

## Produits susceptibles d'alléger d'après le projet de profil nutritionnel de la Commission européenne



Environ 4 à 5 fois plus gras qu'une simple escalope sautée, ces beignets ou ces cordons bleus sont aussi beaucoup plus caloriques que la viande de volaille.

Pour la Commission, ils devraient pourtant pouvoir bénéficier d'allégations nutritionnelles et de santé.

Les nutritionnistes recommandent de consommer du poisson au moins deux fois par semaine. Il n'y a donc rien de surprenant à ce que des filets de poisson ou du poisson entier puissent faire mention de leurs qualités nutritionnelles.

**Mais que dire du poisson pané qui peut être dix fois plus gras et beaucoup plus riche en graisses saturées que le poisson « brut » ?**

**Et que penser du tarama, un produit très gras et calorique, qui ne contient que 20 % de poisson ?**

Les profils nutritionnels de la commission ne font pas dans la nuance et certains de ces produits pourraient eux aussi bénéficier d'allégations...





Au rayon « biscuits », les profils nutritionnels de la Commission devraient permettre de supprimer un certain nombre d'allégations.

En revanche, le système nous paraît encore bien permissif pour les viennoiseries. **Des brioches et des pains au chocolat, produits caloriques et plutôt gras, sont en effet susceptibles d'alléguer.**

Pour les soupes, Nicole Darmon, nutritionniste à l'INSERM, estime que « *le système de la commission n'est pas suffisamment discriminant. Le critère fixé par le sel est déjà respecté par la grande majorité des soupes sur le marché. De même, les seuils pour le sucre et les matières grasses saturées sont très généreux : avec l'équivalent de 10 grammes de beurre et de 5 morceaux de sucre par assiette de soupe, le produit pourrait encore alléguer.* »

**Alors que les profils devraient restreindre l'emploi des allégations aux produits se démarquant significativement de leurs concurrents sur le plan nutritionnel, la Commission ouvre grand la porte à une généralisation des allégations au sein de cette catégorie.**





Pour les produits laitiers, Bruxelles prévoit une limite en sucre à 15 g/100 g, ce qui est, là encore, très généreux et permettra à presque tous les yaourts aux fruits et les yaourts à boire d'alléguer.

**Cela ne nous paraît pas acceptable pour des produits tels le Yop Energy en bouteille de 750g.** Cette bouteille « grand format » contient environ 60 grammes de sucres simples ajoutés sous forme de sucre et de sirop de glucose fructose. En avalant cette boisson, on ingère l'équivalent de 12 morceaux de sucre ! Même pour les adolescents, chez qui les besoins énergétiques sont élevés, cela représente 62 % de la quantité maximale de sucre ajouté pour une journée<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Le Programme national nutrition santé considère que les sucres ajoutés ne devraient pas représenter plus de 12.5 % de l'apport énergétique total qui se situe à environ 3000 kcal pour un adolescent garçon. Cela correspond à 375 kcal, soit 94 g de sucre.