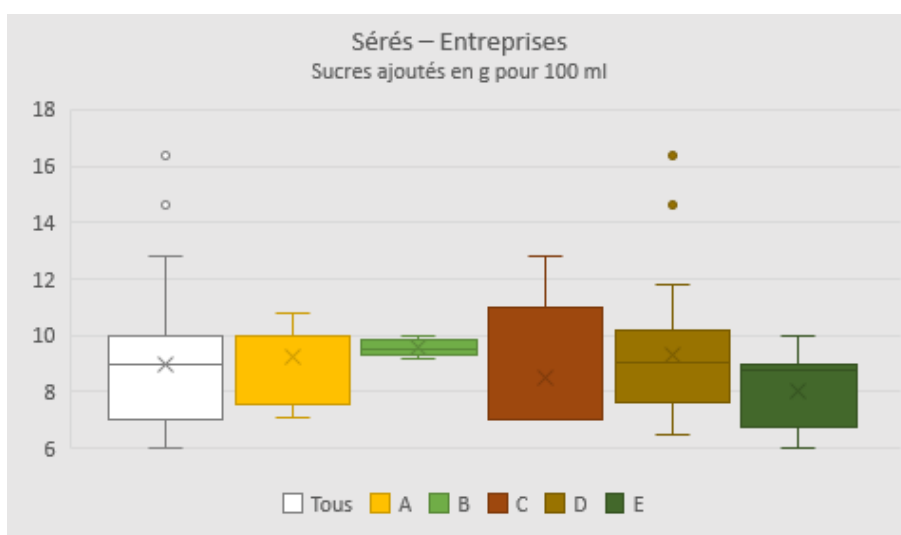


Illustration 15: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés des diverses entreprises (A-E)

Tableau 16 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés, selon qu'ils sont destinés aux enfants ou non

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Tous les sérés	67	8,95	9,00	1,95	6,00	16,40
destinés aux enfants	29	8,41	7,10	2,17	6,00	16,40
non destinés aux enfants	38	9,36	9,20	1,68	6,50	14,60

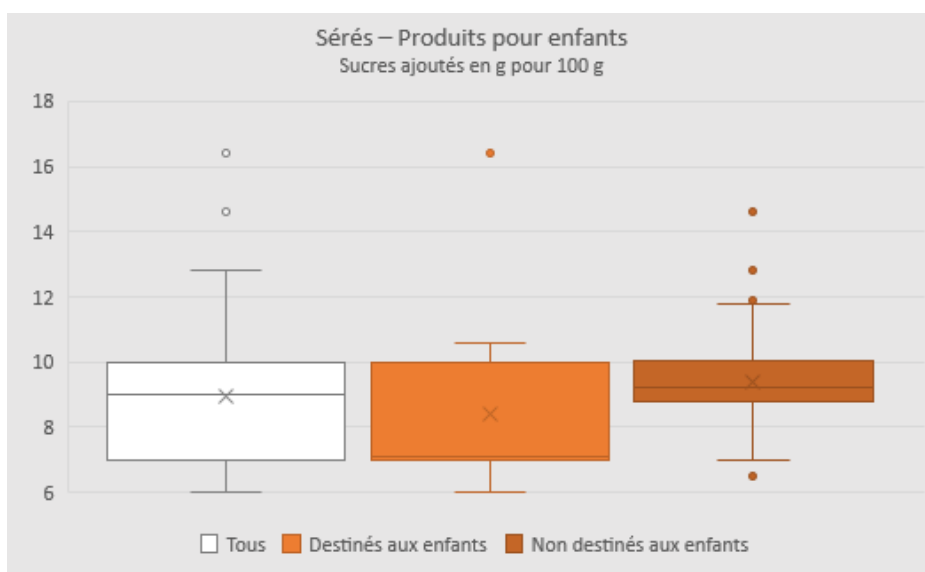


Illustration 16: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés, selon qu'ils sont destinés aux enfants ou non

Tableau 17 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés, selon qu'ils sont commercialisés comme desserts ou non

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Tous les sérés	67	8,95	9,00	1,95	6,00	16,40
Produits desserts	18	9,61	9,50	1,63	7,00	12,80
Produits autres que desserts	49	8,71	8,80	2,02	6,00	16,40



Illustration 17: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés, selon qu'ils sont commercialisés comme desserts ou non

Tableau 18 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés selon leur teneur en matière grasse

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Tous les sérés	67	8,95	9,00	1,95	6,00	16,40
<0,5 g de matière grasse/100 g	8	7,15	7,00	0,79	6,50	9,00
de 0,5 g à 4,4 g de matière grasse/100 g	49	8,96	9,20	1,77	6,00	14,60
>=4,5 g de matière grasse/100 g	10	10,36	9,56	2,37	8,74	16,40

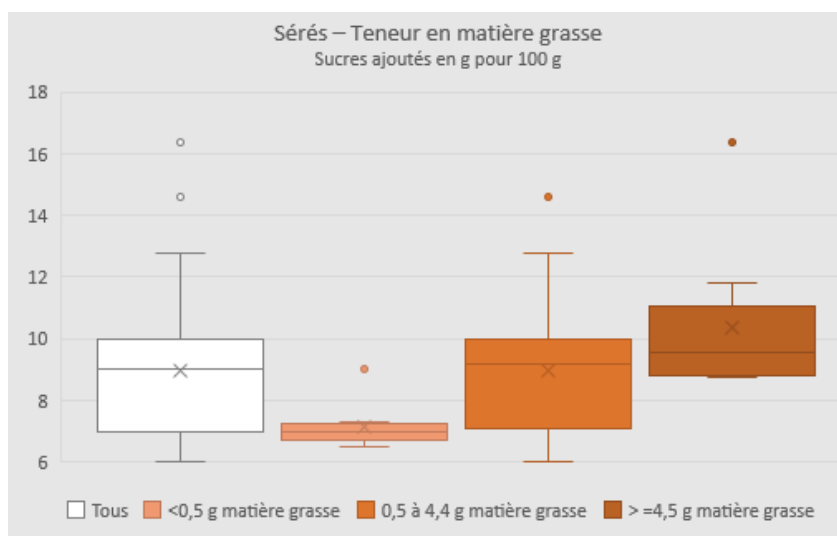


Illustration 18: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés, en fonction de la teneur en matière grasse

Tableau 19 : Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés conventionnels comparée à celle des produits bio

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Tous les sérés	67	8,95	9,00	1,95	6,00	16,40
Sérés bio	3	8,83	8,74	0,16	8,74	9,01
Sérés conventionnels	64	8,96	9,00	2,00	6,00	16,40

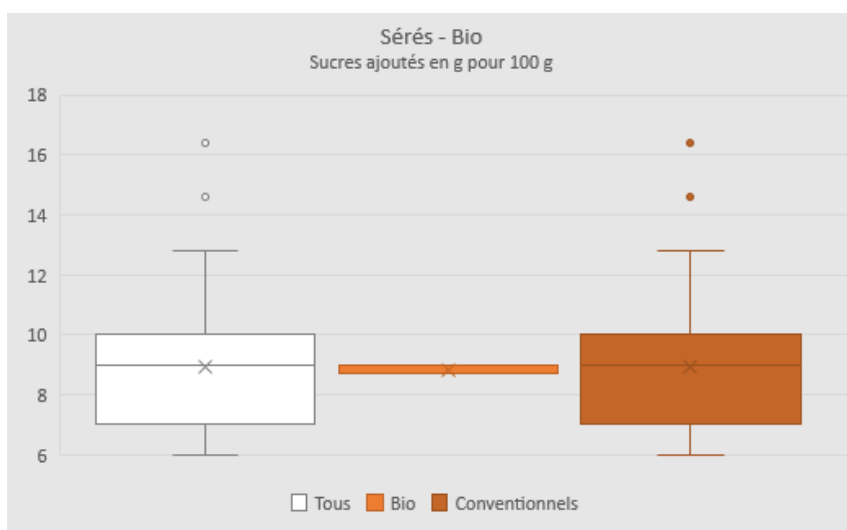


Illustration 19: Teneur en sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés conventionnels comparée à celle des produits bio

Tableau 20 : Sucres ajoutés (en g/100 g) dans les sérés en fonction de la base du produit

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Tous les sérés	67	8,95	9,00	1,95	6,00	16,40
Sérés	40	8,44	8,80	1,82	6,00	14,60
Sérés mélangés ¹⁹	27	9,71	9,20	1,93	7,00	16,40

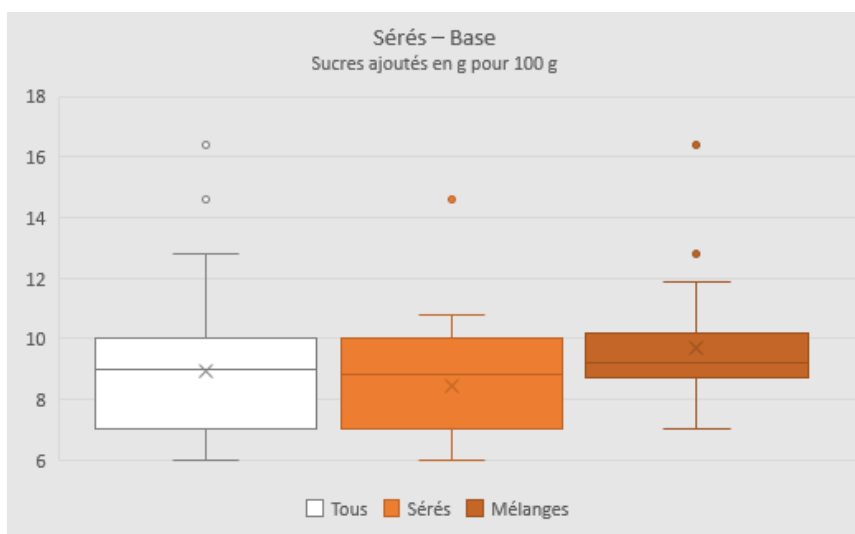


Illustration 20: Teneur en sucres ajoutés dans les sérés, en fonction de la base du produit

¹⁹ Séré mélangé avec du yogourt ou de petit-lait.

6. Soupes

6.1. Définition des soupes

Aux fins de cette enquête, on a relevé la teneur en sel dans les soupes du commerce de détail et de la restauration collective. Ces teneurs ont été groupées selon la variété de soupes en fonction de la composition de la soupe (voir Tab. 21). Les produits prêts à consommer et ceux qui doivent être préparés (pâtes, poudres, concentrés) ont été inclus dans l'enquête. Les plats prêts à consommer tels que les « Cup Noodles » ont été exclus.

Tableau 21 : Variétés de soupes

Variétés	Définition
Bouillon	Bouillons, fonds ou consommés sans garniture Exemples : bouillons de légumes, de champignons, de bœuf, de veau ou de poisson
Bouillon avec garniture	Bouillons, fonds, consommés avec garniture Exemples de garnitures : célestine, petites pâtes, lettres, petits animaux, vermicelles, croûtons, quenelles de viande
Féculents	Soupes à base de féculents Exemples : farine, nouilles, graines d'avoine, orge, quinoa, maïs (polenta), crème d'or, lentilles, petits pois, pommes de terre, patates douces, marrons
Légumes	Soupes dont le goût est conféré principalement par des légumes (réduits en morceaux ou en purée). Exemples : minestrone, gazpacho, tomates, courge, maïs doux, poireau, tom-kha
Champignons	Soupes dont le goût est conféré principalement par des champignons. Exemples : champignons des bois, champignon de Paris, cèpe, girolle, chanterelles
Herbes et épices	Soupes dont le goût est conféré principalement par des herbes ou des épices. Exemples : ail des ours, cresson, livèche, curry, safran, soupe au vin
Viande	Soupes dont le goût est conféré principalement par de la viande ou des graisses animales. Exemples : goulasch, queue de bœuf, velouté de volaille, velouté de veau, boulettes de viande
Poisson	Soupes dont le goût est conféré principalement par du poisson ou des fruits de mer. Exemples : il n'y avait que des soupes de homard parmi les soupes échantillonnées.
Fromage	Soupes dont le goût est conféré principalement par du fromage. Exemples : fondue

Pour toutes les soupes, on a relevé également si et comment elles devaient être préparées, quel type de sel et quels ingrédients rehaussant le goût²⁰ étaient utilisés dans leur production, si elles étaient produites suivant des directives biologiques ou de manière conventionnelle et si elles convenaient aux végétariens.

6.2. Etat des lieux des soupes disponibles sur le marché

²⁰ Les ingrédients rehaussant le goût comprennent non seulement les additifs exhausteurs de goût (glutamate, par ex.), mais aussi les ingrédients comme les extraits de levures, les hydrolysats de protéines, la sauce au soja, les épices et les arômes.

Au total, les données de 357 soupes produites par 7 entreprises ont été évaluées.

La teneur moyenne (médiane) en sel s'élève à 0,9 g pour 100 ml, la teneur en sel oscillait suivant le produit entre 0,5 g et 1,6 g.

La teneur en sel dans les soupes à base de concentré (1,0 g/100 ml) était plus élevée que celle des soupes vendues prêtes à consommer (0,94 g/100 ml), des soupes instantanées (0,93 g/100 ml) ou cuites pendant plusieurs minutes (0,88 g/100 ml). On a constaté que les bouillons, en particulier ceux sans garniture, avaient, par conséquent, une teneur en sel plus élevée que les autres soupes. La teneur plus faible dans les soupes à cuire soi-même pourrait être due au mode de calcul de la teneur en sel. On sait qu'au moins deux entreprises n'ont pas tenu compte du fait que de l'eau s'évapore pendant la cuisson ni de la quantité évaporée. L'auteure a dû calculer également la teneur en sel dans les sauces de deux autres entreprises. La teneur effective en sel pour 100 ml pourrait donc être plus élevée et plus proche de celle des autres variétés de soupe que ne le montrent les chiffres actuels, en raison de la « réduction ».

Les soupes à composition ovo-lacto-végétarienne contenaient un peu moins de sel (0,9 g/100 ml) que les soupes non végétariennes (0,92 g/100 ml). Les soupes bio, en revanche, avaient une teneur en sel nettement plus élevée (0,96 g/100 ml) que les soupes produites de manière conventionnelle (0,9 g/100 ml). Cette teneur en sel plus élevée est encore plus significative si l'on considère qu'il y avait beaucoup moins de bouillons (environ 10 %) parmi les soupes bio que parmi les soupes conventionnelles (35 %).

Les soupes bio sont également moins bien notées en termes d'utilisation de sel iodé. Sur les 27 soupes bio, seules 4 (15 %) contenaient exclusivement du sel iodé et deux autres contenaient un mélange de sel iodé et de sel marin. 78 % des soupes bio ne contenaient pas d'iode ajouté. Dans les soupes produites de manière conventionnelle, plus de la moitié (56 %) contenaient uniquement du sel iodé et un bon tiers (35 %) n'en contenaient pas.

Des soupes isolées (mais aucune de production bio) contenaient du chlorure de potassium en plus du chlorure de sodium. Les soupes contenant du sel de potassium avaient, par conséquent, une teneur en sel plus faible (0,86 g contre 0,9 g/100 ml), car la teneur en sel déclarée est calculée sur la base de la teneur en sodium (sodium x 2,5 = sel) selon la législation suisse sur les denrées alimentaires²¹.

La plupart des soupes (83 %) contenaient des ingrédients rehaussant le goût tels que des exhausteurs de goût, des arômes, des extraits de levure, des épices, etc. Les soupes avec un additif renforçant le goût (du glutamate, par exemple) contenaient, selon les informations du fabricant, plus de sel (1,02 g/100 ml) que celles qui en étaient dépourvues (0,9 g/100 ml). Il est vrai que certains de ces additifs contiennent aussi du sodium et que leur teneur en cet élément doit être prise en compte dans la déclaration de la teneur en sel. Ils contiennent cependant nettement moins de sodium que le chlorure de sodium classique. La teneur en sel plus élevée de ces soupes est donc surprenante. En ce qui concerne les autres ingrédients renforçant le goût, aucune tendance claire n'a pu être observée.

²¹ Annexe 1 de l'ordonnance du DFI concernant l'information sur les denrées alimentaires OIDA, RS 817.022.16
www.fedlex.admin.ch/eli/cc/2017/158/fr

6.3. Teneur en sel dans les soupes - tableaux et diagrammes

Tableau 22 : Teneur en sel dans les soupes

	g de sel / 100 ml (n = 357)
Valeur moyenne	0,92
Médiane	0,90
Écart-type	0,16
Minimum	0,50
Maximum	1,60

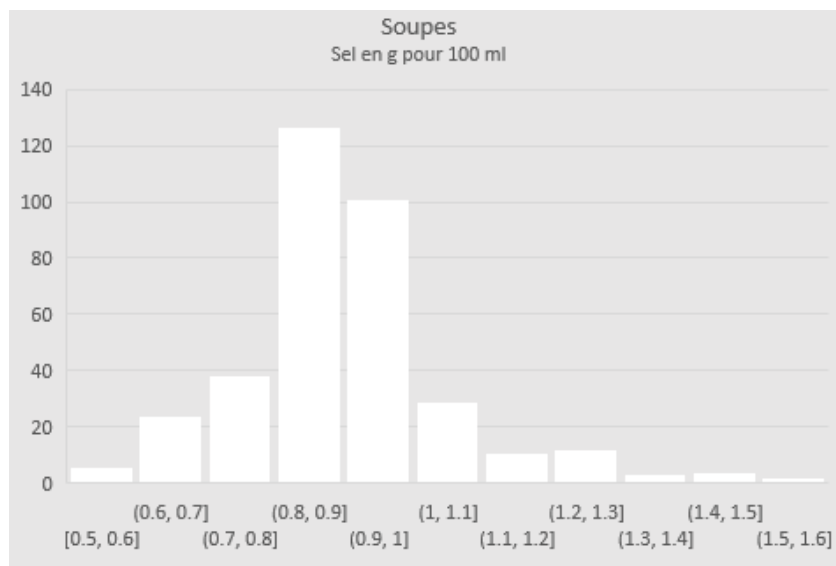


Illustration 21: Distribution des teneurs en sel dans les soupes

Tableau 23 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les diverses variétés de soupes

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les soupes	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
Bouillon	91	0,94	0,94	0,17	0,50	1,46
Bouillon avec garniture	29	0,98	0,92	0,23	0,66	1,57
Féculents	57	0,89	0,90	0,12	0,61	1,37
Légumes	130	0,91	0,90	0,16	0,58	1,60
Champignons	24	0,93	0,90	0,16	0,67	1,30
Herbes/épices	9	0,88	0,88	0,08	0,73	1,00
Viande	12	0,98	0,91	0,18	0,83	1,37
Poisson	3	0,89	0,90	0,04	0,84	0,92
Fromage	2	0,81	0,81	0,11	0,73	0,88

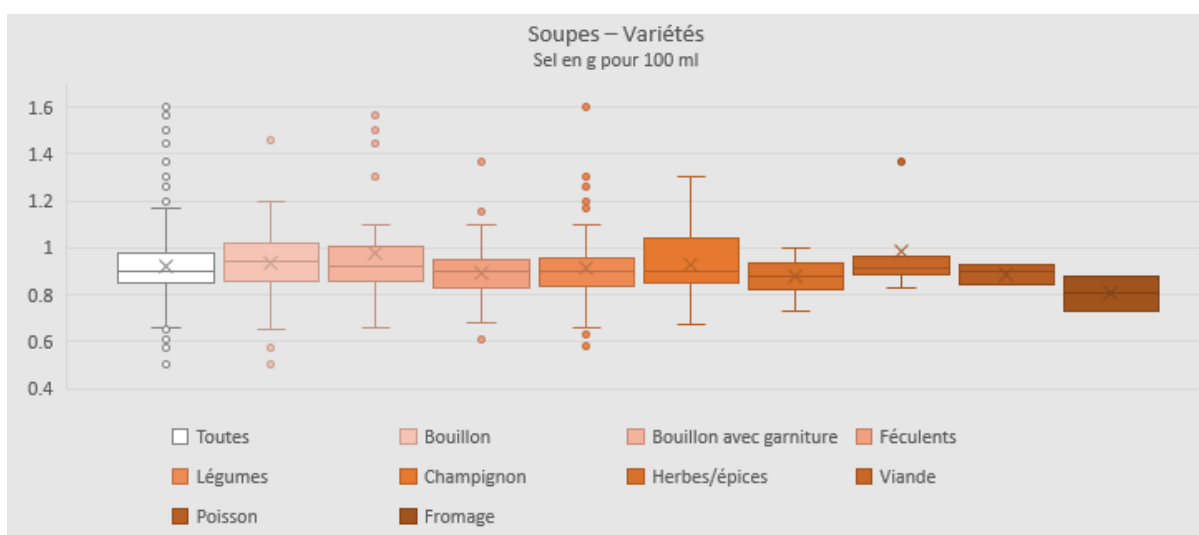


Illustration 22: Teneur en sel (en g/100 ml) dans les diverses variétés de soupes

Tableau 24 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes des diverses entreprises

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les soupes	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
Entreprise A	13	0,84	0,80	0,20	0,50	1,20
Entreprise B	47	0,91	0,88	0,16	0,66	1,46
Entreprise C	37	0,95	0,90	0,11	0,76	1,30
Entreprise D	107	0,89	0,90	0,09	0,57	1,10
Entreprise E	46	1,03	0,97	0,16	0,84	1,57
Entreprise F	18	1,15	1,16	0,24	0,76	1,60
Entreprise G	89	0,86	0,88	0,17	0,58	1,30

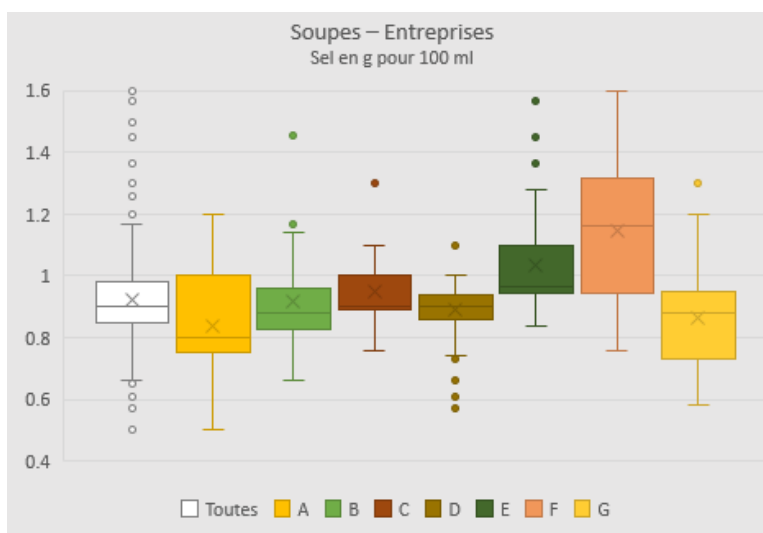


Illustration 23: Teneur en sel dans les soupes des diverses entreprises (A-G)

Tableau 25 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes selon le mode de préparation

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les soupes	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
	266	0,92	0,90	0,16	0,58	1,60
	91	0,94	0,94	0,17	0,50	1,46
Prêtes à consommer	81	0,94	0,94	0,18	0,58	1,60
	79	0,94	0,94	0,18	0,58	1,60
	2	0,96	0,96	0,01	0,95	0,96
Instantanées ²²	120	0,96	0,93	0,19	0,50	1,57
	52	1,01	0,95	0,21	0,58	1,57
	68	0,93	0,92	0,17	0,50	1,46
À cuire ²³	135	0,87	0,88	0,11	0,61	1,30
	135	0,87	0,88	0,11	0,61	1,30
	0	-	-	-	-	-
Concentré ²⁴	21	0,97	1,00	0,18	0,50	1,20
	0	-	-	-	-	-
	21	0,97	1,00	0,18	0,50	1,20

Valeurs en haut : teneur en sel dans toutes les soupes

Valeurs au milieu : teneur en sel dans les soupes, à l'exclusion des bouillons sans garniture

Valeurs en bas : teneur en sel dans les bouillons sans garniture

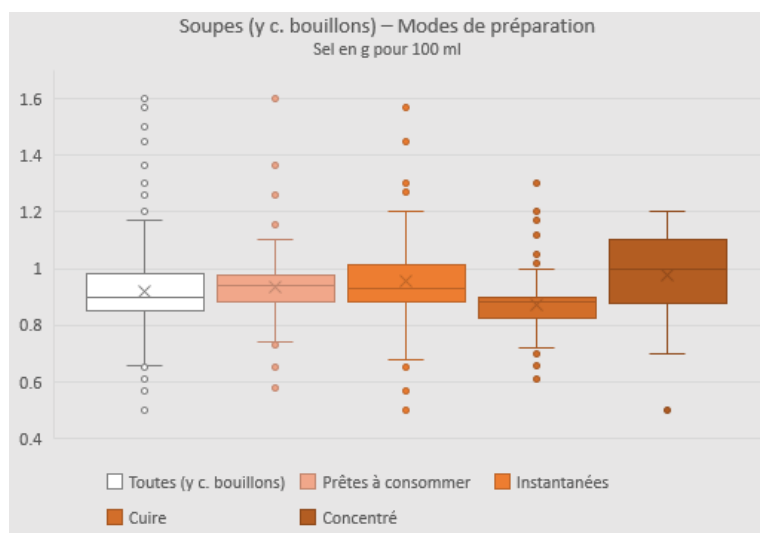


Illustration 24: Teneur en sel dans les soupes (y c. bouillons), en fonction du mode de préparation

²² Les soupes instantanées sont des produits en poudre que l'on prépare en leur ajoutant de l'eau chaude.

²³ Les soupes à cuire sont des produits en poudre à délayer dans de l'eau et à laisser cuire quelques minutes.

²⁴ Les concentrés existent sous la forme de pâte, de cubes et de petits pots. Tous les concentrés sont uniquement des bouillons.

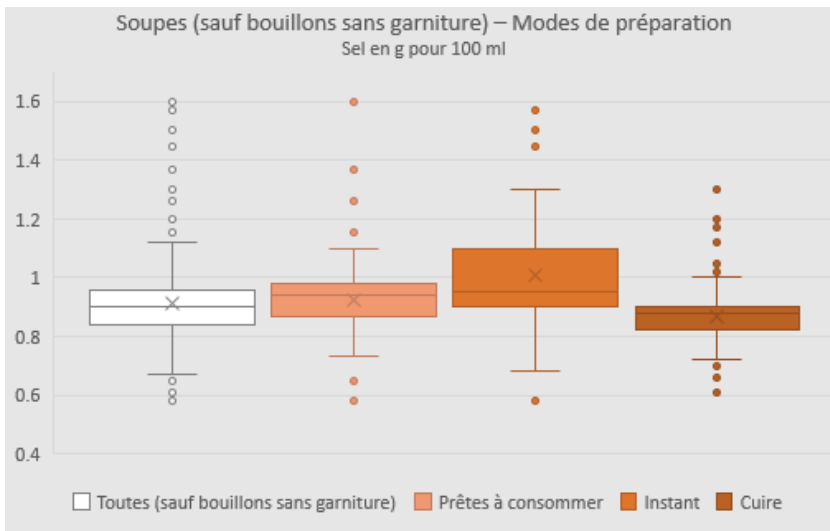


Illustration 25: Teneur en sel des soupes (à l'exclusion des bouillons sans garniture), en fonction du mode de préparation

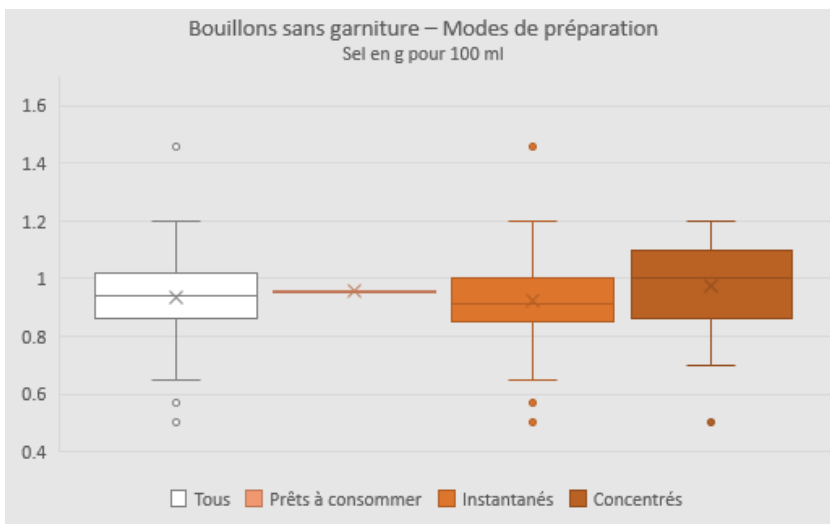


Illustration 26: Teneur en sel des bouillons sans garniture, en fonction du mode de préparation

Tableau 26 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes, en fonction du mode de préparation

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les soupes	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
Sel iodé	190	0,93	0,90	0,13	0,50	1,46
Sel non iodé	88	0,94	0,93	0,23	0,50	1,60
Sel marin	44	0,86	0,88	0,12	0,58	1,10
Mélange de sels (iodé et marin)	35	0,89	0,88	0,13	0,68	1,26
Mélange avec du sel de potassium	14	0,81	0,86	0,13	0,50	0,95

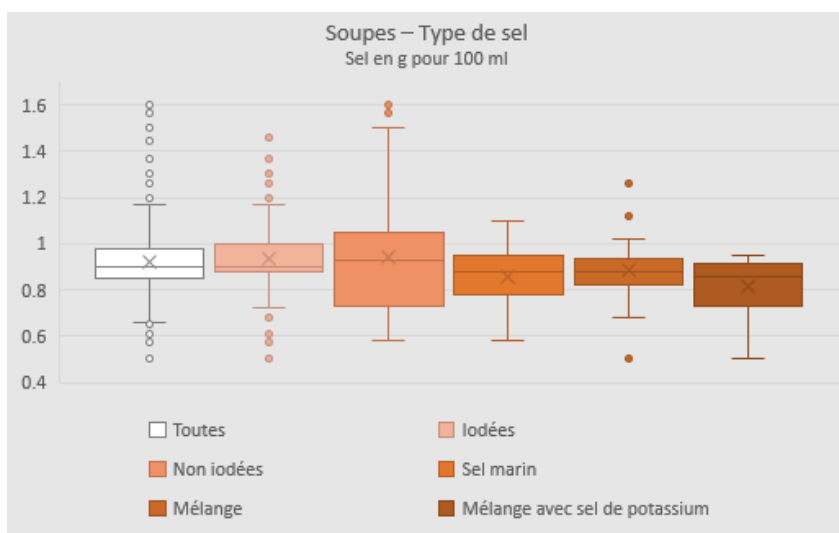


Illustration 27: Teneur en sel des soupes, en fonction du type de sel utilisé

Tableau 27 : Teneur en sel (en g/100 ml) des soupes, en fonction de l'utilisation d'ingrédients rehaussant le goût ou non²⁵

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les soupes	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
sans ingrédients rehaussant le goût	59	0,89	0,93	0,17	0,58	1,37
avec ingrédients rehaussant le goût	298	0,93	0,90	0,16	0,50	1,60
sans exhausteurs de goût	299	0,90	0,90	0,14	0,58	1,60
avec exhausteurs de goût	58	1,05	1,02	0,22	0,50	1,57
sans arômes	117	0,90	0,91	0,18	0,50	1,46
avec arômes	240	0,93	0,90	0,16	0,50	1,60

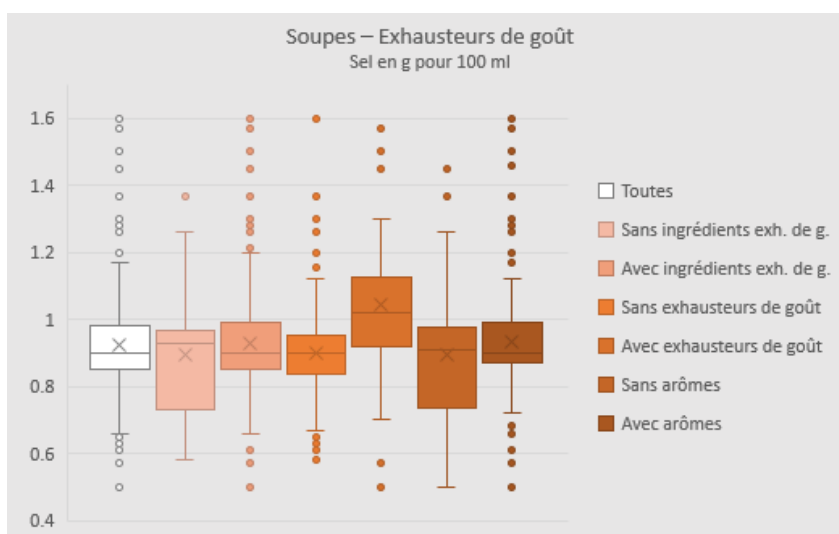


Illustration 28: Teneur en sel des soupes, en fonction de l'utilisation d'ingrédients exhausteurs de goût ou non

²⁵ Les ingrédients rehaussant le goût comprennent non seulement les additifs exhausteurs de goût, mais aussi les ingrédients comme les extraits de levures, les hydrolysats de protéines, la sauce au soja, les épices et les arômes. Seuls les additifs rehaussant le goût, comme le glutamate, par exemple, sont considérés comme des exhausteurs de goût. Ils doivent être mentionnés explicitement comme exhausteurs de goût.

Tableau 28 : Teneur en sel (en g/100 ml) dans les soupes conventionnelles comparée à celle des produits bio

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les soupes	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
Soupes bio	27	0,97	0,96	0,13	0,66	1,26
Soupes conventionnelles	330	0,92	0,90	0,17	0,50	1,60

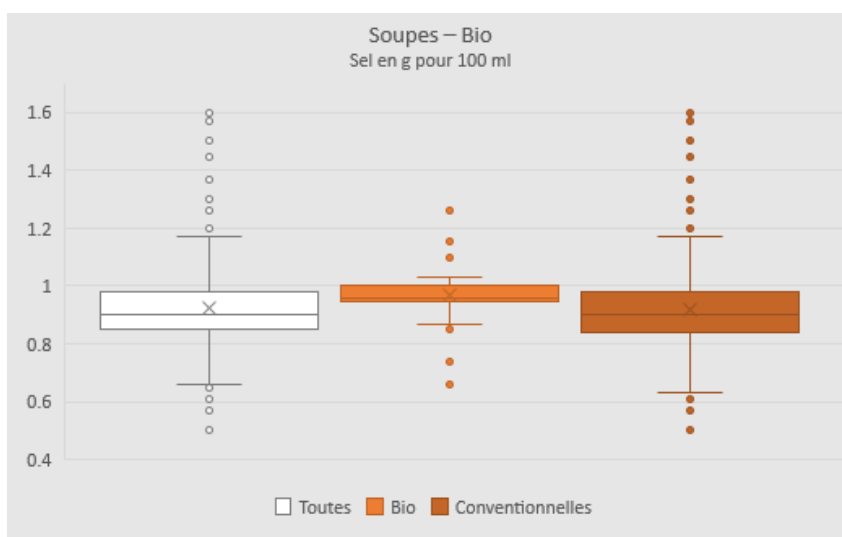


Illustration 29: Teneur en sel des soupes conventionnelles comparée à celle des produits bio

Tableau 29 : Teneur en sel (en g/100 ml) des soupes, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les soupes	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
ovo-lacto-végétariennes	254	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
non ovo-lacto-végétariennes	103	0,94	0,92	0,16	0,50	1,46

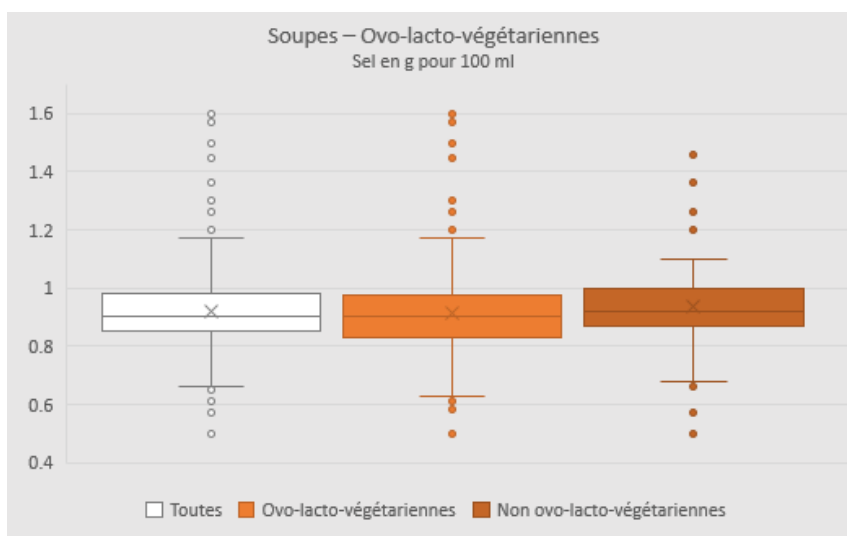


Illustration 30: Teneur en sel des soupes, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non

7. Sauces à salade

7.1. Définition de la sauce à salade

Aux fins de cette enquête, la teneur en sel des sauces à salade en vente dans le commerce de détail a été relevée. Ces teneurs ont été groupées par variétés de sauces en fonction de la composition de la sauce (voir Tab. 30). Les sauces à salade sont vendues en emballages de portions individuelles (sachets, gobelets) ainsi qu'en emballages plus grands (bouteilles). Les mélanges d'épices pour la préparation des sauces à salade n'ont pas été pris en compte.

Tableau 30 : Variétés de sauces à salade

Variétés	Définition
Huile et vinaigre	Sauces à salade classiques à base d'huile et de vinaigre. Exemples : vinaigrette, italienne, vinaigre balsamique, espagnole
Émulsionnées	Sauces à salade liées dont la consistance crémeuse est obtenue par adjonction d'œufs, de mayonnaise, de yogourt ou de crème. Exemples : française, Caesar, Thousand Island, yogourt
Sauces asiatiques	Sauces à salade contenant des ingrédients aux saveurs typiquement asiatiques et commercialisées sous des noms ou des marques asiatiques. Exemples : sésame, yuzu, gingembre, wasabi, mango-chili, cajou-limettes

Pour toutes les soupes, on a relevé également si et comment elles devaient être préparées, quel type de sel et quels ingrédients rehaussant le goût²⁶ étaient utilisés dans leur production, si elles étaient produites selon des directives bio ou de manière conventionnelle et si elles convenaient aux végétariens.

²⁶ Les ingrédients rehaussant le goût comprennent non seulement les additifs exhausteurs de goût (glutamate, par ex.), mais aussi les ingrédients comme les extraits de levures, les hydrolysats de protéines, la sauce au soja, les épices et les arômes.

7.2. Etat des lieux des sauces à salade disponibles sur le marché

Au total, les données de 136 sauces à salade de 13 entreprises ont été évaluées.

La teneur moyenne (médiane) en sel des sauces à salade s'élève à 2,0 g/100 ml, la teneur en sel oscillait suivant le produit entre 0,9 g et 4,8 g.

Les sauces à salade asiatiques contenaient nettement plus de sel (2,5 g/100 ml) que les sauces à salade émulsionnées (1,96 g/100 ml) et les sauces à salade à base d'huile et de vinaigre (1,9 g/100 ml).

Les sauces à salade bio (1,75 g/100 ml) étaient moins fortement salées que les sauces à salade conventionnelles (2,0 g/100 ml), mais elles contenaient exclusivement du sel non iodé. Dans les sauces à salade conventionnelles, 39 % des produits contenaient du sel iodé.

La plupart des sauces à salade (79 %) contenaient des ingrédients rehaussant le goût, tels que des exhausteurs de goût, des arômes, des extraits de levure, des épices, etc. Les sauces à salade avec un additif renforçant le goût (du glutamate, par exemple) contenaient moins de sel (1,9 g/100 ml) que celles qui n'en contenaient pas (0,9 g/100 ml). La même tendance a été observée pour les sauces à salade avec *versus* sans arômes (1,9 g contre 2,0 g/100 ml). Cependant, de manière surprenante, les sauces pour salade sans aucun ingrédient renforçant le goût (1,85 g/100 ml) étaient moins salées que celles qui en contenaient (2,0 g/100 ml). La teneur en matière grasse ne semble pas avoir d'influence sur la teneur en sel.

7.3. Teneur en sel des sauces à salade – tableaux et diagrammes

Tableau 31 : Teneur en sel des sauces à salade

	g de sel / 100 ml (n = 136)
Valeur moyenne	2,08
Médiane	2,00
Écart-type	0,60
Minimum	0,90
Maximum	4,80

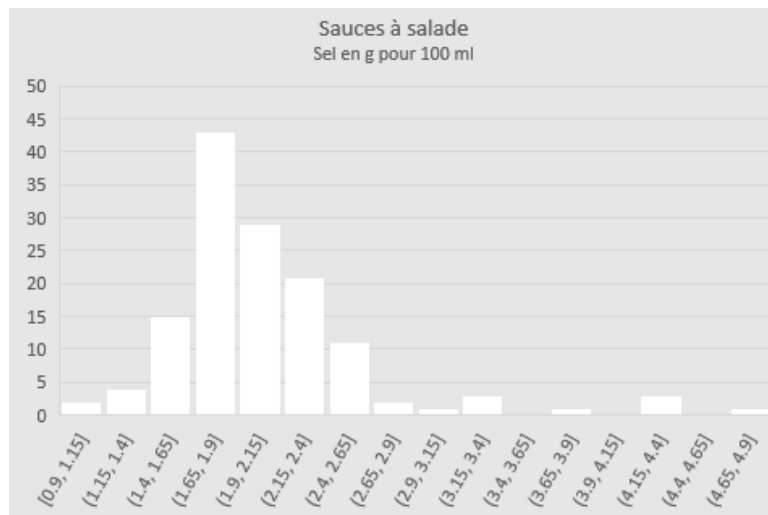


Illustration 31: Distribution des teneurs en sel des sauces à salade

Tableau 32 : Teneur en sel (en g/100 ml) des diverses variétés de sauces à salade

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les sauces à salade	136	2,08	2,00	0,60	0,90	4,80
Huile et vinaigre	38	2,05	1,90	0,66	1,10	4,80
Émulsionnées	86	1,99	1,96	0,43	0,90	4,40
Asiatiques	12	2,86	2,50	0,93	1,80	4,40

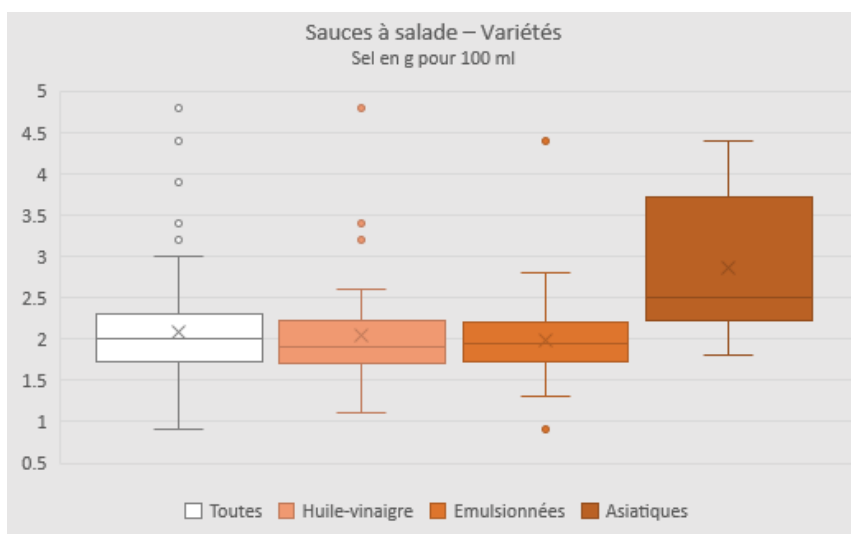


Illustration 32: Teneur en sel des diverses variétés de sauces à salade

Tableau 33 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade des diverses entreprises

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les sauces à salade	357	0,92	0,90	0,16	0,50	1,60
Entreprise A	3	2,37	2,40	0,15	2,20	2,50
Entreprise B	21	2,11	2,20	0,39	1,50	3,00
Entreprise C	5	2,28	2,40	0,41	1,70	2,80
Entreprise D	8	1,90	1,83	0,26	1,68	2,47
Entreprise E	14	1,98	2,00	0,08	1,90	2,10
Entreprise F	5	2,26	2,30	0,18	2,00	2,50
Entreprise G	2	1,85	1,85	0,21	1,70	2,00
Entreprise H	3	2,10	2,10	0,10	2,00	2,20
Entreprise I	9	3,24	3,20	1,05	1,80	4,40
Entreprise K	28	1,88	1,85	0,65	1,10	4,80
Entreprise L	12	2,04	1,95	0,35	1,70	2,60
Entreprise M	14	1,88	1,85	0,44	1,50	3,20
Entreprise N	12	1,96	1,85	0,71	0,90	3,40

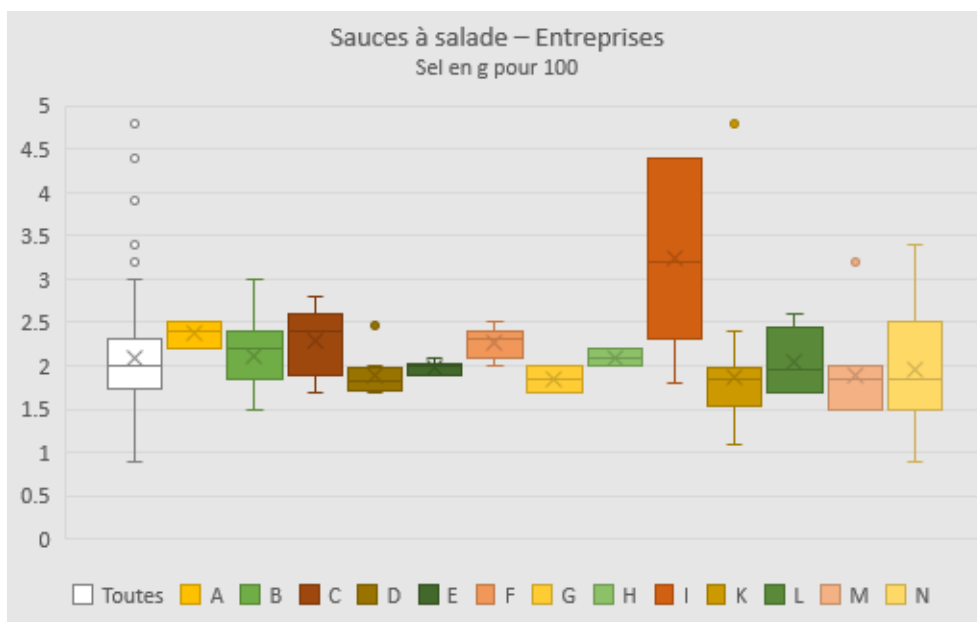


Illustration 33: Teneur en sel des sauces à salade des diverses entreprises (A-G)

Tableau 34 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade des diverses entreprises selon leur teneur en matière grasse

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les sauces à salade	136	2,08	2,00	0,60	0,90	4,80
<15 g de matière grasse	10	2,28	1,95	0,93	1,50	4,80
de 15 à 29,9 g de matière grasse	56	2,13	1,95	0,66	1,20	4,40
>=30 g de matière grasse	70	2,02	2,00	0,49	0,90	3,90

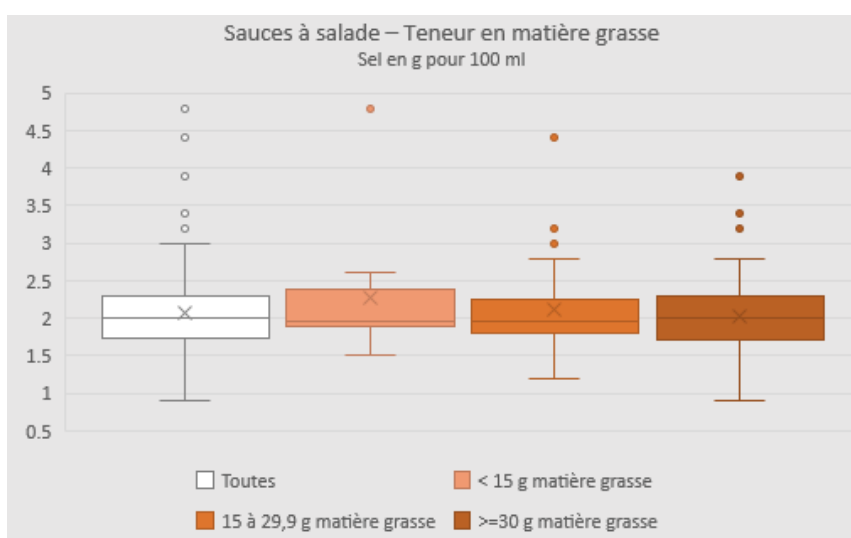


Illustration 34: Teneur en sel des sauces à salade, selon leur teneur en matière grasse

Tableau 35 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade, en fonction du type de sel utilisé

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les sauces à salade	136	2,08	2,00	0,60	0,90	4,80
sel iodé	48	1,99	1,95	0,43	0,90	3,40
sel marin	18	2,10	2,00	0,73	1,10	4,40
autre sel	70	2,14	2,00	0,67	1,20	4,80

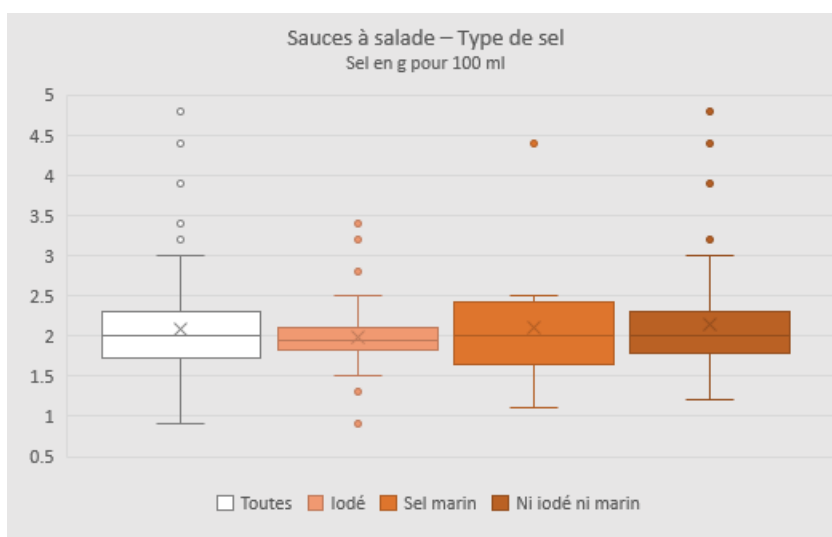


Illustration 35: Teneur en sel des sauces à salade, en fonction du type de sel utilisé

Tableau 36 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade, en fonction de l'utilisation d'ingrédients rehaussant le goût ou non²⁷

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les sauces à salade	136	2,08	2,00	0,60	0,90	4,80
sans ingrédients exhaussant le goût	28	1,93	1,85	0,37	1,50	2,50
avec ingrédients exhaussant le goût	108	2,12	2,00	0,65	0,90	4,80
sans exhausteurs de goût	95	2,13	2,00	0,67	1,10	4,80
avec exhausteurs de goût	41	1,97	1,90	0,39	0,90	3,20
sans arômes	87	2,14	2,00	0,65	1,30	4,80
avec arômes	49	1,99	1,90	0,49	0,90	3,40

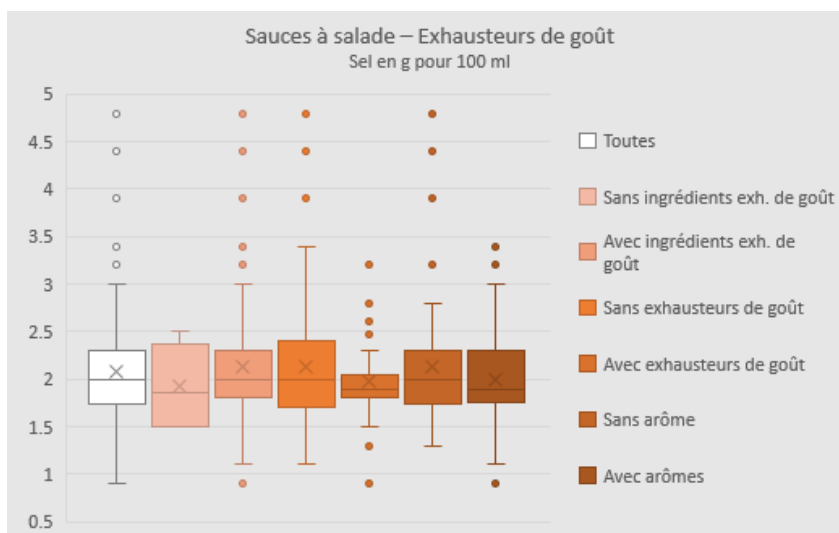


Illustration 36: Teneur en sel des sauces à salade, en fonction de l'utilisation d'ingrédients rehaussant le goût ou non

²⁷ Les ingrédients rehaussant le goût comprennent non seulement les additifs exhausteurs de goût, mais aussi des ingrédients comme les extraits de levures, les hydrolysats de protéines, la sauce au soja, les épices et les arômes. Seuls les additifs rehaussant le goût, comme le glutamate, par exemple, sont considérés comme des exhausteurs de goût. Ils doivent être désignés explicitement comme exhausteurs de goût.

Tableau 37 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade conventionnelles comparée à celle des produits bio

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les sauces à salade	136	2,08	2,00	0,60	0,90	4,80
Bio	12	1,90	1,75	0,47	1,10	2,50
Conventionnelles	124	2,10	2,00	0,61	0,90	4,80

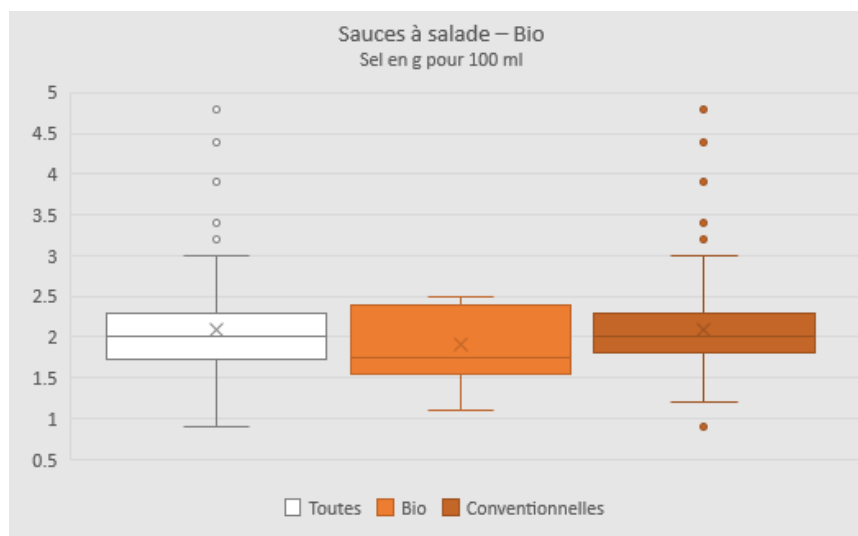


Illustration 37: Teneur en sel des sauces à salade conventionnelles comparée à celle des produits bio

Tableau 38 : Teneur en sel (en g/100 ml) des sauces à salade, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non

	Nombre (n)	Valeur moyenne	Médiane	Écart-type	Minimum	Maximum
Toutes les sauces à salade	136	2,08	2,00	0,60	0,90	4,80
ovo-lacto-végétariennes	131	2,10	2,00	0,61	0,90	4,80
non ovo-lacto-végétariennes	5	1,72	1,90	0,30	0,90	2,00

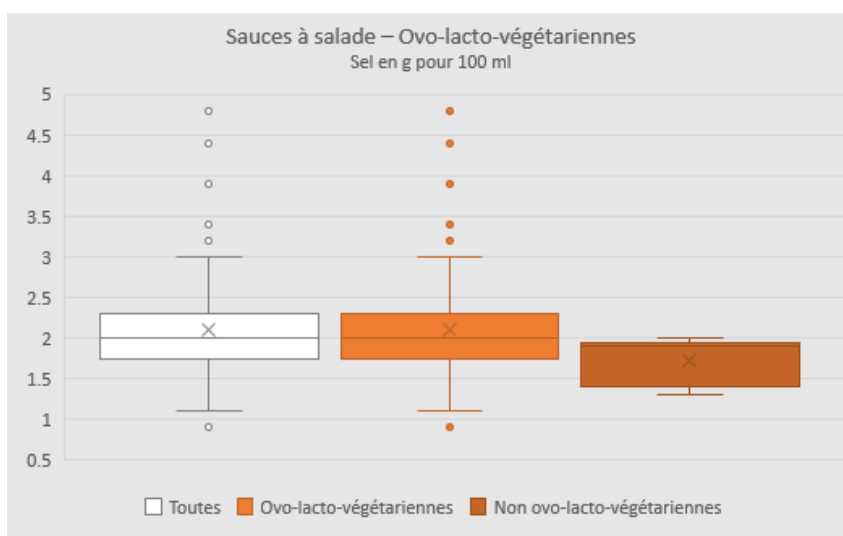


Illustration 38: Teneur en sel des sauces à salade, selon qu'elles conviennent aux végétariens ou non

8. Prochaines étapes

Suite à la décision prise en août 2019 d'élargir la Déclaration de Milan, d'autres groupes de produits ont été ajoutés à cette déclaration. Avec la présente analyse de la situation, l'OSAV dispose désormais d'informations lui permettant de définir les objectifs de réduction du sucre dans les boissons lactées et les produits similaires ainsi que dans les sérés et les produits analogues ; il pourra aussi fixer des objectifs de réduction du sel dans les soupes et les sauces à salade, et mener des négociations avec les entreprises concernées. D'autres analyses de la situation sont prévues. Elles devraient permettre à l'OSAV de faire le point sur les progrès réalisés par rapport aux objectifs fixés et de continuer à faire avancer la cause de la réduction de la teneur excessive en sucre et en sel de certains produits.