



[www.clcv.org](http://www.clcv.org)

## ENQUÊTE

# Alimentation : que valent les produits végétariens et végan ?



**DOSSIER DE PRESSE**

**28/09/2020**

## Table des matières

<b>Nos principaux résultats</b> .....	<b>3</b>
<b>Nos demandes</b> .....	<b>4</b>
<b>Méthodologie</b> .....	<b>5</b>
<b>Qualité nutritionnelle : une bonne surprise</b> .....	<b>7</b>
<b>Composition : des produits ultra-transformés</b> .....	<b>9</b>
<b>Les bons et mauvais élèves par catégorie</b> .....	<b>11</b>
<b>Origine des ingrédients et lieux de fabrication : la vigilance est de mise</b> .....	<b>13</b>
<b>Dénominations, allégations et logos : du bon et du moins bon</b> .....	<b>16</b>
1. Un éventail d'allégations .....	<b>16</b>
2. Dénomination : un tiers des produits font référence à la viande .....	<b>17</b>
3. Des logos privés mais aucun label officiel .....	<b>18</b>
<b>Quelle qualité pour quel prix ?</b> .....	<b>20</b>
1. Le prix n'est pas un gage de qualité .....	<b>20</b>
2. Le bio jusqu'à deux fois plus cher .....	<b>20</b>
3. Faire jouer la concurrence : un geste gagnant pour le consommateur .....	<b>21</b>
<b>Annexe 1 : Comparaison steak végétal VS steak de bœuf</b> .....	<b>22</b>
<b>Annexe 2 : Faites votre galette végétale maison !</b> .....	<b>23</b>
<b>Annexe 3 : Tableau des références</b> .....	<b>24</b>

## Nos principaux résultats

La CLCV a enquêté sur 95 plats à base de végétaux (soja, légumes, légumineuses, céréales). Les produits végétariens et vegan se développent pour répondre à la demande des consommateurs de manger moins de viande. Mais que contiennent-ils exactement ? D'où proviennent les ingrédients ? Sont-ils si sains qu'ils en ont l'air ?

- ❖ **Les produits étudiés sont plutôt bons d'un point de vue nutritionnel : 83% sont notés A ou B** mais les produits panés sont les moins bien notés : 37 % de C ou D. **Le Nutri-score est encore peu présent** (sur 18 % des produits), les produits de magasins spécialisés bio sont à la traîne (seulement 9 % des produits indiquent le Nutri-Score).
- ❖ Les produits contiennent **en moyenne 39 % d'ingrédients d'origine végétale, le reste des ingrédients étant de l'eau, des matières grasses, des additifs...** Nous notons un écart important entre les galettes végétales qui en contiennent le plus (53 %) et les produits panés et imitations viande qui en contiennent beaucoup moins (respectivement 34 % et 30 %).
- ❖ **La grande majorité des produits (80 %) contient au moins un additif.** La catégorie des imitations viande est la moins bonne avec en moyenne près de 2 additifs par produit, puis suivis des produits panés (1.7) et des galettes végétales (1.1).
- ❖ **Un tiers des produits présente des mentions liées à l'origine mais seulement 40 % des produits contenant du soja indiquent son origine.** La transparence sur l'origine du soja n'est pas la même selon les catégories : 78 % des galettes végétales indiquent l'origine contre 38 % pour les imitations viande et 20 % seulement pour les produits panés.
- ❖ **Un tiers des produits étudiés ont des noms qui font référence à des denrées animales** comme « haché », « steak », « escalope »... et qui peuvent être trompeurs pour le consommateur si l'étiquetage des produits n'est pas assez clair.
- ❖ **Les galettes végétales sont les moins chères, en moyenne 14 €/kg alors qu'elles présentent un meilleur profil nutritionnel, contiennent moins d'additifs, une quantité plus importante d'ingrédients d'origine végétale et une plus grande proportion d'ingrédients d'origine française** que les produits panés et les produits d'imitation viande qui sont tous les deux en moyenne à 16 €/kg.
- ❖ Notre étude montre qu'il y a **une faible corrélation entre le prix et la qualité nutritionnelle, la quantité d'ingrédients d'origine végétale, la quantité d'additifs et l'origine française du soja.** Les galettes végétales sont les moins chères, en moyenne 14€/kg alors qu'elles présentent un meilleur profil nutritionnel, contiennent moins d'additifs, une quantité plus importante d'ingrédients d'origine végétale et une plus grande proportion d'ingrédients d'origine française que les produits panés et les produits d'imitation viande qui sont tous les deux en moyenne à 16€/kg.
- ❖ **Substituer la protéine animale par de la végétale n'est pas à la portée de tous les budgets.** Le kilo de steak végétal est à 13 €/kg contre 10.5 €/kg pour son homologue animal.

## Nos demandes

- ❖ La CLCV appelle les industriels et distributeurs à s'engager dans la démarche du Nutri-Score, et plus particulièrement les enseignes spécialisées bio qui sont à la traîne. Afficher le Nutri-score permet aux consommateurs d'être mieux informés sur la qualité nutritionnelle des produits qu'ils achètent et de comparer rapidement les produits alimentaires entre eux.
- ❖ Nous demandons aux industriels et distributeurs plus de transparence sur l'origine de l'ensemble des ingrédients d'un produit, surtout quand une mention telle que « fabriqué en France » ou un drapeau français apparaît sur l'emballage.
- ❖ La CLCV appelle les industriels et distributeurs à améliorer les recettes des produits d'origine végétale en réduisant au maximum l'utilisation d'additifs et d'arômes.
- ❖ La CLCV demande à la DGCCRF de renforcer les contrôles sur les produits d'origine végétale notamment concernant les mentions d'origine et l'application du Règlement d'exécution (UE) 2018/775 du 1er avril 2020 ainsi que la dénomination des produits dans le cadre de la mise en œuvre de la loi du 10 juin 2020 afin d'éviter les termes trompeurs pour le consommateur.
- ❖ Face aux logos développés par chaque marque ou distributeur et ceux délivrés par les organismes associatifs, qui n'offrent pas les mêmes garanties, le consommateur a de quoi s'y perdre ! La CLCV demande la création d'un label officiel reconnu par l'État, au même titre que les signes officiels de qualité existants (AB, Label Rouge...), avec un cahier des charges commun et contrôlé par des organismes indépendants afin d'apporter une information fiable et claire pour le consommateur.

## Méthodologie

### 95 plats à base de végétaux (soja, légumes, légumineuses, céréales) ont été étudiés

Une référence équivaut à une dénomination et une marque.

Nous avons enquêté sur les drives de 16 enseignes : Auchan, Bio c Bon, Biocoop, Carrefour, Casino, Cora, Franprix, Hyper U, Intermarché, La Vie Claire, Leader Price, Leclerc, Lidl, Monoprix, Naturalia et Picard.

Nous avons recensé les produits entre début avril et fin juin 2020. Une évolution de l'offre de certains plats a pu avoir lieu depuis nos relevés et analyses. Sur les 95 références, 53 sont de marques nationales (55 %), les autres sont de marques de distributeurs, 26 proviennent de magasins spécialisés bio (27 %), 37 sont des produits bio (38.5 %).

#### Nous avons distingué 3 catégories :

- ❖ Galettes végétales à base de soja, céréales, légumes et légumineuses (29 références)
- ❖ Imitation viande : steak, boulettes, saucisses, haché, tofu... (39 références)
- ❖ Produits panés : nuggets, escalope, cordons-bleus... (27 références)

#### Pour chaque catégorie, les rayons épicerie, frais et surgelé ont été analysés.

#### Nous avons examiné les emballages et relevé pour chaque référence

- ❖ Le pourcentage de soja/légumes/céréales/légumineuses quand cela était possible

Pour le soja, les légumineuses et les céréales, certains produits indiquent seulement la quantité d'ingrédient réhydraté. Une information qui ne nous donne pas le poids réel de l'ingrédient utilisé. Pour calculer le poids exact, nous avons utilisé les facteurs de réhydratation suivants : 2.5 pour le soja, 3 pour le pois, 5 pour le seitan (blé), 2 pour le sarrasin, 2.5 pour les lentilles.

Par exemple, si la liste d'ingrédients indique « protéines de blé réhydratées 50 % », nous avons divisé cette quantité par 5 et obtenu 10 % de protéines de blé réellement utilisées dans la recette.

8 produits n'indiquent aucun pourcentage. Nous n'avons donc pas pu connaître ni calculer la quantité exacte.

- ❖ Les arômes et additifs
- ❖ Les tableaux de la déclaration nutritionnelle et le Nutri-Score lorsque celui-ci était présent sur l'emballage du produit
- ❖ Les allégations sur l'emballage
- ❖ Le prix

**Pour l'analyse de la composition des produits et des ingrédients mis en œuvre :** nous avons fait l'analyse par famille de produits.

**Pour la qualité nutritionnelle,** nous avons considéré le tableau nutritionnel présent sur les emballages et utilisé le système Nutri-Score<sup>1</sup> pour savoir dans quelles catégories (A : meilleure notation à E : moins bonne évaluation) les produits se répartissaient.

Lorsque le Nutri-score n'était pas indiqué, nous avons dû le calculer. Pour cela, nous nous sommes procuré le calculateur Nutri-Score auprès de Santé Publique France. Nous avons échangé avec eux pour sa bonne utilisation. Quand nous n'avions pas l'information sur la quantité exacte de certains ingrédients (fibres, légumes), nous avons mis zéro par défaut.

<sup>1</sup> Présentation du Nutri-Score <https://www.santepubliquefrance.fr/Sante-publique-France/Nutri-Score>, Santé Publique France

Le Nutri-Score est le logo nutritionnel recommandé par les pouvoirs publics. Il a été évalué comme le plus efficace par des études scientifiques, lors de l'expérimentation en conditions réelles. Il n'entraîne jamais, contrairement aux autres, de dégradation de la qualité nutritionnelle des achats et le plus souvent il l'améliore. C'est encore plus vrai auprès des ménages défavorisés qui sont les plus touchés par des problèmes de santé liés à une mauvaise alimentation. Il est facile à comprendre et il permet aux consommateurs de comparer les produits entre et au sein des catégories.

La CLCV milite depuis de nombreuses années pour la mise en place d'une information nutritionnelle simplifiée en face avant des produits pour inciter les consommateurs à faire des choix alimentaires plus sains dès l'achat.



Le Nutri-Score est un logo qui informe sur la qualité nutritionnelle simplifiée. Il est complémentaire à la déclaration nutritionnelle obligatoire fixée par la réglementation européenne. Ce logo est basé sur une échelle de 5 couleurs : du vert foncé à l'orange foncé, associée à des lettres allant de A à E pour optimiser son accessibilité et sa compréhension par le consommateur.

Le score prend en compte pour 100 grammes de produit, la teneur en :

- ❖ Nutriments et aliments à favoriser (fibres, protéines, fruits et légumes) ;
- ❖ Nutriments à limiter (énergie, acides gras saturés, sucres, sel).

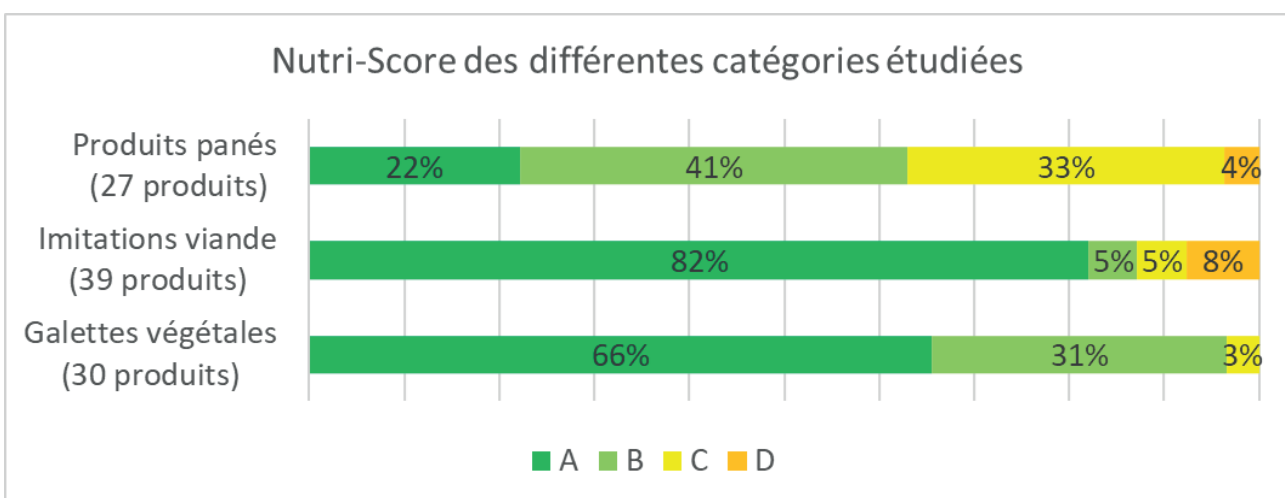
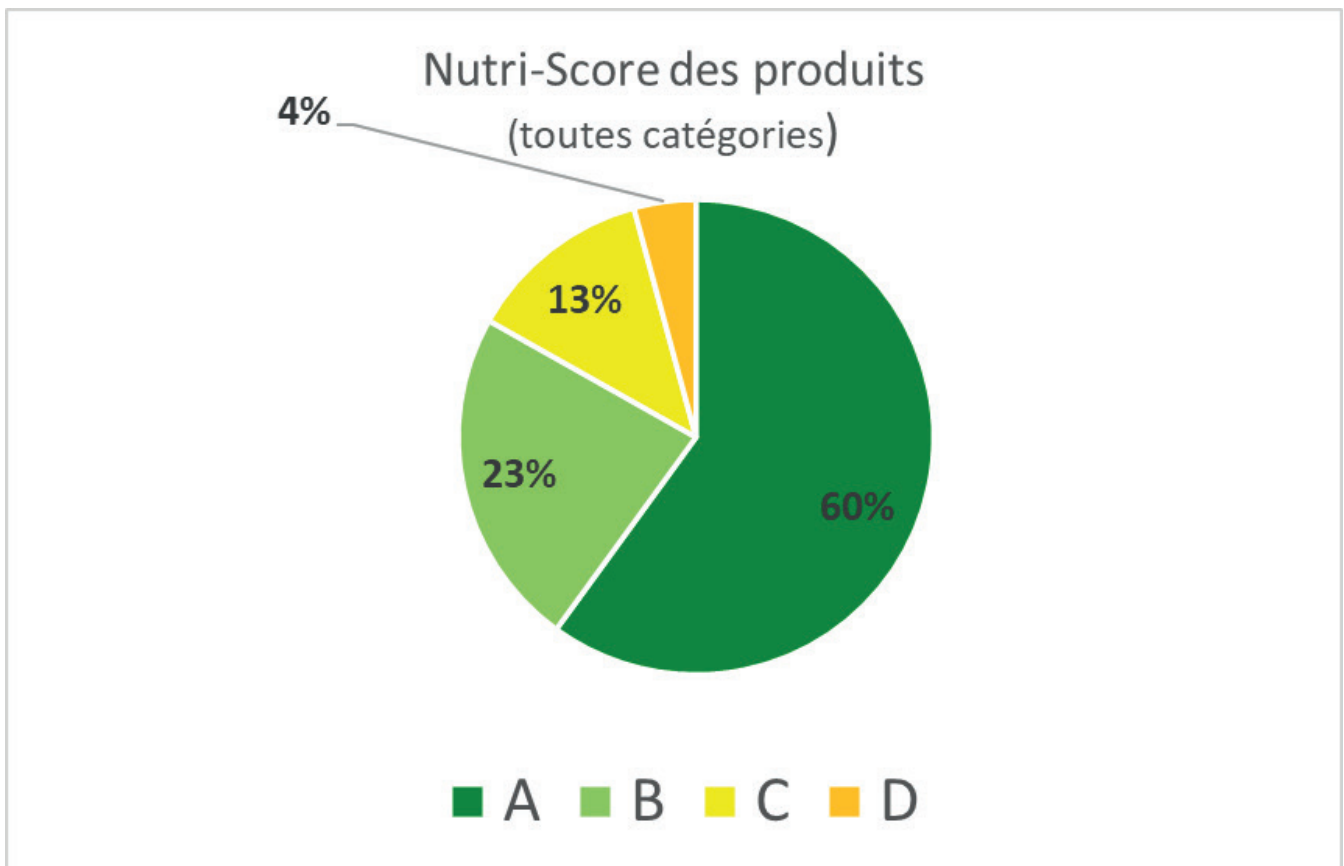
Après calcul, le score obtenu par un produit permet de lui attribuer une lettre et une couleur.

Les produits concernés sont tous les aliments transformés, (excepté les herbes aromatiques, thés, cafés, levures) ainsi que toutes les boissons, excepté les boissons alcoolisées.

## Qualité nutritionnelle : une bonne surprise

La majorité des produits étudiés ont un Nutri-Score A (60%) et B (23%). Nous notons qu'aucun produit ne se trouve dans la dernière classe du Nutri-Score (E).

L'ensemble des résultats de chaque produit se trouve en Annexe 3.



Les galettes végétales sont majoritairement classées A (66%) et B (31%).

Les produits imitation viande sont très majoritairement classés A (82%) et B (5%) mais on trouve aussi des produits notés D (8%) et C (5%).

La catégorie des produits panés est la plus hétérogène avec la moitié classée B (41%), puis C (33%), A (22%) et D (4%).

Ce résultat montre qu'il est possible pour les fabricants, pour une même catégorie de produit, de changer les recettes pour améliorer la qualité nutritionnelle.

Globalement, nous ne distinguons pas de différence significative en termes de nutrition entre les produits de marques nationales et les autres ni entre les produits bio et non bio.

Par exemple, pour la catégorie des « produits panés », le produit noté D est de marque nationale et bio alors que d'autres produits de marques de distributeurs ou nationales et non bio sont notés A.

Dans la catégorie « Imitation viande », le haché végétal de Super U est noté A et est celui qui contient le plus de fibres (7.2g/100g) alors que le haché végétal de Picard est noté B et fait partie des produits qui contiennent le moins de fibres (1.6g/100g).

Dans la catégorie « galettes végétales », les galettes légumes du soleil et céréales de Tipiak sont notées B alors que les palets soja aux petits légumes de Leclerc sont notés A. Les seconds sont beaucoup plus riches en fibres (X3) et protéines (X6) que les premiers.

## Une vignette Nutri-Score encore trop absente

**Sur l'ensemble des produits étudiés, seulement 21% présentent le Nutri-Score sur leur emballage.** Pour les autres, nous l'avons calculé grâce aux valeurs nutritionnelles mentionnées sur l'emballage.

## BIO

Deux produits de magasins spécialisés bio présentent le Nutri-Score sur l'emballage (soit 9%) contre 26% pour les autres enseignes. Ces deux produits sont de la marque Soy, qui commence à déployer le Nutri-Score, mais celui-ci n'était pas présent sur tous les produits de cette marque au moment de notre relevé.

## Nos demandes

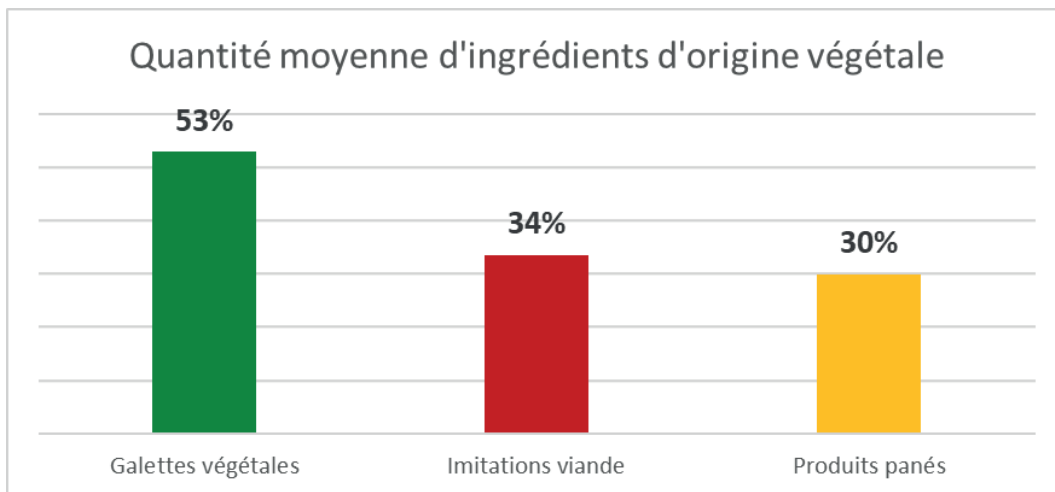
La CLCV appelle les industriels et les distributeurs à s'engager dans la démarche du Nutri-Score, et plus particulièrement les enseignes spécialisées bio qui sont à la traîne. Ceci, afin de permettre aux consommateurs d'être mieux informés sur la qualité nutritionnelle des produits qu'ils achètent et de comparer rapidement les produits alimentaires entre eux. Par ailleurs, cela devrait inciter les industriels à reformuler leurs produits afin d'être classés de manière plus favorable sur l'échelle Nutri-Score.



## Composition : des produits ultra-transformés

Les produits étudiés **contiennent en moyenne 39% d'ingrédients d'origine végétale**. Pour 8 d'entre eux, la quantité de végétaux (soja, céréales, légumes ou légumineuses) n'est pas précisée.

Les galettes végétales sont celles qui en contiennent le plus (53%) puis la catégorie « imitations viande » (34%) et les produits panés (30%).



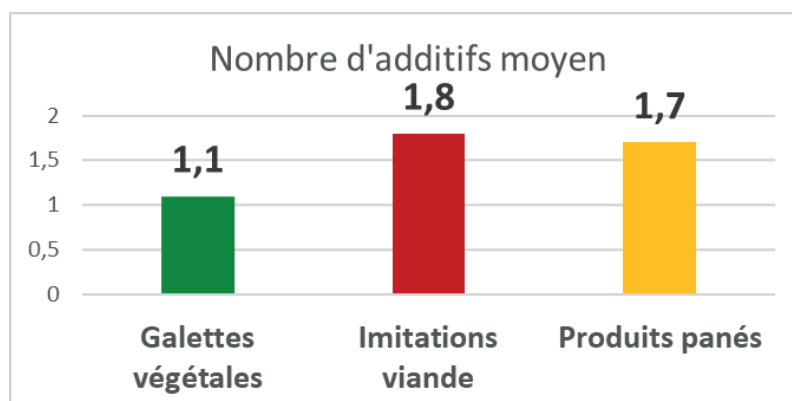
Les autres ingrédients composant les recettes sont principalement de l'eau, des matières grasses, du sel, des épices et des additifs.

56% des produits contiennent de l'eau comme ingrédient majoritaire, les imitations viandes sont les plus concernées (72%), puis les produits panés (67%) et enfin les galettes végétales qui sont 31% à contenir l'eau comme ingrédient principal.

**Si on regarde la quantité d'ingrédients d'origine végétale pour une même catégorie, on s'aperçoit que la quantité peut être multipliée jusqu'à 5 !** Ainsi, les steaks de soja Sojasun contiennent 67% d'ingrédients d'origine végétale contre seulement 11.6% pour les steaks de soja de la marque Herta ! Cet écart est moins flagrant pour les catégories des galettes végétales et des produits panés.

### 8 produits sur 10 contiennent au moins un additif.

Les produits végétariens ont une image de produits naturels sans additif. Pourtant, **80% d'entre eux contiennent au moins un additif**. Les produits imitation viande en contiennent le plus, en moyenne 1.8 additifs par produit alors que les galettes végétales en contiennent le moins : 1.1 en moyenne.



La majorité des additifs utilisés sont des texturants (64%), des arômes (23%), puis des colorants (3%). Les 9% restants sont des additifs divers : acidifiant, anti-agglomérant, antioxydant.

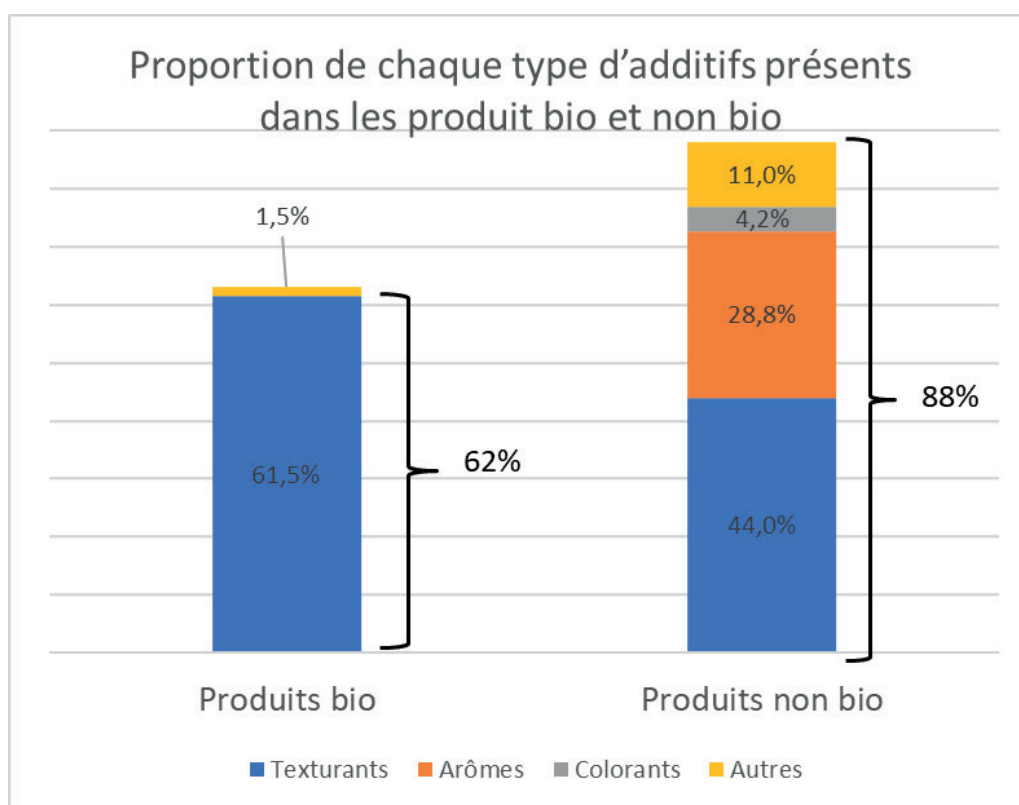
Les texturants sont très utilisés dans ce type de produits afin de se rapprocher le plus possible de la consistance d'un steak de viande, ce que ne permettent pas les protéines végétales seules dans la plupart des cas. Parmi ces texturants, la méthylcellulose est majoritairement utilisée sauf dans les produits bio dans lesquels cet additif est interdit. Elle peut être employée comme épaississant, gélifiant, stabilisant ou encore comme agent d'enrobage dans les produits alimentaires. Cet additif a été réévalué sans risque par l'EFSA (Autorité européenne de sécurité des aliments) en 2017.

## BIO

Selon la réglementation bio, les plats préparés bio ne contiennent pas de colorants et arômes chimiques de synthèse, ni exhausteurs de goût. Mais une cinquantaine d'additifs restent autorisés (contre plus de 300 pour les produits non bio).

Dans les produits bio de notre enquête, la méthylcellulose est donc remplacée par d'autres texturants autorisés, tels que la farine de caroube, la gomme de guar, le chlorure de calcium ou le chlorure de magnésium.

Les produits bio contiennent en moyenne moins d'additifs que les produits non bio. Ils contiennent principalement des texturants mais aucun ne contient d'arômes ni de colorant.



Notons que 19 produits (21 %) ne contiennent aucun additif : 11 sont des galettes végétales ; 5 des produits imitation viande et 3 des produits panés.

Il est donc possible pour les industriels de supprimer les additifs quelle que soit la catégorie de produits.

## Nos demandes

La CLCV appelle les industriels et les distributeurs à améliorer leurs recettes en réduisant au maximum l'utilisation d'additifs et d'arômes.









## Les bons et mauvais élèves par catégorie

Nos tableaux présentent pour chaque catégorie de produits, les bons et les mauvais élèves concernant la composition des produits. Nous avons pris en compte 3 critères : le Nutri-Score, la quantité d'ingrédients d'origine végétale et la quantité d'additifs.

Produits Panés					
Marque	Herta	Intermarché	Sojade	Le Gaulois	Viana
Prix (€/kg)	14,05	11,03	21,88	12,60	24,75
Agriculture biologique	Non	Non	Oui	Non	Oui
Quantité d'ingrédients d'origine végétale	17,3%	16,8%	> 13%	8,2%*	?
Nombre d'additifs	0	1	1	3	2
Nutri-Score					

\*Obtenu par calcul à partir de la quantité d'ingrédients hydratés

Imitation Viande					
Marque	Super U	Herta	Picard	Herta	Wheaty
Prix (€/kg)	?	16,60	15,91	11,43	22,33
Agriculture biologique	Non	Non	Non	Non	Oui
Quantité d'ingrédients d'origine végétale	29,8%	21,3%	30%	13,8%	14%*
Nombre d'additifs	1 (arôme naturel)	0	1 (arôme naturel)	10	2 (texturants)
Nutri-Score					

Galettes végétales					
Marque	<u>Hari&amp;Co</u>	<u>Bjorg</u>	Intermarché	Carrefour	Biocoop
Prix (€/kg)	11,97€	13,75€	8,25€	12,50€	12,95€
Agriculture biologique	oui	oui	non	non	oui
Quantité d'ingrédients d'origine végétale	88%	79,8%	86%	27,3%	Pomme de terre 14% Soja ?
Nombre d'additifs	0	0	1 (texturant)	2 (arôme naturel et texturant)	2 (gélifiants)
Nutri-Score					

\*Obtenu par calcul à partir de la quantité d'ingrédients hydratés

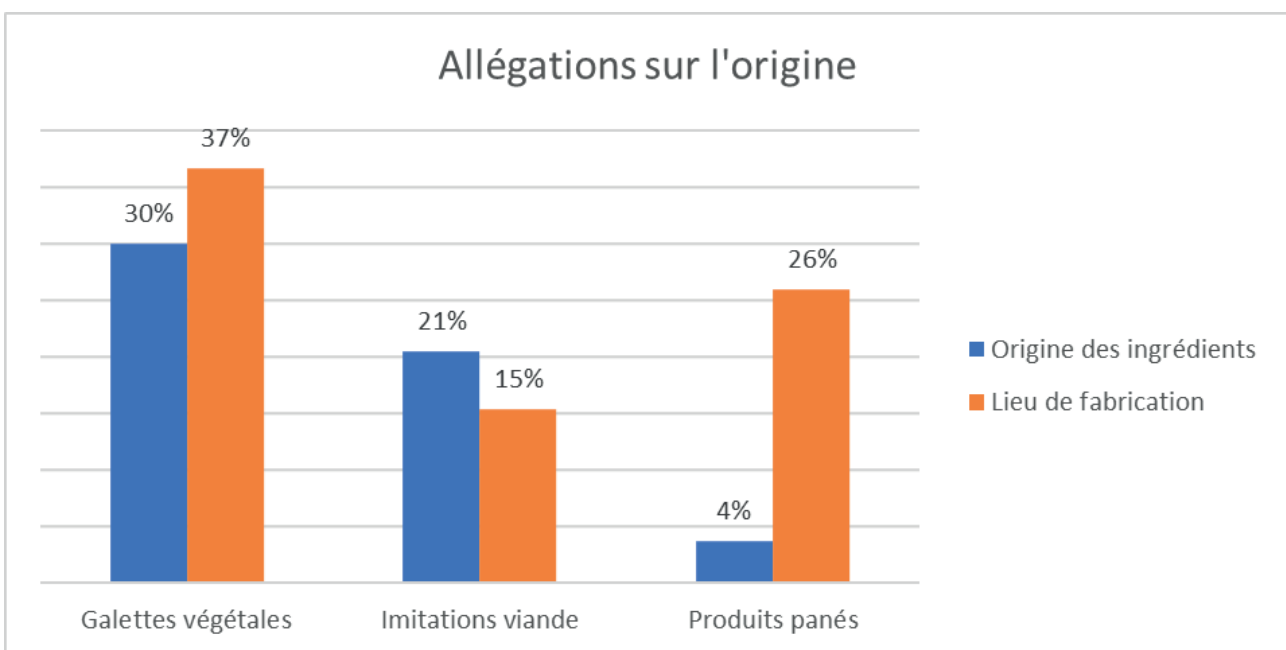
## Origine des ingrédients et lieux de fabrication : la vigilance est de mise

Les consommateurs sont de plus en plus demandeurs d'informations concernant l'origine des ingrédients des produits qu'ils consomment.

Depuis le 1<sup>er</sup> avril 2020<sup>2</sup>, les industriels doivent indiquer l'origine de l'ingrédient principal<sup>3</sup> d'un produit alimentaire avec une mention géographique sur l'emballage (drapeau français, mention d'une région, d'un pays « fabriqué en France », ...). Le but est de protéger le consommateur d'éventuelles informations trompeuses laissant supposer une origine autre que son origine réelle.

Il est possible de trouver dans les rayons des produits qui ne respecteront pas la nouvelle réglementation. Ils ont été étiquetés ou mis sur le marché avant l'application du texte et pourront être commercialisés jusqu'à épuisement des stocks du magasin.

**Un tiers des produits étudiés présentent une mention liée à l'origine géographique sur leur emballage** ; 18% indiquent l'origine du ou des ingrédients principaux et 26% indiquent le lieu de fabrication du produit. La répartition pour chaque catégorie est présentée sur la Figure ci-dessous.



**Pour l'origine géographique des ingrédients**, c'est l'origine du soja qui est précisée dans la majorité des cas (72% de produits mentionnant l'origine des ingrédients). L'information sur l'origine est aussi donnée pour d'autres ingrédients comme les haricots, lentilles, pommes de terre ou encore le fromage.

**Pour le lieu de fabrication**, on trouve uniquement des références à la France, avec principalement la mention « Fabriqué en France » ou « Entreprise de France », puis d'autres mentions comme « Fabriqué dans le Sud-ouest » ou « Fabriqué en Haute Provence ».

<sup>2</sup> Règlement d'exécution (UE) 2018/775 de la Commission du 28 mai 2018 portant modalités d'application de l'article 26, paragraphe 3, du règlement (UE) n° 1169/2011 du Parlement européen et du Conseil concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires, pour ce qui est des règles d'indication du pays d'origine ou du lieu de provenance de l'ingrédient primaire d'une denrée alimentaire.

<sup>3</sup> Les ingrédients primaires sont ceux qui composent plus de 50 % du produit ou qui sont habituellement associés à une recette par les consommateurs.



Attention à certaines mentions qui font référence à une fabrication en France mais dont l'origine des ingrédients n'est pas précisée !

Le « Croq'Soja » de Cérééal Bio avec la mention « fabriqué en France » mais le logo AB indique « Agriculture biologique UE/ hors UE », ce qui signifie que certains ingrédients ne viennent donc pas seulement d'Europe mais du monde entier, sans savoir lesquels...



### Ingrédients

Protéines de soja réhydratées 62%, purée de tomate double concentré 7%, huile de colza, poivrons jaunes 6%, poivrons rouges 6%, oignons pré-frits (oignons, huile de tournesol), sauce soja (eau, soja, blé et sel), ail 1%, basilic, épaississant : méthylcellulose, sel, thym.  
Certains ingrédients de ce produit ne proviennent pas de France.  
Traces éventuelles de céleri, œufs, poissons, lait, mollusques, crustacés, moutarde.

Sur les « Steaks au soja » de Super U, on trouve la mention « Entreprise de France » et derrière, écrit en tout petit à la suite de la liste des ingrédients « certains ingrédients de ce produit ne proviennent pas de France »

Malgré la mention « Fabriqué en France » sur ces « Croques soja & blé » de la marque Le Gaulois, l'origine du soja reste inconnue !



## BIO

Les produits certifiés bio sont plus nombreux à présenter des mentions liées à l'origine (35%) que les produits conventionnels (18%). C'est le même constat pour les produits des magasins spécialisés bio qui présentent une mention d'origine dans 31% des cas contre 23% pour les produits des autres magasins.

## Nos demandes

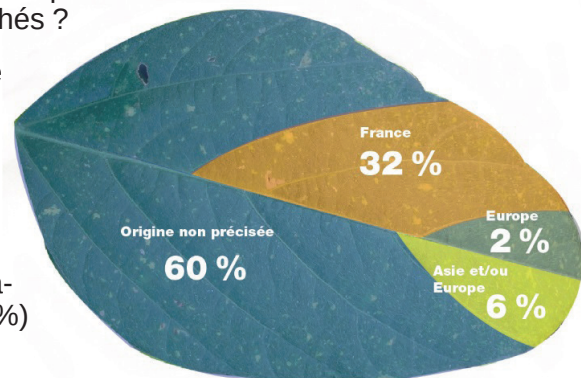
Sur les 24 produits qui font référence à un lieu de fabrication, seulement un tiers d'entre eux respectent le nouveau règlement européen en indiquant l'origine des ingrédients principaux, souvent le soja. Si l'écoulement des stocks non conformes est autorisé, nous demandons aux industriels et distributeurs plus de transparence sur l'origine de l'ensemble des ingrédients d'un produit, surtout quand une mention telle que « Fabriqué en France » ou un drapeau français apparaissent sur l'emballage.

## Gros plan sur le soja

Le soja est l'ingrédient phare utilisé dans les alternatives à la viande et il est présent dans 54% des produits étudiés. Il est aujourd'hui controversé car sa culture pose des problèmes de déforestation dans les principaux pays producteurs de soja : les Etats-Unis, le Brésil et l'Argentine. D'après le bilan de la campagne 2019-2020 de FranceAgriMer<sup>4</sup>, la France a produit 429 000 tonnes de soja et en a importé 585 000 tonnes dont la très grande majorité provient de pays tiers (hors UE). Si la grande majorité du soja importé est utilisée pour nourrir les animaux d'élevage, d'où provient le soja utilisé dans les produits alimentaires que l'on retrouve dans nos supermarchés ?

**Sur les 51 produits contenant du soja, 60% ne précisent pas son origine.** Pour les autres, le soja est Français dans 32% des cas puis originaire d'Asie et/ou Europe (2%) et d'Europe (6%).

Ce sont les galettes végétales qui sont les plus transparentes sur l'origine du soja (78%). Les mauvais élèves sont les produits imitation viande (37%) et les produits panés (20%)



## BIO

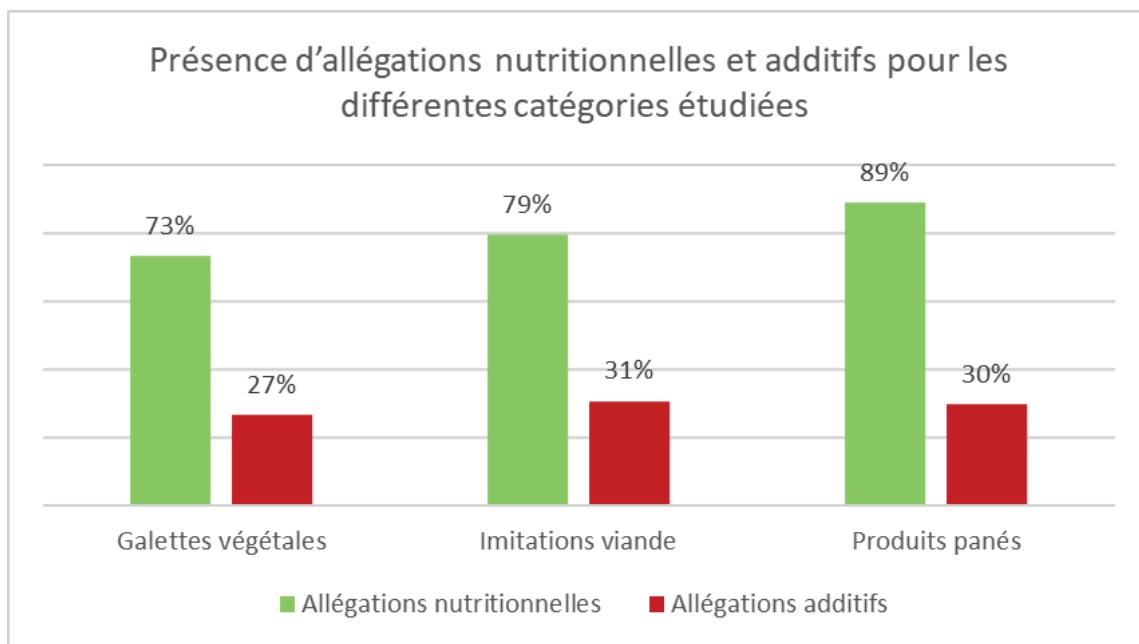
Les produits bio précisent l'origine du soja dans 73% des cas alors que seulement 7% des produits non bio l'indiquent !

<sup>4</sup> [https://www.franceagrimer.fr/fam/content/download/65026/document/MOL\\_0820.pdf?version=3](https://www.franceagrimer.fr/fam/content/download/65026/document/MOL_0820.pdf?version=3)

## Dénominations, allégations et logos : du bon et du moins bon

### 1. Un éventail d'allégations

80% des produits présentent au moins une allégation nutritionnelle sur l'emballage et 30% une allégation liée à l'absence de certains additifs, colorants, ou arômes. La répartition selon les catégories de produits est présentée ci-dessous.



**Les produits panés sont ceux qui présentent le plus grand nombre d'allégations nutritionnelles alors qu'ils sont les moins bien notés d'un point de vue nutritionnel.**

Toute catégorie confondue, les allégations nutritionnelles utilisées sont :

- ❖ « Riche en protéines » : 54 produits
- ❖ « Source de fibres » : 21 produits
- ❖ « Source de protéines » : 12 produits
- ❖ « Riche en fibres » : 10 produits
- ❖ « Pauvre en matières grasses saturées » : 5 produits
- ❖ « Source de fer » : 1 produit

Selon la réglementation européenne, l'allégation « Riche en protéines » peut être utilisée si au minimum 20% de la valeur énergétique du produit est apportée par les protéines. C'est au minimum 12% pour la mention « Source de protéines ».

L'allégation « Source de fibres » peut être utilisée si le produit contient au moins 3g de fibres pour 100g de produit. Pour « Riche en fibres », c'est le double : minimum 6g pour 100g de produit.

Toute catégorie confondue, les allégations sur les additifs sont les suivantes :

- ❖ « Sans colorant » : 11 produits
- ❖ « Sans additif » ou « sans additif ajouté » : 10 produits
- ❖ « Sans conservateur » : 6 produits
- ❖ « Sans arôme » : 5 produits
- ❖ « Sans arôme artificiel » : 2 produits
- ❖ « Arôme naturel » : 2 produits



Attention à certaines mentions qui peuvent cacher d'autres substances, pourtant bien présentes dans le produit. 2 exemples :



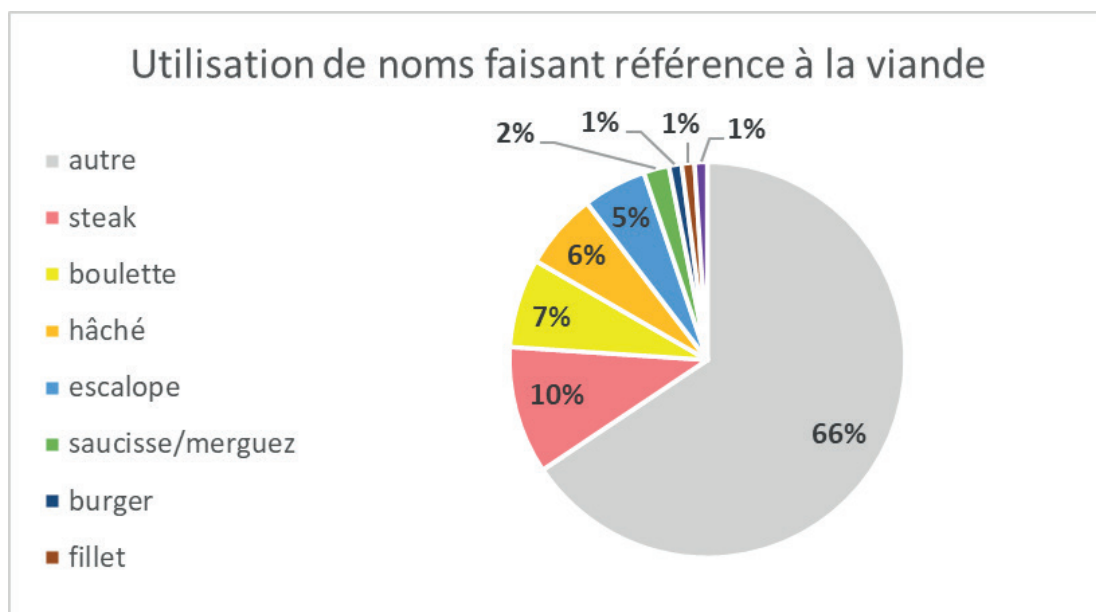
Sur ces deux produits Herta, la mention « sans additif ajouté » rassure mais ils contiennent pourtant des arômes qui ne sont pas considérés comme additifs au sens de la réglementation. Il s'agit pourtant bien d'une substance ajoutée dans le produit. De plus, il n'est pas précisé qu'il s'agit d'arômes naturels, ils sont donc probablement artificiels.

Pour les « Nuggets soja et blé » de la marque Céréal, on trouve la mention « sans colorant » et « sans conservateur » mais le produit contient pourtant des additifs (arôme et épaississant) !



## 2. Dénomination : un tiers des produits font référence à la viande

« Steak », « Burger », « Haché », « Escalope », ... les termes faisant référence à des produits d'origine animale sont utilisés sur 34% des produits étudiés, répartis de la façon suivante :



Ces produits avaient déjà été pointés du doigt par la DGCCRF dans une enquête publiée en janvier 2020. L'enquête révèle « l'usage de dénominations de vente et de présentation qui peuvent tromper le consommateur lors de son achat en puisant dans le registre des produits d'origine animale pour désigner des denrées qui revendent une composition exclusivement végétale ».

La loi du 10 juin 2020 relative à la transparence de l'information sur les produits agricoles et alimentaires interdit que les dénominations utilisées pour désigner des denrées alimentaires d'origine animale (steak, burger, filet, ...) soient utilisées pour décrire, commercialiser ou promouvoir des denrées alimentaires comportant des protéines végétales. Ainsi, à partir d'une certaine quantité de protéines végétales, qui sera fixée par décret fin 2020, il ne sera plus possible d'utiliser par exemple les termes « steak de soja » ou « burger végétal ».

## Nos demandes

Notre étude montre qu'un tiers des produits utilisent encore des termes trompeurs pour le consommateur en faisant référence à des produits d'origine animale. Dans le cadre de la mise en œuvre de la loi du 10 juin 2020, la CLCV demande à la DGCCRF de renforcer les contrôles sur les produits d'origine végétale.

### 3. Des logos privés mais aucun label officiel

Il n'existe pas, au niveau européen, de définition arrêtée des termes « végétarien » et « vegan » pour l'industrie agroalimentaire. Cependant, on peut donner les définitions suivantes :

Un produit **végétarien** est un produit ne contenant pas de chair animale (viandes, poissons et fruits de mer) mais pouvant contenir du lait ou des œufs par exemple.

Un produit **végan** est un produit qui ne contient aucune substance d'origine animale, qui a été produit sans faire appel à des agents techniques d'origine animale et qui n'a pas été testé sur les animaux.

En l'absence de définitions réglementées, les entreprises ont le droit de communiquer et de créer leur propre pictogramme. Les allégations n'étant pas contrôlées, cela peut conduire à des étiquetages incorrects et peu clairs pour le consommateur. Par ailleurs, l'origine animale de certains additifs n'est pas précisée, il est donc difficile pour le consommateur d'identifier un produit végétarien ou vegan simplement en lisant la liste d'ingrédients.

**Les consommateurs sont actuellement face à la fois à des pictogrammes d'information développés par les marques et des logos plus officiels créés par des organismes associatifs avec un cahier des charges et des contrôles réalisés par des organismes privés.** Ces derniers présentent de meilleures garanties et fonctionnent tous sur le même principe : le fabricant doit déclarer la composition de son produit et les additifs utilisés pendant la fabrication auprès de l'organisme qui accorde le label. Les entreprises payent pour pouvoir apposer le logo sur leurs produits. Les plus connus sont les suivants :

**Le V-Label**, décliné en deux versions : végétarien et vegan. Il a été créé par L'Union Végétarienne Européenne (EUV), organisme certificateur pour les produits végétariens ou végétaliens. Parmi les critères à respecter : pas de produits issus d'abattoirs, pas d'arômes d'origine animale, pas de graisses issues de poissons, pas d'OGM...



Logo végétarien



Logo vegan



Créée en 1944, la **Vegan Society** a été la première organisation vegan au monde. Le label concerne les produits alimentaires et certifie qu'ils sont exempts d'ingrédients d'origine animale, d'OGM d'origine animale et qu'ils n'ont pas été testés sur les animaux.

Un peu plus de la moitié des produits étudiés (51%) présente un logo ou une mention « végétarien » ou « vegan ». 31% présentent un pictogramme d'information créé par la marque et 69% un des logos officiels ci-dessus.

Face aux logos développés par chaque marque ou distributeur et ceux délivrés par les organismes associatifs, qui n'offrent pas les mêmes garanties, le consommateur a de quoi s'y perdre !

## Nos demandes

La CLCV demande la création d'un label officiel reconnu par l'État, au même titre que les signes officiels de qualité existants (AB, Label Rouge,...), avec un cahier des charges commun et contrôlé par des organismes indépendants afin d'apporter une information fiable et claire pour le consommateur.

## Quelle qualité pour quel prix ?

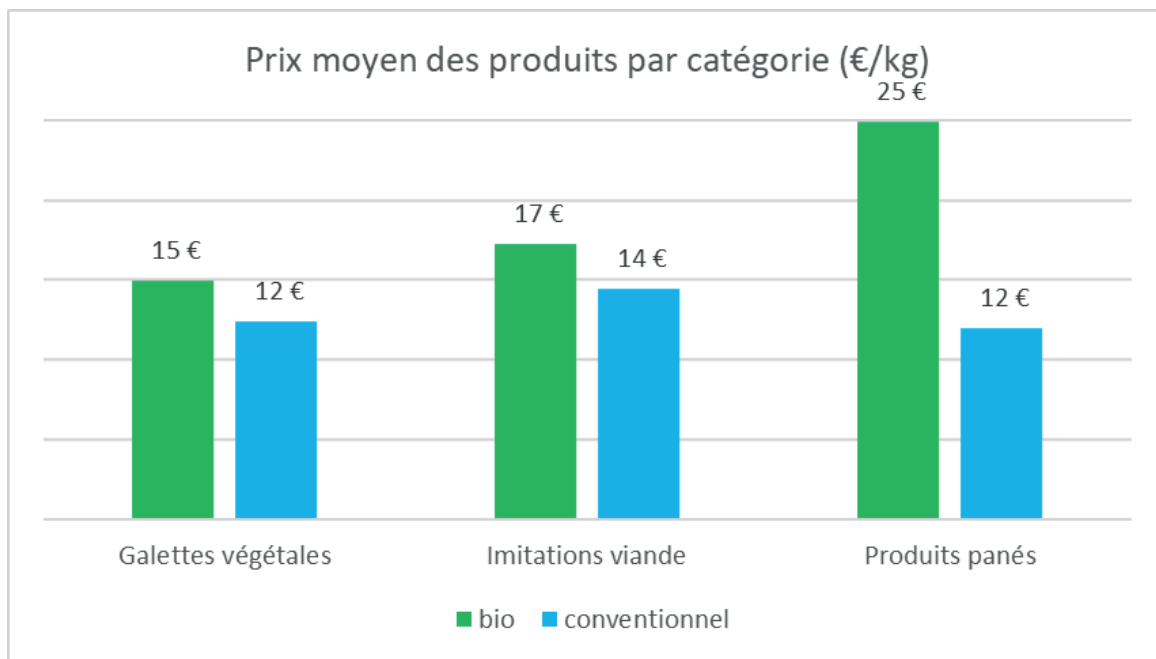
### 1. Le prix n'est pas un gage de qualité

Notre étude montre qu'il y a une faible corrélation entre le prix et le Nutri-Score (coefficient de corrélation de -0.39<sup>5</sup>), entre le prix et la quantité d'ingrédients d'origine végétale (coefficient de -0.25), entre le prix et la quantité d'additifs (coefficient de -0.05) et entre le prix et l'origine française du soja (coefficient de 0.1).

Les 3 premiers coefficients sont négatifs, ce qui signifie que plus les produits sont chers, plus ils ont tendance à avoir un Nutri-Score faible, une quantité d'ingrédients d'origine végétale faible et une quantité d'additifs faible. En revanche, plus les produits sont chers, plus ils ont tendance à contenir du soja français (coefficient de corrélation positif).

### 2. Le bio jusqu'à deux fois plus cher

Les galettes végétales sont les moins chères et sont en moyenne à 14 €/kg alors que les produits panés et les imitations viande sont en moyenne à 16€/kg. L'infographie ci-dessous montre l'écart de prix moyen entre les produits bio et les produits conventionnels pour chaque catégorie.



Cette infographie permet de faire deux constats :


- ❖ Si l'écart de prix semble cohérent pour les deux premières catégories (galettes végétales et imitations viande), **le prix des produits panés bio est deux fois plus élevé que pour les produits panés conventionnels !**
- ❖ **Les galettes végétales sont en moyenne les moins chères alors qu'elles présentent un meilleur profil nutritionnel, contiennent moins d'additifs, une quantité plus importante d'ingrédients d'origine végétale et une plus grande proportion d'ingrédients d'origine française !**

<sup>5</sup> Le coefficient de corrélation se situe entre -1 et 1. Plus il est proche de 1 ou -1, plus la corrélation entre deux données est forte. Plus il est proche de 0, plus la corrélation entre deux données est faible.

### 3. Faire jouer la concurrence : un geste gagnant pour le consommateur

Par ailleurs, pour des produits équivalents mais de marques différentes, l'écart de prix est non négligeable pour le consommateur :


10,50 €/kg



Carrefour  
**VEGGIE**  
LA CUISINE VÉGÉTARIENNE DE VEGETARIËSCHE KEUKEN  
STEAKS AU SOJA  
Tomate, Basilic  
SOJASTEAKS  
Tomaat, Basilicum  
RICHE EN PROTÉINES - SOURCE DE FIBRES  
EIWITRIJK - BRON VAN VEZELS | 8 MIN | x2

X 1,5

18,40 €/kg



Herta  
**Le bon Végétal**  
SANS ADDITIF  
AIGUTE  
D'ORIGINE VEGETARIENNE  
x2  
**STEAK GOURMAND**  
Saja, Poivre et Persil

9,88 €/kg



Carrefour  
**VEGGIE**  
LA CUISINE VÉGÉTARIENNE DE VEGETARIËSCHE KEUKEN  
TARVE  
NUGGETS DE BLÉ  
Surgelés  
Décongelés  
SOURCE DE PROTÉINES  
BRON VAN EIWITTEIN | 7-8 MIN | 8-10 MIN | x19  
200g

X 1,7

15,25 €/kg



franprix  
**Nuggets**  
blé et oignons  
Source de protéines  
VEGGIE  
végétarien  
x2  
à la poêle | au four  
7/9 min | 7 min | 200g

## Annexe 1 : comparaison steak végétal VS steak de bœuf

Les steaks végétaux sont souvent destinés à être consommés en substitution à la viande. C'est pourquoi, nous avons comparé leur profil nutritionnel avec un steak de bœuf 15% de matières grasses :

	Moyenne des steaks végétaux de l'enquête	Steak de bœuf 15% MG*
Energie (Kcal)	185	195
Protéines (g/100g)	15,8	15,8
Glucides (g/100g)	6,75	2,48
Sucres (g/100g)	2,5	0,57
Lipides (g/100g)	10,5	13,6
AG saturés (g/100g)	1,23	4,45
Sel (g/100g)	1,25	0,87
Fibres (g/100g)	5	1,55

\*Chiffres issus de la table Ciqual pour le produit « Haché à base de bœuf ou Préparation de viande hachée de bœuf, 15% MG, cru, préemballé »

Quelle que soit sa recette, un steak végétal n'aura jamais le même profil nutritionnel que son homologue animal. Cependant, on note que la teneur en protéines est identique à celle d'un steak de bœuf 15% MG. Par ailleurs, les steaks végétaux sont 3 fois plus riches en fibres que le steak de bœuf et plus pauvres en matières grasses, y compris en acides gras saturés dont la consommation en excès favorise les maladies cardiovasculaires. En revanche, les steaks végétaux industriels sont plus riches en sucres et en sel.

### Et le prix ?

Une enquête<sup>6</sup> de la DGCCRF publiée en janvier 2020 a montré que « la marge brute des professionnels sur les produits vegan semble [...] plus importante que pour des produits « traditionnels » ». Pour faire ce constat, les enquêteurs ont comparé « le prix de vente au public de certains produits d'origine animale comportant peu d'ingrédients avec celui de leur équivalent vegan, en le mettant en perspective avec le prix des matières premières utilisées ».

Substituer la protéine animale par de la végétale n'est pas à la portée de tous les budgets. Le kilo de steak végétal est à 13 €/kg contre 10.5 €/kg pour son homologue animal.

**Plusieurs éléments peuvent expliquer le prix plus élevé : coût de la recherche pour développer les recettes, investissements dans un process de fabrication spécifique, ingrédients plus onéreux, disponibilité des matières premières plus rare ... Mais cela justifie-t-il de tels écarts avec les produits à base de viande ?**

<sup>6</sup> <https://www.economie.gouv.fr/dgccrf/controle-sur-les-denrees-vegetales-destinees-aux-vegans-vegetariens-et-vegetaliens>



## Annexe 2 : Faites votre galette végétale maison !

### Recette galettes végétales quinoa et légumes

Vous pouvez déguster cette galette avec une salade, une purée ou encore en burger maison !

#### Ingrédients pour 4 galettes végétales :

- ✓ 80g de quinoa
- ✓ 1 carotte
- ✓ 1 petit oignon
- ✓ 160g d'épinards
- ✓ 2 cuillères à soupe bombées de farine
- ✓ 1 œuf
- ✓ 1/2 citron



- ✓ Lavez le quinoa à grandes eaux, versez dans une casserole avec deux fois son volume d'eau, puis faites cuire 12 minutes.
- ✓ Épluchez la carotte, lavez et équeutez les feuilles d'épinard. Hachez la carotte, les épinards et l'oignon puis placez dans un cul-de-poule. Ajoutez le quinoa, le jus de citron, l'œuf et la farine. (si la consistance est trop liquide, rectifiez-la avec de la farine). Assaisonnez et mélangez.
- ✓ Versez un filet d'huile d'olive dans une poêle et faites chauffer à feu doux, attendez qu'elle soit bien chaude.
- ✓ Façonnez des galettes à l'aide d'un emporte-pièce rond (8 cm) directement posé sur votre poêle chaude. Laissez dorer plusieurs minutes à feu doux puis retournez et faites cuire l'autre face. C'est prêt.

Catégorie	Magasin	Marque	Rayon	Nom du produit	BIO	Prix au kilo	Origine du soja	Quantité de végétaux (%)	Nombre d'additifs	Allégations	Nutri-Score
Galette végétale	La Vie Claire	La Vie Claire	Frais	Galettes aux épinards et pignons, végan	oui	17,44 €		69,3	0	Source de fibres Fabriqué en Provence Farine de blé du Lubéron	A
Galette végétale	Biocoop	Soy	Frais	Grinioc orge chèvre miel noix	oui	14,95 €		79,4	0	Céréales complètes Riche en fibres Fabriqué dans le Sud-Ouest Fromage de chèvre du Sud-Ouest	B
Galette végétale	Biocoop	Soy	Frais	Croc'tofou provençale	oui	16,45 €	France	61,7	3	Riche en protéines Soja équitable cultivé en France	A
Galette végétale	Biocoop	CéréAlpes	Frais	Galette épinards pignons	oui	16,61 €		78	0	Source de fibres Céréales complètes Fabriqué en Haute Provence	A
Galette végétale	Biocoop	Sojade	Frais	Galette soja poireau sarrasin pavot	oui	19,44 €	France	66,5	0	Riche en protéines végétales Fabriqué en France	A
Galette végétale	Biocoop	Biocoop	Frais	Galette tofu pomme de terre bleu	oui	12,95 €	France	?	2	Fabriqué en Haute Provence Soja, bleu et pomme de terre français	C
Galette végétale	Biocoop	Biocoop	Frais	Galette tofu emmental sésame	oui	15,90 €	France	?	2	Soja et emmental français Fabriqué en Haute Provence	B
Galette végétale	Carrefour	Carrefour	Frais	Galettes panées sarrasin boulgour	non	12,50 €		27,3	2	Source de fibres	B
Galette végétale	Carrefour	Carrefour	Frais	Galettes épinard, pois, emmental	non	12,00 €		43,5	1	Riche en protéines	A
Galette végétale	Carrefour	CéréAl bio	Frais	Galettes fines épinards pignons bio	oui	16,28 €		9,4	0	Sans conservateur Sans colorant	A
Galette végétale	Intermarché	Sojasun	Frais	Galette végétale Le Bistrot	non	16,56 €	France	34,9	2	Riche en protéines végétales Fabriqué en France Filière soja français	A



Galette végétale	Intermarché	Intermarché Veggi Marché	Surgelé	Galettes boulgour pois chiches à la provençale	non	8,25 €		86	1	Source de protéines Fabriqué dans notre atelier (France)	A
Galette végétale	Carrefour	Bonduelle	Surgelé	Galettes de légumes La Rustique	non	7,17 €		80	2	Sans colorant Sans conservateur Fabriqué en France	A
Galette végétale	Carrefour	Tipiak	Surgelé	Galettes légumes du soleil et céréales	oui	22,00 €		76	1	/	B
Galette végétale	Carrefour	Carrefour	Surgelé	Galettes blé, épinards, emmental	non	9,13 €		14	2	Riche en protéines	B
Galette végétale	Carrefour	Carrefour	Frais	Galettes de soja recette Méditerranéenne	oui	12,00 €	France	57,8	2	Tofu origine France	A
Galette végétale	Leclerc	Leclerc Nat & Vie	Frais	Palets soja aux petits légumes	non	10,50 €	Asie et/ou Europe	36	2	Riche en protéines Source de fibres	A
Galette végétale	Leclerc	Leclerc Nat & Vie	Frais	Galettes blé épinard fromage	non	11,95 €		36	1	Riche en protéines	A
Galette végétale	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Pavés au soja provençal	non	10,75 €	?	41	1	Riche en protéines Source de fibres Sans colorant Entreprise de France	A
Galette végétale	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Galette boulgour, lentilles, poireaux	non	14,95 €		47	2	Source de protéines Riche en fibres Sans colorant Entreprise en France	B
Galette végétale	Monoprix	Monoprix	Frais	Galettes à la provençale boulgour pois chiches	non	13,25 €		60	1	Source de fibres	A
Galette végétale	Monoprix	Bjorg	Epicerie	Galettes aux céréales et légumes du soleil, sans gluten, bio	oui	13,75 €		79,8	0	Sans gluten Source de fibres	A
Galette végétale	Casino	Casino Veggie	Frais	Galette aux épinards et emmental	non	14,50 €		38,9	1	Riche en protéines Source de fibres	A
Galette végétale	Casino	Casino Veggie	Frais	Galettes boulgour sarrasin et poireaux	non	14,95		28	1	Source de fibres	B

Catégorie	Magasin	Marque	Rayon	Nom du produit	BIO	Prix au kilo	Origine du soja	Quantité de végétaux (%)	Nombre d'additifs	Allégations	Nutri-Score
Galette végétale	Franprix	Franprix	Frais	Galettes épinards emmental	non	17,25 €		43	1	Riche en protéines	B
Galette végétale	Leclerc	Hari & Co	Surgelé	Galettes de haricots rouges Bio	oui	13,64 €		85	0	Riche en protéines Riche en fibres Sans additifs Haricots rouges origine France	A
Galette végétale	Leclerc	Hari & Co	Surgelé	Galettes lentilles vertes Bio	oui	11,97 €		88	0	Riche en protéines Riche en fibres Sans additifs Lentilles vertes origine France	A
Galette végétale	Auchan	Céréral bio	Epicerie	Croq' soja à la provençale	oui	10,40 €	?	35,7	2	Riche en protéines Fabriqué en France Sans viande Sans conservateur Sans colorant	A
Galette végétale	Auchan	Céréral bio	Epicerie	Céréral Bio Galettes sarrasin et boughour à l'emmental	oui	10,15 €		24	0	Source de protéines Sans viande Sans conservateur Sans colorant Sans viande	B
Imitation viande	Naturalia	Soy	Frais	Boulettes bio et véganes au soja et blé.	oui	16,60 €	?	47,8	0	Riche en protéines Source de fibres Sans arôme	A
Imitation viande	Naturalia	Tossolia	Frais	Hâché végétal à la bolognaise	oui	14,96 €	France	?	2	100% végétal Riche en protéines Fabriqué et cuisiné en France Soja France	A
Imitation viande	Naturalia	Soy	Frais	Saucisses végétales fumées au bois de hêtre	oui	23,44 €	France	21,6	4	Riche en protéines- Source de fibres Fabriqué dans le Sud Ouest	A
Imitation viande	Naturalia	Wheaty	Frais	Végé knaxxie 150G Bio	oui	22,33 €		14	2	/	D
Imitation viande	Naturalia	Wheaty	Frais	Merguez végane	oui	21,25 €		14	3	/	C
Imitation viande	Carrefour	Herta Le bon végétal	Frais	Haché Cru Soja à Cuisiner	non	21,25 €	?	23	2	/	A

Imitation viande	Carrefour	Herta Le bon végétal	Frais	steak cru soja et blé	non	17,65 €	?	18,5	2	Riche en protéines Source de fibres	A
Imitation viande	Carrefour	Herta Le bon végétal	Frais	Steak gourmand soja, poivre et persil	non	18,44 €	?	15,8	1	Sans additif ajouté Riche en protéines Soja sans OGM	A
Imitation viande	Carrefour	Herta Le bon végétal	Frais	Steak végétal soja & blé	non	16,60 €	?	21,3	0	Sans additif ajouté Riche en protéines	A
Imitation viande	Auchan	Herta	Frais	Knacki végétale blé, oeuf et pois	non	11,43 €		13,8	6	/	C
Imitation viande	Carrefour	Carrefour	Frais	Steaks de soja tomate basilic	non	10,50 €	?	47	2	Riche en protéines Source de fibres	A
Imitation viande	Carrefour	Le Gaulois Vegetal	Frais	Steaks de soja	non	11,10 €	?	32,7	2	Riche en protéines Pauvre en graisses saturées	A
Imitation viande	Carrefour	Sojasun	Frais	Haché végétal prêt à l'emploi	non	10,46 €	?	33	2	Riche en protéines végétales	A
Imitation viande	Carrefour	Sojasun	Frais	Steaks de soja tomate basilic	non	14,25 €	?	67	1	Riche en protéines Soja sans OGM	A
Imitation viande	Auchan	Auchan	Frais	Auchan Boulettes végétal au soja et à la tomate	non	12,00 €	?	47	2	Riche en fibres et protéines	A
Imitation viande	Intermarché	Intermarché	Frais	Steaks de soja tomate basilic	non	10,85 €	?	51,6	2	Riche en fibres Riche en protéines	A
Imitation viande	Biocoop	Tartex	Frais	Tranche veggie façon salami	oui	31,50 €		18,5	2	/	D
Imitation viande	Biocoop	Wheaty	Frais	Végé'Orientales façon Merguez	oui	19,75 €		14	3	/	D
Imitation viande	Cora	Herta Le bon végétal	Frais	Boulettes aux légumes 200g	non	15,25 €	?	49,2	1	Riche en protéines Sans additif Soja sans OGM	A
Imitation viande	Carrefour	Bjorg	Frais	Tofu nature bio	oui	9,95 €	?	32	2	Riche en protéines Source d'omega 3 Soja sans OGM	A
Imitation viande	Carrefour	Cérééal bio	Frais	Tofu soyeux bio	oui	5,65 €	France	21	1	Riche en protéines Fabriqué en France Soja filière France	A

Catégorie	Magasin	Marque	Rayon	Nom du produit	BIO	Prix au kilo	Origine du soja	Quantité de végétaux (%)	Nombre d'additifs	Allégations	Nutri-Score
Imitation viande	Picard	Tout bon tout veggie	Surgelé	Haché végétal	non	15,91 €		30	1	Riches en protéines	B
Imitation viande	Cora	Herta Le bon végétal	Frais	Bouchées grillées soja & blé	non	18,00 €	?	25,7	0	Sans additif ajouté Riche en protéines Soja sans OGM	A
Imitation viande	Cora	Herta Le bon végétal	Frais	Emincés nature soja	non	20,25 €	?	31,7	1	Sans additif ajouté Riche en protéines Soja sans OGM	A
Imitation viande	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Boulettes au soja tomate et basilic	non	12,25 €	?	46	2	Riche en protéines Source de fibres Sans colorant Entreprise de France	A
Imitation viande	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Haché végétal de soja	non	Donnée manquante	?	29,8	1	Riche en protéines Riche en fibres Avec arôme naturel Sans colorant	A
Imitation viande	Bio c bon	Soy	Frais	Tofou nature	oui	10,68 €	France	46,7	2	Riche en protéines Source de fibres, calcium, magnésium et oméga 3 Soja du sud ouest, sans ogm	A
Imitation viande	Bio c bon	Taifun	Frais	Tofu nature	oui	9,85 €	Europe	55	2	Soja origine Europe	A
Imitation viande	Bio c bon	Soy	Frais	Emincés vegan	oui	27,33 €	France	35,4	0	Riche en protéines Riche en fibres Pauvre en acides gras saturés Sans arômes Sans huile de palme	A
Imitation viande	Naturalia	Naturalia	Frais	Tofu nature	oui	8,60 €	France	?	1	Soja France	A
Imitation viande	Carrefour	Bonduelle	Surgelé	Steak végétal soja et blé Le Classique	non	19,72 €	?	28,6	4	Sans conservateur Riche en protéines	A
Imitation viande	Carrefour	Findus	Surgelé	Steak végétal pois	non	21,00 €		20	3	Riche en protéines Riche en fibres Source de fer	A
Imitation viande	Carrefour	Findus	Surgelé	Boulettes végétales	non	15,00 €		24	3	Riche en protéines Source de fibres	B

Imitation viande	Monoprix	Hari & Co	Frais	Boulettes lentilles vertes bio courgettes menthe	oui	19,39 €		84	0	Sans soja Sans additif Légumineuses origine France	A
Imitation viande	Carrefour	Carrefour	Frais	Bâtonnets saveur de la mer au blé	non	14,44 €		37,2	1	Sans poisson Source de protéines	A
Imitation viande	La Vie Claire	La Vie claire	Frais	Burgers aux épinards	oui	14,95 €		38	0	Source de fibres	A
Imitation viande	La Vie Claire	La Vie claire	Frais	Haché Veggie	oui	16,95 €	France	33,3	2	Riche en protéines Riche en fibres Soja Français Fabriqué en France	A
Imitation viande	La Vie Claire	Soy	Frais	Le bon steak	oui	19,94 €	France	41,6	2	Sans viande Riche en protéines Pauvres en acides gras saturés Sans huile de palme Sans arômes Fabriqué en France Soja Français	A
Imitation viande	Leclerc	Leclerc Nat & Vie	Frais	Boulettes végéta-riennes soja oignons et blé	non	11,95	France	31	2	Riche en protéines Source de fibres Soja origine France	A
Produits panés	Naturalia	Viana	Frais	Chickin Fillets Bio	oui	24,75 €	?	?	2	/	D
Produits panés	Carrefour	Herta Le bon végétal	Frais	Escalopes soja & blé	non	16,11 €	?	23	0	Sans additif ajouté Riche en protéines Soja sans OGM	A
Produits panés	Carrefour	Herta Le bon végétal	Frais	Nuggets soja & blé	non	14,05 €	?	27	0	Sans additif ajouté Riche en protéines Soja sans OGM	A
Produits panés	Carrefour	Céréal	Frais	Nuggets soja & blé CEREAL	non	19,93 €	?	38,5	2	Riche en protéines Source de fibres Sans colorant Sans conservateur Fabriqué en France -57% de mg saturées Soja sans OGM	B

Catégorie	Magasin	Marque	Rayon	Nom du produit	BIO	Prix au kilo	Origine du soja	Quantité de végétaux (%)	Nombre d'additifs	Allégations	Nutri-Score
Produits panés	Biocoop	Soy	Frais	Nuggets vegan	oui	23,24 €	France	29,1	2	Riche en protéines Pauvre en ags Sans huile de palme Sans arômes Fabriqué en France Soja Français	C
Produits panés	Biocoop	Sojade	Frais	Nuggets - tofu légumes	oui	21,88 €	France	13	1	Riche en protéines végétales Fabriqué en France	A
Produits panés	Biocoop	Tartex	Frais	Nuggets veggie nature	oui	24,55 €	?	16,9	1	/	C
Produits panés	Intermarché	Fleury Michon	Frais	Escalopes panées végétal à base de soja, de blé et de pois	non	Donnée manquante	?	?	1	Riche en protéines	C
Produits panés	Cora	Cora végétal	Frais	Escalope blé pané	non	15,55 €		17	1	Source de protéines	B
Produits panés	Cora	Le Gaulois Vegetal	Frais	Escalope panée soja blé	non	12,15 €	?	46	1	Préparé en France riche en protéines Pauvre en graisses saturées Soja sans OGM	C
Produits panés	Carrefour	Carrefour	Frais	Nuggets blé oignon	non	10,60 €		39,7	2	Riche en protéines	B
Produits panés	Intermarché	Intermarché Veggi Marché	Surgelé	Nuggets de blé	non	11,03 €		16,8	1	Riche en fibres Riche en protéines Fabriqué dans notre atelier (France)	A
Produits panés	Picard	Tout bon tout veggie	Surgelé	Panés gourmands	non	17,50 €		17	0	Riche en protéines	C
Produits panés	Carrefour	Carrefour	Surgelé	Nuggets de blé	non	9,88 €		41	1	Source de protéines	B
Produits panés	Cora	Cora végétal	Frais	Nuggets végétal	non	14,15 €		22	2	Source de protéines	B
Produits panés	Cora	Cora végétal	Frais	Panés tomates mozzarella	non	15,44 €		28	1	Source de protéines	C

Produits panés	Cora	Le Gaulois Vegetal	Frais	Croques soja et blé	non	12,60 €	?	46,2	3	Riche en protéines Préparé en France Soja sans OGM	C
Produits panés	Cora	Le Gaulois Vegetal	Frais	Cordon bleu soja & blé	non	16,20 €	?	30	7	Riche en protéines Préparé en France Soja sans OGM	C
Produits panés	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Croq'panés blé et fromage	non	Donnée manquante	?	30	4	Source de protéines Sans arôme artificiel Entreprise de France	A
Produits panés	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Pavés au blé épinards emmental	non	12,00 €		38	2	Source de protéines Riche en fibres Sans colorant Entreprise en France	B
Produits panés	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Panés céréales lentilles corail courgette curry	non	Donnée manquante		13,9	1	Source de protéines Source de fibres Sans arôme artificiel	A
Produits panés	Hyper U	U Bon et végétarien	Frais	Bouchées panées blé et oignons bon & végétarien	non	11,25 €		50	2	Riche en protéines Sans colorant Arôme naturel	B
Produits panés	Monoprix	Monoprix	Frais	Escalopes panées de soja	non	14,25 €	?	14	2	Source de protéines	B
Produits panés	Monoprix	Monoprix	Frais	Galettes panées au sarrasin, boulgour et poireaux	non	14,45 €		?	2	Source de fibres	B
Produits panés	Casino	Casino Veggie	Frais	Nuggets de blé panés	non	12,40 €		44	2	Riche en protéines	B
Produits panés	Franprix	Franprix	Frais	Nuggets veggie blé et oignons	non	15,25 €		44	2	Source de protéines	B
Produits panés	La Vie Claire	La Vie claire	Frais	Seitan pané	oui	30,28 €	?	?	0	Riche en protéines	C

