



NUTRIMÉTRIE 2024

Etude spécifique Céréales et produits
céréaliers

4 novembre 2025



- 1 | Retour sur le dispositif d'enquête et la méthodologie
- 2 | Etat de l'alimentation des Français en 2024
- 3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières
- 4 | Focus sur les aliments à base de blé dur
- 5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre



- 1** | Retour sur le dispositif d'enquête et la méthodologie
- 2** | Etat de l'alimentation des Français en 2024
- 3** | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières
- 4** | Focus sur les aliments à base de blé dur
- 5** | Focus sur les aliments à base de blé tendre



- Terrain d'enquête réalisé **en continu** depuis janvier 2024
- **4 vagues équilibrées** par an



- Relevé quotidien des consommations sur 3 jours avec prise en compte du **télétravail** et de la ventilation **semaine / WE**
- Identification des jours avec utilisation de **Titres restaurant**



- Quotas de recrutement sur la CSP(avec ancienne profession), l'âge, le sexe, le type de ménage, la région et la taille
- Echantillon annuel de **3201 individus en 2024**



- Captation du **hors domicile**
- Caractérisation du mode de restauration pour les actifs (lieu de travail, Titres restaurants et Restaurant d'entreprise)
- **Intégration de recettes pour décomposer tous les plats**, avec tous les ingrédients, pour **le suivi des recommandations du PNNS**
- Contextualisation des prises alimentaires : **lieu de consommation, contexte social, moment de la journée...**
- Fusion avec la table nutritionnelle CIQUAL ANSES. 2020. table de composition des aliments CIQUAL, <https://ciqual.anses.fr/>



ENFANTS
(3-17 ans)

1008



ADULTES
(18-79 ans)

2193



Le recueil par carnet alimentaire

CONTEXTE

ALIMENTS

QUANTITÉS

Nutrimétrie Mon carnet

Bonjour Laura

Contexte | Mardi 02 Juillet 2024 - petit-déjeuner

1 CONTEXTE 2 ALIMENTS 3 QUANTITÉS

Si vous n'avez rien consommé au PETIT-DÉJEUNER, cochez cette case

A quelle heure avez-vous mangé ?

Heure de début : Format : H:mm

Heure de fin : Format : H:mm

Avec qui avez-vous mangé ?

Seul

En famille

Avec des amis

Avec d'autres personnes

Où avez-vous mangé ?

A domicile

A la cantine, restaurant d'entreprise

Sur le lieu de travail (hors cantine) ou à l'école, préparé chez vous

Sur le lieu de travail (hors cantine) ou à l'école, acheté à l'extérieur

Au fast food, autre lieu de restauration rapide

Au restaurant, brasserie

Lors d'un pique-nique

Dans la rue, les transports (train, métro, voiture, bus...)

Autre

Avez-vous mangé en faisant autre chose ?

Oui, avec un écran (smartphone, TV, ordinateur...)

Oui, en faisant autre chose (musique, radio, podcast, livre-audio, lecture...)

Non

Avez-vous mangé ?

Assis autour d'une table classique

Assis autour d'une table basse

Debout

Avez-vous utilisé des couverts ?

Oui

Non

Nutrimétrie Mon carnet Déconnexion

Bonjour Laura démonstration

Saisie des aliments | Mardi 02 Juillet 2024 - petit-déjeuner

1 CONTEXTE 2 ALIMENTS 3 QUANTITÉS

[Retour / Annuler](#)

1. Sélectionnez la composante de votre repas pour l'aliment recherché :

ALIMENTS (pain, céréales, fruits, biscuits, œufs, charcuterie etc.)

BOISSONS FROIDES (eau, lait froid, jus de fruits, sodas, etc.)

BOISSONS CHAUDES (café, thé, lait chaud, chocolat chaud, etc.)

AUTRES ALIMENTS (sucre dans yaourt ou café, beurre, confiture, etc.)

Vos aliments

Thé Earl Grey (thé noir aromatisé à la bergamote), non sucré

Croissant au beurre

Jus d'orange pur jus

Valider ma liste

[Besoin d'aide ?](#)

Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter par email : nutrimetrie@potloc.com

Vous pouvez également voir ou revoir le didacticiel ou télécharger le guide d'utilisation au format PDF

POTLOC Nutrimétrie

© 2025 Nutrimétrie (TEST)

Nutrimétrie Mon carnet Déconnexion

Bonjour Laura démonstration

Saisie des aliments | Mardi 02 Juillet 2024 - petit-déjeuner

1 CONTEXTE 2 ALIMENTS 3 QUANTITÉS

[Retour / Annuler](#)

1. Sélectionnez la composante de votre repas pour l'aliment recherché :

* ALIMENTS (pain, céréales, fruits, biscuits, œufs, charcuterie etc.)

BOISSONS FROIDES (eau, lait froid, jus de fruits, sodas, etc.)

BOISSONS CHAUDES (café, thé, lait chaud, chocolat chaud, etc.)

AUTRES ALIMENTS (sucre dans yaourt ou café, beurre, confiture, etc.)

Vos aliments

Thé Earl Grey (thé noir aromatisé à la bergamote), non sucré

Croissant au beurre

Valider ma liste

2. Sélectionnez votre aliment dans la liste ci-dessous ou utilisez le champ de recherche intuitive :

- jus ACE (orange carotte citron)
- jus d'orange à base de concentré
- jus d'orange pressé maison
- jus d'orange pur jus
- jus d'orange sanguine pur jus
- jus multifruit multivitaminé à base d'orange

Nutrimétrie Mon carnet Déconnexion

Bonjour Laura démonstration

Détail & Quantités | Mardi 02 Juillet 2024 - petit-déjeuner

1 CONTEXTE 2 ALIMENTS 3 QUANTITÉS

ALIMENT 1/3 Thé Earl Grey (thé noir aromatisé à la bergamote), non sucré

A. Caractéristiques de votre aliment :

Enrichi en vitamines et/ou minéraux

Oui

Non

Ne sait pas

Agriculture biologique

Oui

Non

Ne sait pas

Label HVE - Haute Valeur Environnementale

Oui

Non

Ne sait pas

Marque / Provenance

B. Sélectionnez la portion :

A B C D E F G

Indiquez le nombre de portions que vous avez consommé :

Si vous connaissez la quantité exacte d'une portion, précisez-la ici :

Vos remarques éventuelles :

[Besoin d'aide ?](#)

Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter par email : nutrimetrie@potloc.com

Vous pouvez également voir ou revoir le didacticiel ou télécharger le guide d'utilisation au format PDF

POTLOC Nutrimétrie

© 2025 Nutrimétrie (TEST)

Méthodologie : différences entre INCA 3 et Nutrimétrie

Nutrimétrie se différencie d'INCA3 sur les points suivants :

- Le mode de recrutement a été fait sur les réseaux sociaux et pas en face à face
- Le tirage n'est pas aléatoire, on utilise la méthode des quotas
- Le mode de recueil est 100% online, dans INCA 3, il se fait au téléphone avec un rappel de 24h
- Dans Nutrimétrie, des recettes ont été réalisées afin de décomposer les aliments complexes, ceci n'a pas été réalisé dans INCA3

Des comparaisons de résultats peuvent s'effectuer entre les études INCA 3 et Nutrimétrie sur base de données agrégées (niveau nomenclature INCA), sans décomposition de recettes

-

Méthodologie : différences entre CCAF 2019 et Nutrimétrie

Nutrimétrie se différencie de l'étude CCAF 2019 du CREDOC sur les points suivants :

- Le mode de recrutement a été fait sur les réseaux sociaux et pas par téléphone
- Le mode de recueil est 100% online, dans CCAF 2019, 70% du recueil était Online et 30% en auto-administré sur papier, cela induit des sous-déclarations plus importantes avec des oublis sur les produits consommés de façon plus impulsive (cas des confiseries, chocolats, ...) ¹
- Le relevé ne se fait que sur 3 journées au lieu de 7 jours ce qui implique les éléments suivants :
 - ✓ les taux de pénétrations sont nécessairement plus faibles
 - ✓ Les moyennes calculées sur 3 jours au lieu de 7 jours ont des variances intra individus plus élevées
- Des ajouts de matières grasses de cuisson ont été réalisées comme dans INCA3, les apports en lipides sont plus élevés
- Dans l'enquête CCAF 2019, les sous-déclarants sont supprimés après la réalisation terrain, 35% des adultes sont supprimés, ils ont des apports caloriques inférieurs à 1.05 fois le métabolisme de Base (équation de Shofield) alors que dans Nutrimétrie, pendant le recueil, les apports caloriques sont calculés et les individus qui ont deux jours ou plus sur 3 avec des apports inférieurs à 750 kCal sont supprimés
- La décomposition des recettes dans CCAF 2019 n'ont été réalisées que partiellement et n'ont pas intégré la correction du cru vers le cuit
- La population des adultes dans Nutrimétrie concerne les 18-79 ans et dans CCAF 2019, elle intègre tous les 18 ans et plus

Les différences méthodologiques entre CCAF 2019 et Nutrimétrie 2024 ne permettent pas d'effectuer de comparaison entre les deux études

¹ CRÉDOC, Nutri Psy Consult, l'agence Protéines et Deloitte . 2020. "Comportements alimentaires déclarés versus réels : mesurer et comprendre les écarts pour améliorer l'action publique« – Rapport pour le Ministère de l'agriculture <https://agriculture.gouv.fr/etude-comportements-alimentaires-declares-versus-reels-mesurer-et-comprendre-les-ecarts-pour>.

Nomenclature INCA 3 : ensemble de l'alimentation

Abats
Boissons alcoolisées
Boissons chaudes
Boissons rafraîchissantes sans alcool (BRSA)
Céréales pour petit déjeuner et barres céréalières
Charcuterie
Compotes et fruits au sirop
Condiments, herbes, épices et sauces
Confiserie et chocolat
Crustacés et mollusques
Eaux
Entremets et crèmes desserts
Fromages
Fruits frais et secs
Glaces, desserts glacés et sorbets
Jus de fruits et de légumes
Laits
Légumes
Légumineuses
Matières grasses animales
Matières grasses végétales
Noix, graines et fruits oléagineux
Œufs et plats à base d'œufs
Pain et panification sèche complets ou semi-complets
Pain et panification sèche raffinés
Pâtes, riz, blé et autres céréales complètes et semi-complètes
Pâtes, riz, blé et autres céréales raffinées
Plats à base de légumes
Plats à base de poissons
Plats à base de pommes de terre, de céréales ou de légumineuses
Plats à base de viandes
Poissons
Pommes de terre et autres tubercules
Sandwich, pizzas, tartes, pâtisseries et biscuits salés
Soupes et bouillons
Substituts de produits animaux à base de soja et autres végétaux
Sucre et matières sucrantes
Viandes brutes hors plats et ingrédients, hors volaille
Viennoiseries, pâtisseries, gâteaux et biscuits sucrés
Volailles
Yaourts et fromages blancs

Nomenclature spécifique céréales et produits céréaliers

TOTAL CÉRÉALES ET PRODUITS CÉRÉALIERS	
BLÉ	
Blé dur	}
Blé tendre	
RIZ	
MAÏS	
ORGE	
AUTRES CÉRÉALES ET MULTICÉRÉALES	<i>Dont céréales de petit-déjeuner</i>

Nomenclature spécifique céréales et produits céréaliers

TOTAL CÉRÉALES ET PRODUITS CÉRÉALIERS
BLÉ
Blé dur
Blé tendre
RIZ
MAÏS
ORGE
AUTRES CÉRÉALES ET MULTICÉRÉALES



Pâtes
Semoule de coucous (y compris semoule ingrédients)
Boulgour
Blé précuit

Nomenclature spécifique céréales et produits céréaliers

Pâtes
Semoule de coucous (y compris semoule ingrédients)
Boulgour
Blé précuit



Pâtes
Pâtes fraîches
Pâtes sèches
Pâtes blanches sans œufs
Pâtes aux œufs dont pâtes d'Alsace
Pâtes blanches sans œufs ou pâtes aux œufs sans précision
Pâtes aux légumes et légumineuses
Pâtes complètes /semi complètes
Pâtes ingrédient*

* *Pâtes ingrédient* : pâtes issues de plats composés déclarés tels quels (ex : lasagnes bolognaises)

* *Pâtes hors ingrédient* : pâtes déclarées indépendamment du reste du plat

Nomenclature spécifique céréales et produits céréaliers

TOTAL CÉRÉALES ET PRODUITS CÉRÉALIERS
BLÉ
Blé dur
Blé tendre
RIZ
MAÏS
ORGE
AUTRES CÉRÉALES ET MULTICÉRÉALES



Pain
Panification sèche
Biscuits sucrés
Biscuits salés
Viennoiseries
Pâtisseries, crêpes
Pizzas, cake, quiche, tartes salées
Autres

Nomenclature spécifique céréales et produits céréaliers

Pain
Panification sèche
Biscuits sucrés
Biscuits salés
Viennoiseries
Pâtisseries, crêpes
Pizzas, cake, quiche, tartes salées
Autres



Pain hors ingrédient
Pain ingrédient
Baguettes
Baguette ingrédient
Baguettes classiques ingrédient
Baguette hors ingrédient
Baguettes classiques hors ingrédient
Baguettes spéciales hors ingrédient
Baguettes tradition hors ingrédient
Pains communs et aux différentes farines
Pains communs et aux différentes farines ingrédient
Pains communs et aux différentes farines hors ingrédient
Pain ou boule tradition
Pain ou boule tradition hors ingrédient
Pain de mie
Pain de mie ingrédient
Pain de mie hors ingrédient
Buns
Buns ingrédient
Buns hors ingrédient
Pains "sandwich" (pita, bagel...)
Pains "sandwich" (pita, bagel...) ingrédient
Pains "sandwich" (pita, bagel...) hors ingrédient
Pains à typicité régionale ou nationale
Pains à typicité régionale ou nationale hors ingrédient
Pains spéciaux
Pains spéciaux hors ingrédient

* *Pain ingrédient* : pain issu de sandwichs

* *Pain hors ingrédient* : pain consommé tel quel

Nomenclature spécifique céréales et produits céréaliers

TOTAL CÉRÉALES ET PRODUITS CÉRÉALIERS
BLÉ
Blé dur
Blé tendre
RIZ
MAÏS
ORGE
AUTRES CÉRÉALES ET MULTICÉRÉALES



AUTRES CÉRÉALES ET MULTICÉRÉALES
Céréales PDJ (hors avoine)
Blé extrudé
Pétales / Flocons de maïs
Pétales / flocons de riz
Autres céréales PDJ hors avoine
Quinoa
Avoine
Sarrasin (hors pain)
Galette sans garniture
Autre base sarrasin
Autres céréales



- 1 | Retour sur le dispositif d'enquête et la méthodologie
- 2 | Etat de l'alimentation des Français en 2024
- 3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières
- 4 | Focus sur les aliments à base de blé dur
- 5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre

En 9 ans, des changements de comportements alimentaires importants



Les plus jeunes particulièrement touchés par l'insécurité alimentaire

- En 2024, 27% des 18-79 ans sont en insécurité alimentaire
- Elle touche particulièrement les 18-24 ans et les familles monoparentales



Presque 1 adulte sur 5 en situation d'obésité

- La part d'adultes en situation d'obésité atteint 19,3% en 2024
- Chez les enfants, elle atteint 6,4%



Des attentes d'optimisation de santé

- Premier critère de choix : la qualité de l'alimentation, c'est-à-dire dirigée vers la santé, les protéines et le sans pesticides



Hausse des prises « sur le pouce »

- Progression importante des titres restaurants qui sont de plus en plus utilisés dans les supermarchés et de moins en moins dans les restaurants, les titres restaurants sont plus détenus par ceux qui font du télétravail
- Premiers aliments consommés : sandwichs, pizzas et tartes salées chez les adultes et les enfants
- Forte hausse de consommation de céréales petit déjeuner chez les adultes

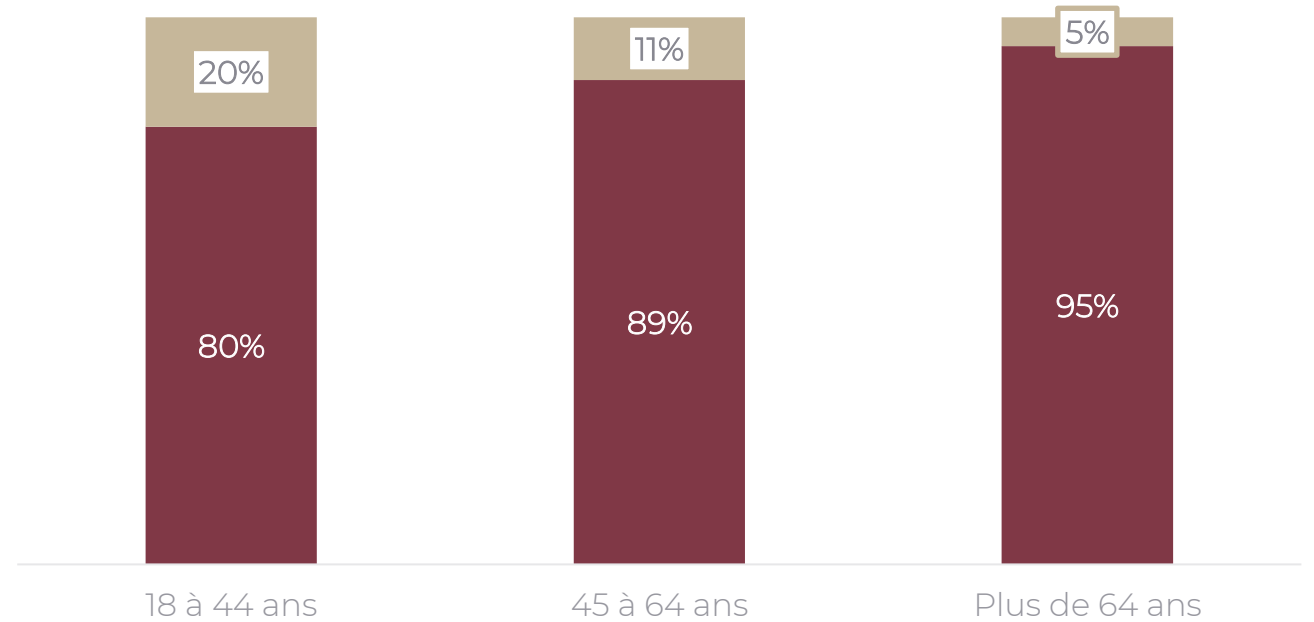
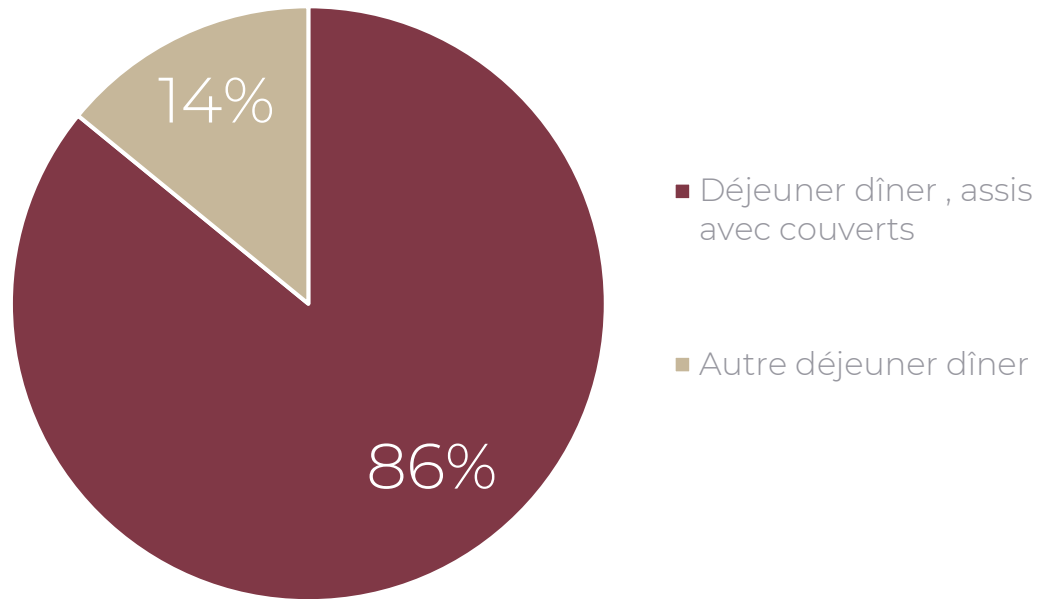


Détérioration de la qualité nutritionnelle de l'alimentation

- Forte baisse de la consommation de fruits et légumes
- Forte baisse d'ingestion de vitamines C, B9 et B12 et du potassium et du magnésium

14% des déjeuners et dîners sont pris debout et/ou sans couvert, la pratique est plus importante dans les jeunes générations

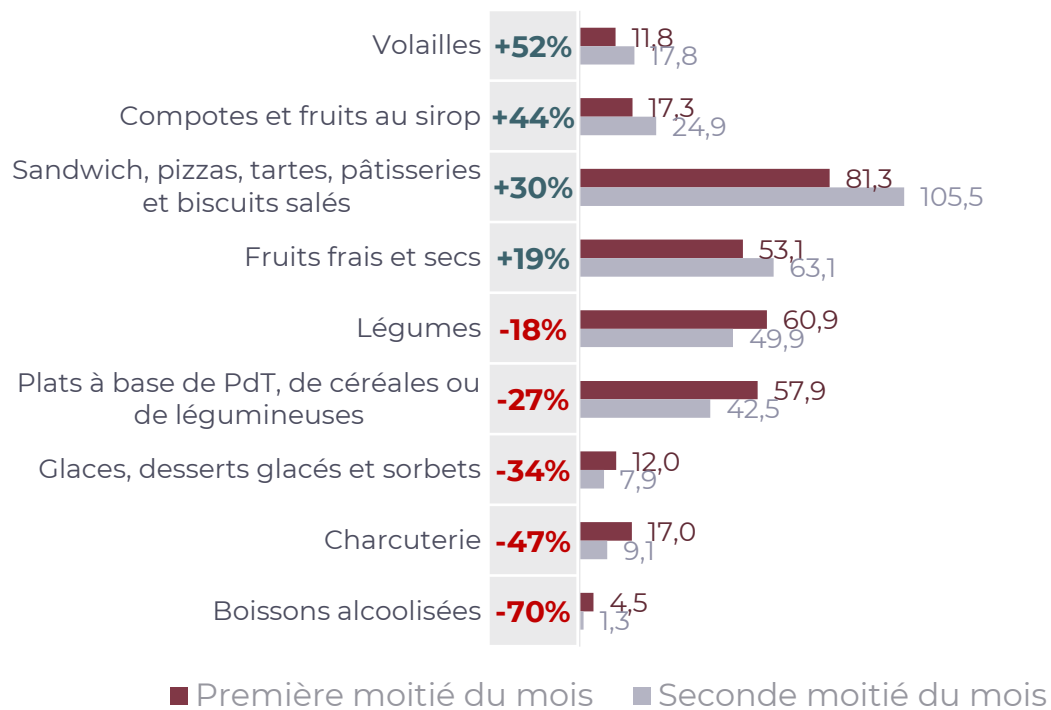
Base : 2193 adultes



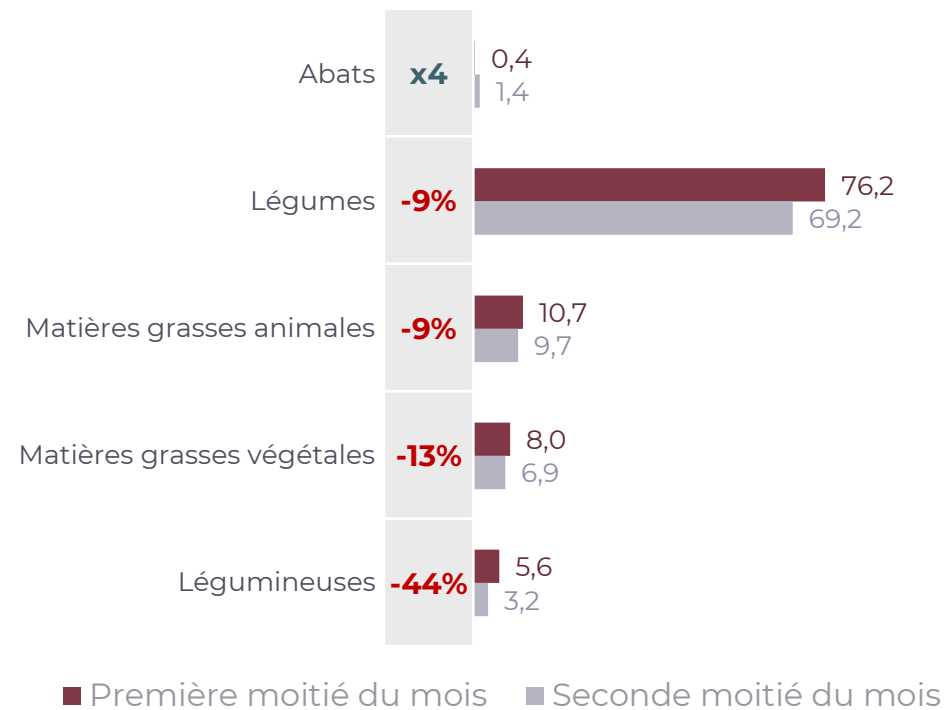
Sur la fin du mois, une augmentation de la consommation de volaille, de compotes, et de sandwichs/pizzas chez les enfants. Chez les adultes, une baisse de la consommation de légumes et légumineuses.

Quantités consommées (g/j ou ml/j) première moitié du mois vs seconde moitié du mois*

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



ENFANTS
(3-17 ans)



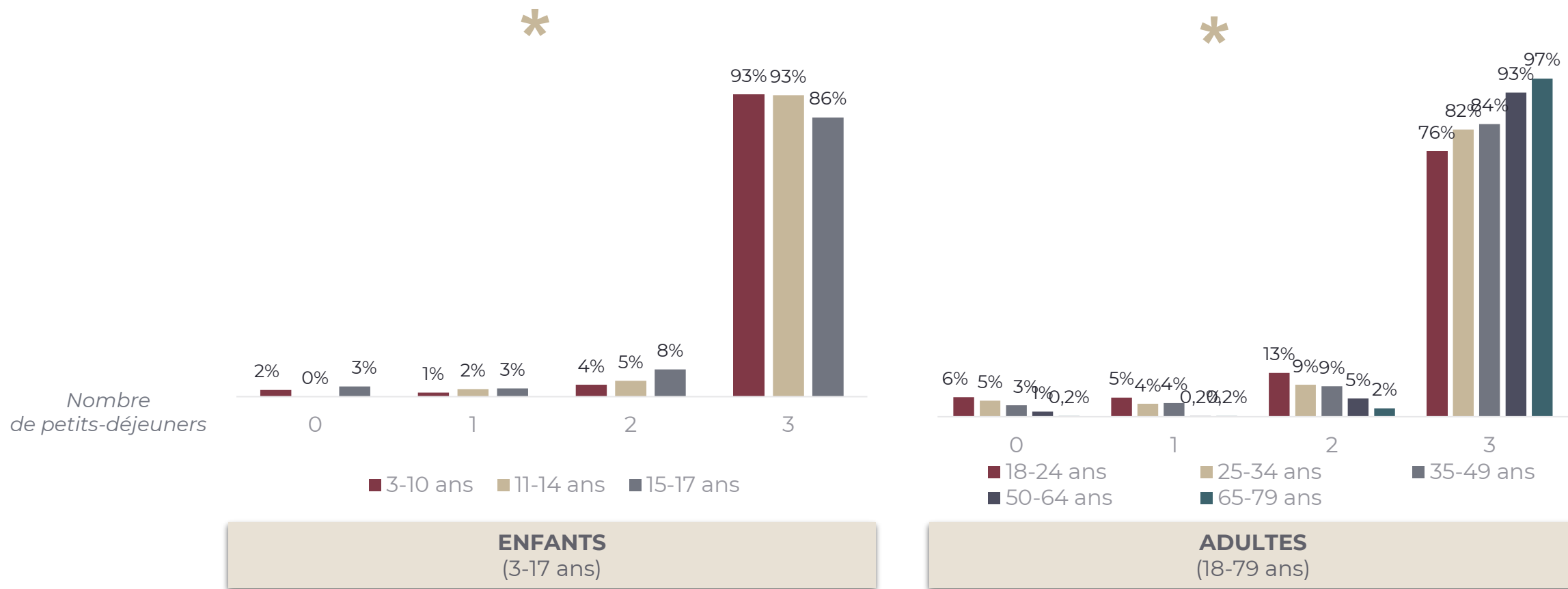
ADULTES
(18-79 ans)

*Affichage des groupes alimentaires dont la consommation présente une différence significative entre la première et la seconde moitié du mois

Chez les enfants, davantage de sauts de petit-déjeuner chez les 15-17 ans. Parmi les adultes, une moindre régularité dans la prise de petits-déjeuners chez les plus jeunes.

Proportion de petits-déjeuners pris aucune fois, une fois, 2 fois ou 3 fois sur les 3 jours de recueil

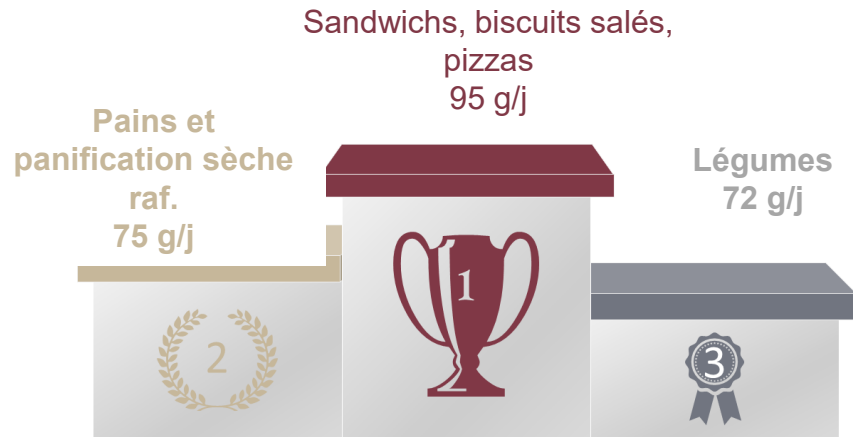
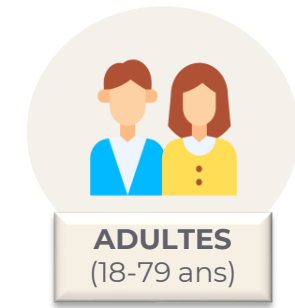
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Une modification majeure en 2024, les premiers aliments consommés : sandwiches, pizzas et biscuits salés, le snacking se développe

Consommations moyennes des solides en g/j – Nomenclature INCA

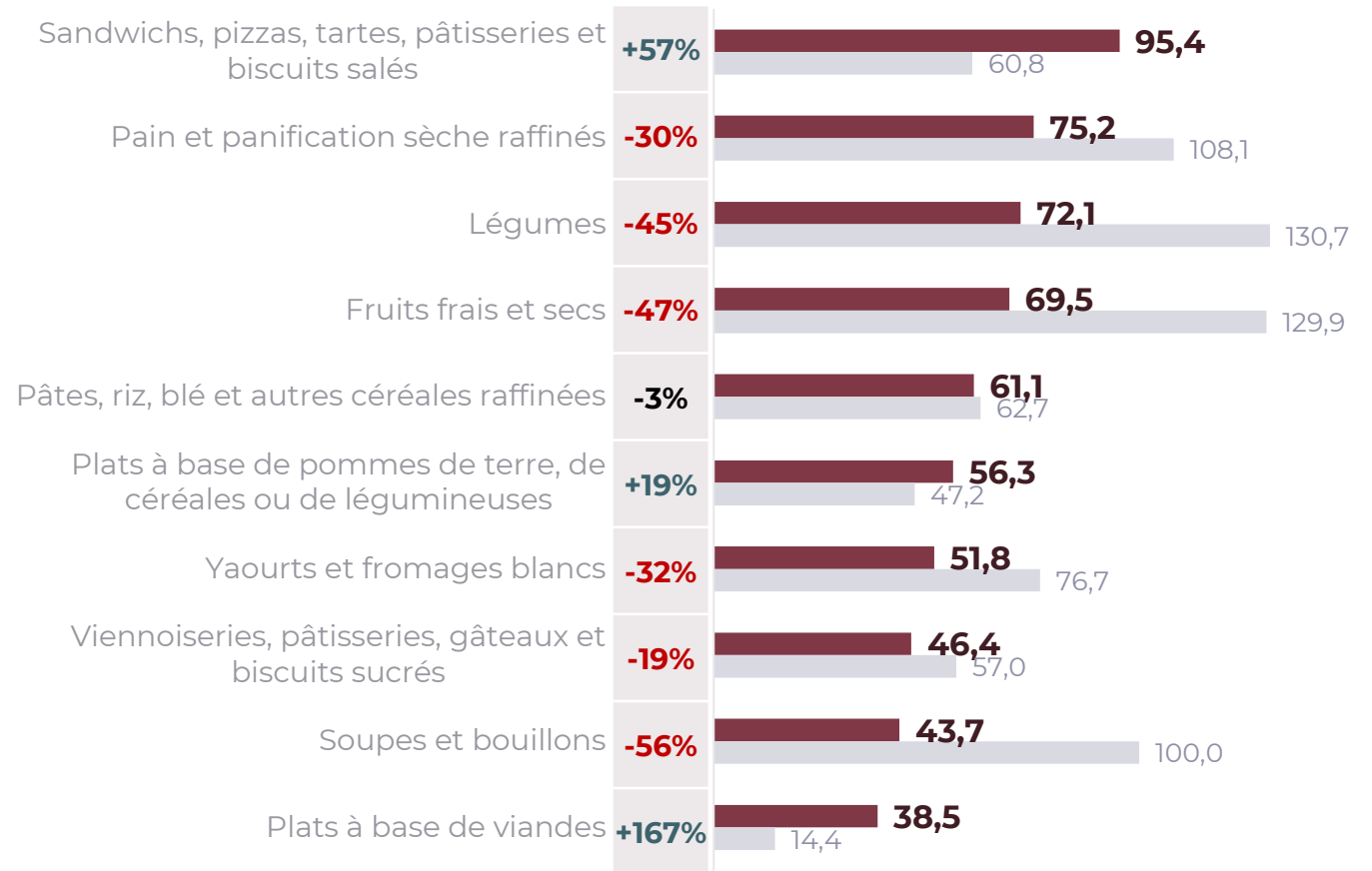
Base : 2 193 adultes de 18 à 79 ans



NUTRIMÉTRIE, 2024



INCA 3, 2014-2015



■ Nutrimétrie 2024
■ INCA 3, 2014-2015

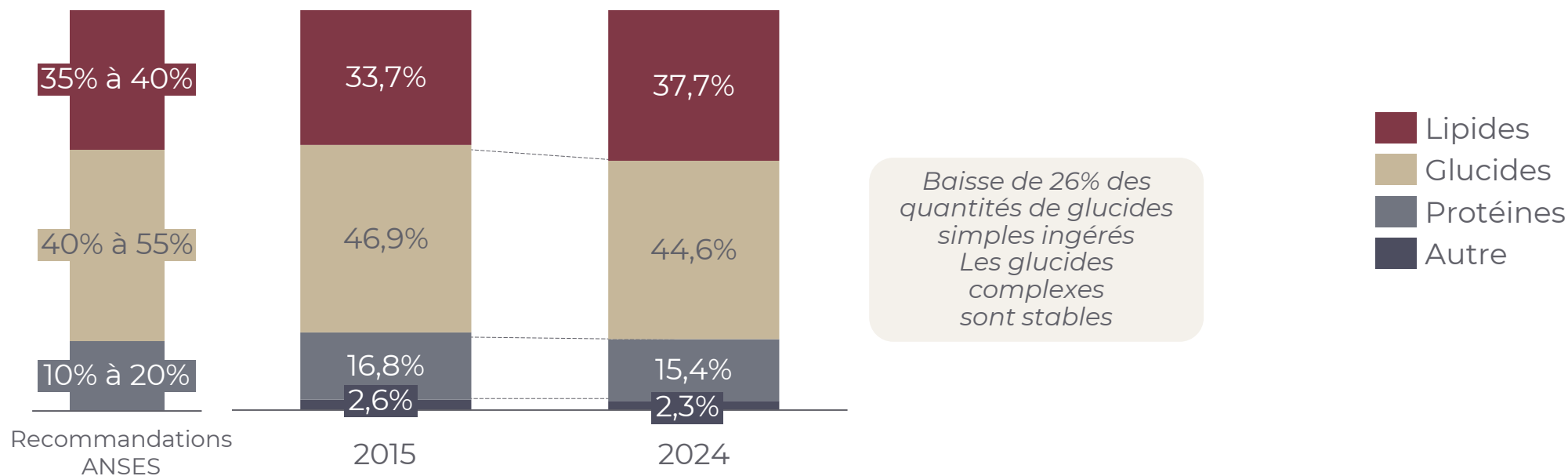


18-79 ans

Chez les adultes, baisse des contributions en glucides et hausse de la contribution des lipides.

Part des macronutriments dans les apports énergétiques totaux

Base : 2 193 adultes de 18 à 79 ans





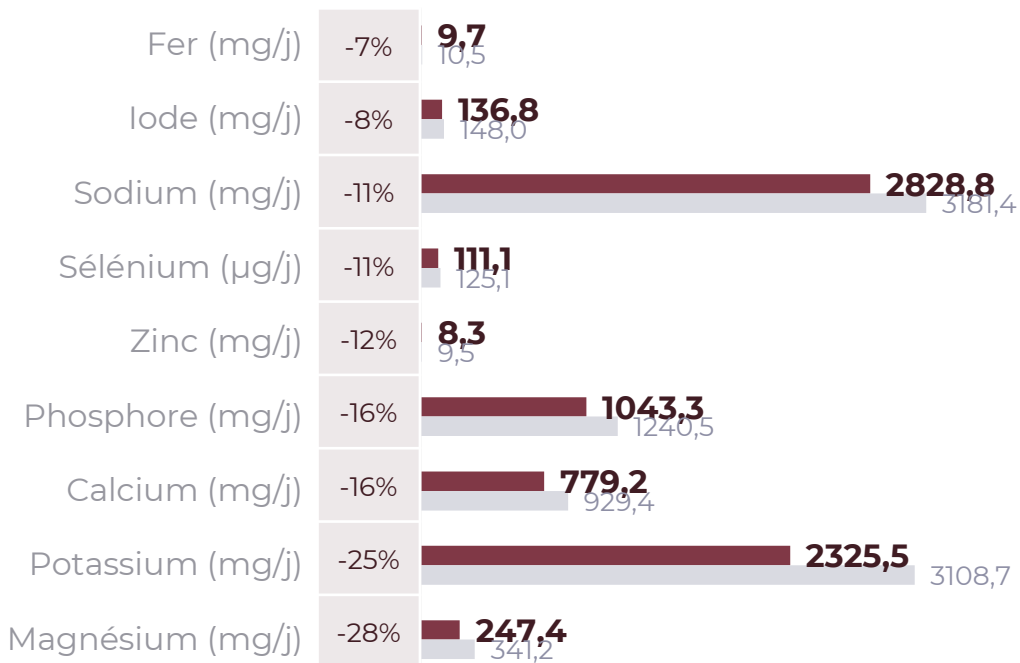
18-79 ans

Un appauvrissement général de l'alimentation en vitamines et minéraux

Micronutriments – Quantités journalières consommées – évolution vs 2015

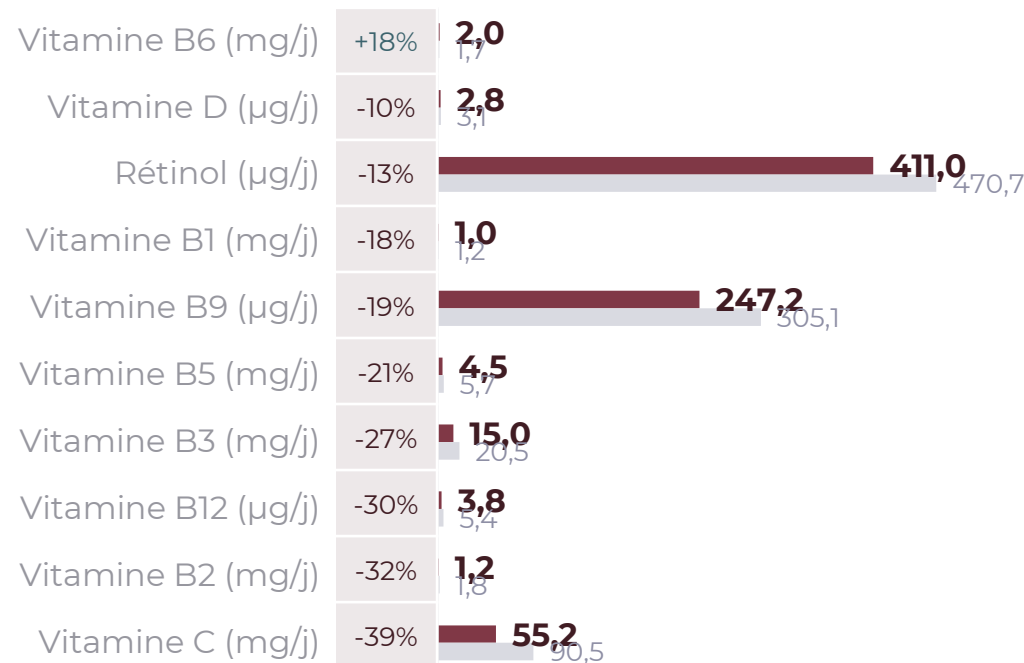
Base : INCA 3 et Nutrimétrie 2 193 adultes de 18 à 79 ans

MINÉRAUX



■ 2024 ■ 2014

VITAMINES



■ 2024 ■ 2014



- 1 | Retour sur le dispositif d'enquête et la méthodologie
- 2 | Etat de l'alimentation des Français en 2024
- 3 |** Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières
- 4 | Focus sur les aliments à base de blé dur
- 5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre

SYNTHÈSE – CÉRÉALES ET PRODUITS CÉRÉALIERS

- ▶ **La quasi totalité des enfants et des adultes ont consommé des aliments à base de céréales et produits céréaliers** au moins une fois au cours des 3 jours. Les aliments à base de blé tendre sont les plus répandus (99,8% des enfants, 98,7% des adultes) suivis des aliments à base de blé dur (82,3% des enfants et 72,7% des adultes). Les aliments à base de riz sont consommés par 41,7% des enfants et 39,9% des adultes. Ceux à base d'autres céréales et multicéréales par 43,8% des enfants et 19,1% des adultes.
- ▶ Le **niveau de consommation des aliments à base de céréales et produits céréaliers** s'élève à **290,4 g/j** chez les enfants et **335,4 g/j** chez les adultes, dont les premiers vecteurs sont les aliments à base de blé tendre (181,3 g/j chez les enfants et 211,9 g/j chez les adultes) suivi des aliments à base de blé dur (resp. 69,5 g/j et 67,0 g/j). Les aliments à base de riz sont consommés respectivement à hauteur de 25,2 g/j et 30,8 g/j. Ceux à base d'autres céréales et multicéréales respectivement 12,9 g/j et 8,9 g/j. Les enfants consomment des céréales et produits céréaliers **plus de 25 fois par semaine**, les adultes en consomment **plus de 23 fois**.
- ▶ les **grands consommateurs de céréales et produits céréaliers** chez les adultes sont plutôt des hommes, des 18-49 ans, habitant des agglomérations >100 000 hab., résidant dans le Centre val de Loire, l'Île de France, le grand Est ou encore la PACA.
- ▶ Les aliments à base de céréales et produits céréaliers sont majoritairement **consommés lors des repas principaux (déjeuner, dîner) et petit-déjeuner**. La consommation **à domicile** concentre 85% des quantités consommées chez les enfants et 87% chez les adultes.
- ▶ Les **céréales et produits céréaliers contribuent de manière significative aux apports nutritionnels** de la population : ils fournissent **41% de l'énergie journalière** chez les enfants et les adultes. Ils fournissent plus de la moitié des **glucides** journaliers chez les enfants et les adultes, le tiers des apports en **protéines** et presque la moitié des **fibres**. Ils fournissent par ailleurs plus du tiers des apports en **fer** et jusque 40% des apports sur les **vitamines B** (en particulier les vitamines B1, B5, B9).



3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières

- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Profil socio-démographique de la consommation
- ▶ Lieux et occasions de consommation
- ▶ Analyse nutritionnelle : contribution des céréales et produits céréaliers



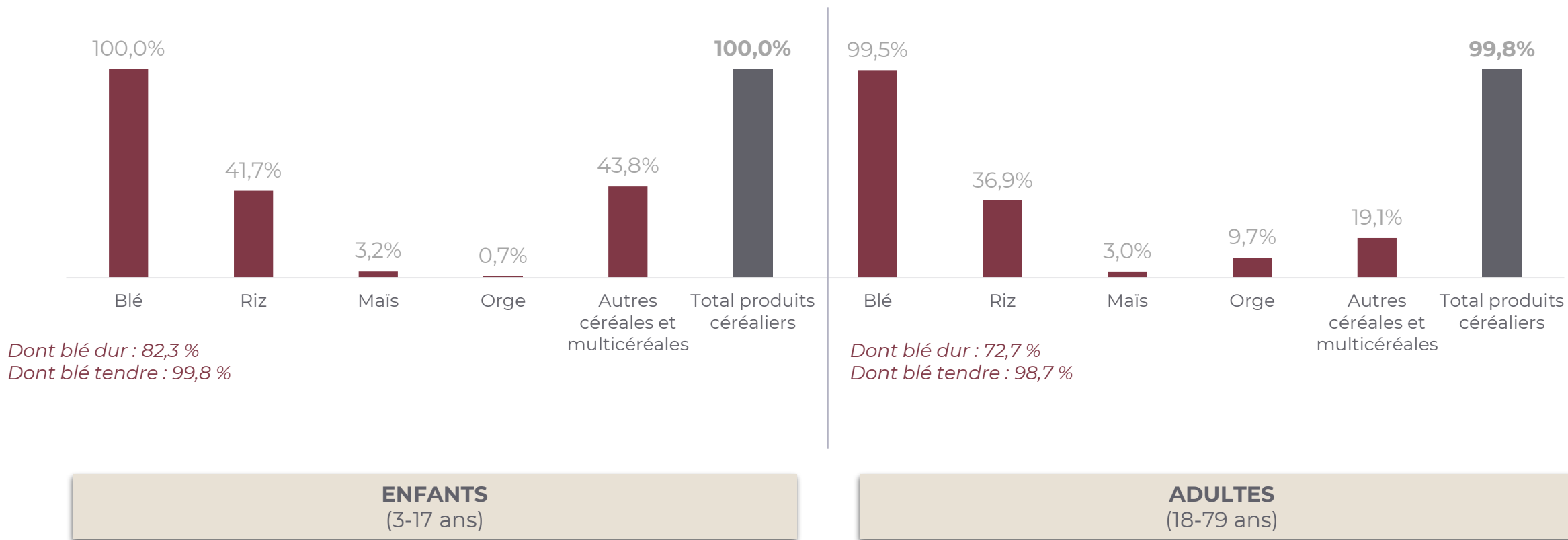
3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières

- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Profil socio-démographique de la consommation
- ▶ Lieux et occasions de consommation
- ▶ Analyse nutritionnelle : contribution des céréales et produits céréaliers

Les céréales et produits céréaliers et en particulier ceux à base de blé tendre sont consommés par la quasi-totalité des individus.

Taux de consommateurs (%) (sur 3 jours) – Total population

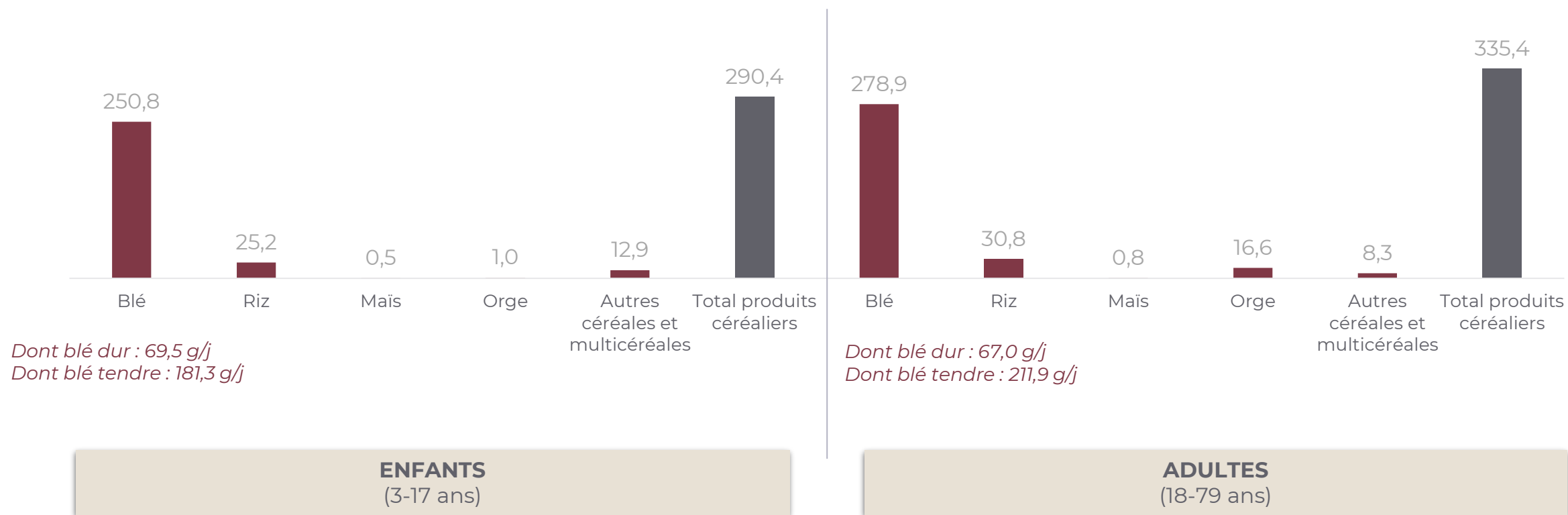
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Les enfants consomment en moyenne 290g/j d'aliments à base de céréales et produits céréaliers, et les adultes 335g/j.
Le blé est le plus fort contributeur aux quantités consommées chez les deux populations.

Quantités moyennes consommées par jour (g/j) – Total population

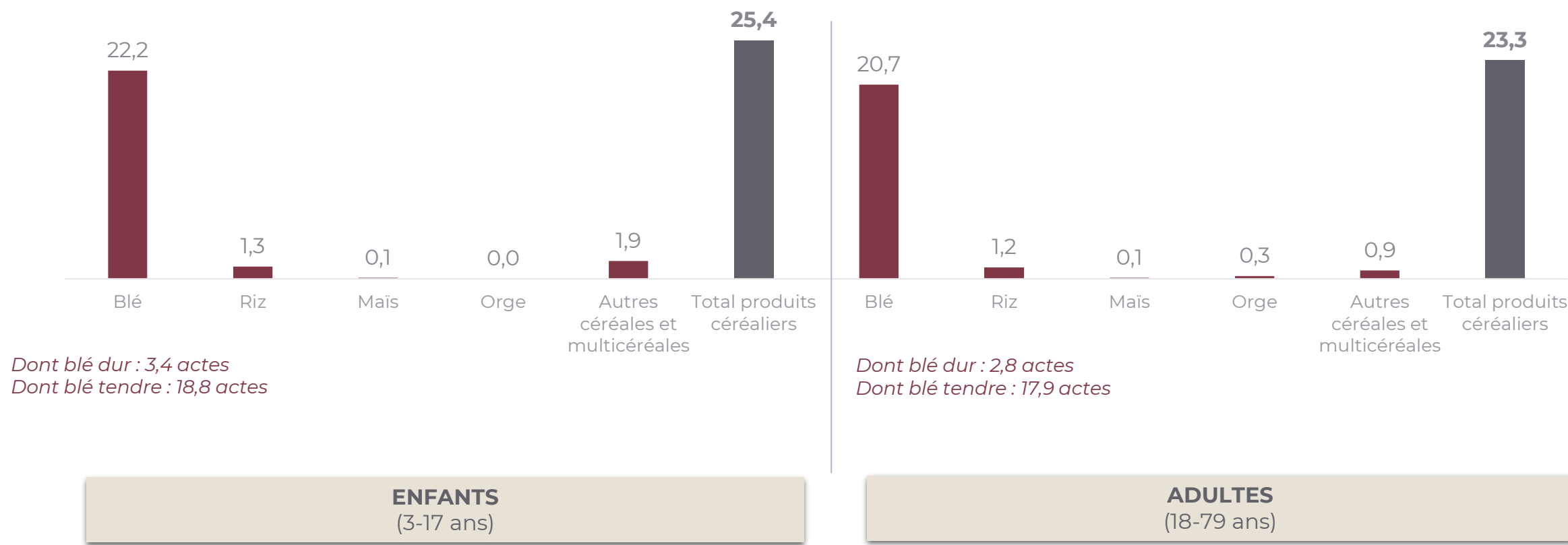
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Les enfants consomment des céréales et produits céréaliers plus de 25 fois par semaine, les adultes en consomment plus de 23 fois.

Nombre d'actes de consommation moyens par semaine* – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)

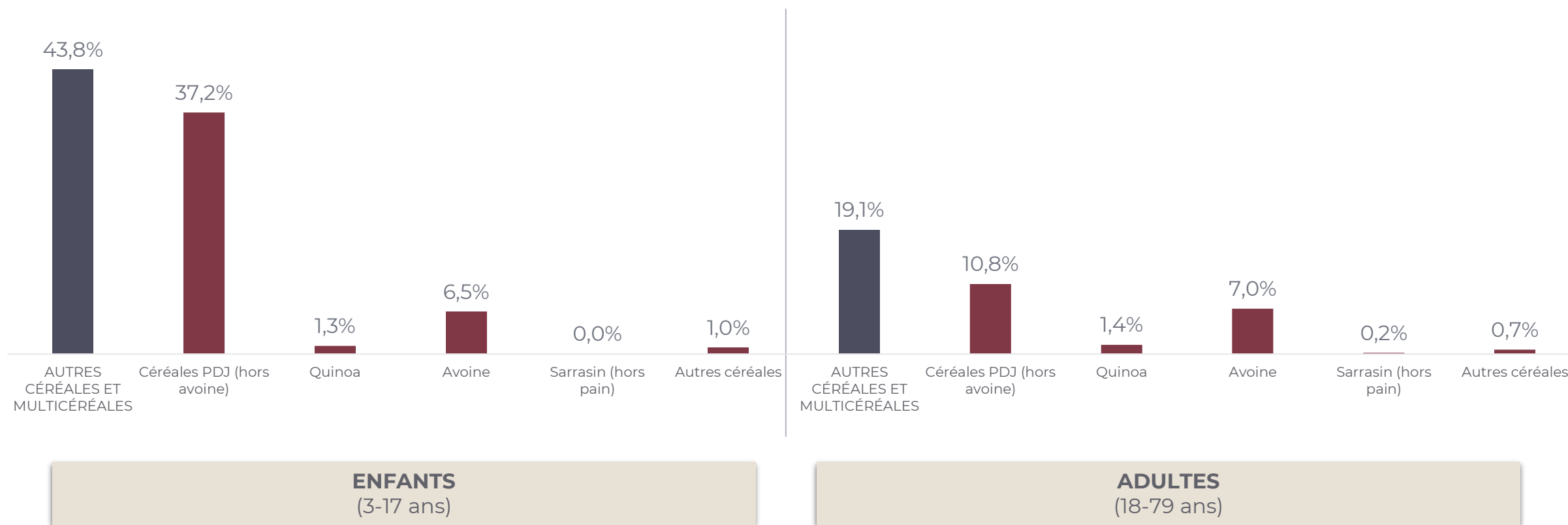


Focus autres céréales et multigrains

Parmi les autres céréales, les céréales petit déjeuner (hors avoine) sont consommées par 37,2% des enfants et 10,8% des adultes. L'avoine est consommée par 6,5% des enfants et 7,0% des adultes et le quinoa respectivement par 1,3% à 1,4% des individus.

Taux de consommateurs (%) (sur 3 jours) – Total population

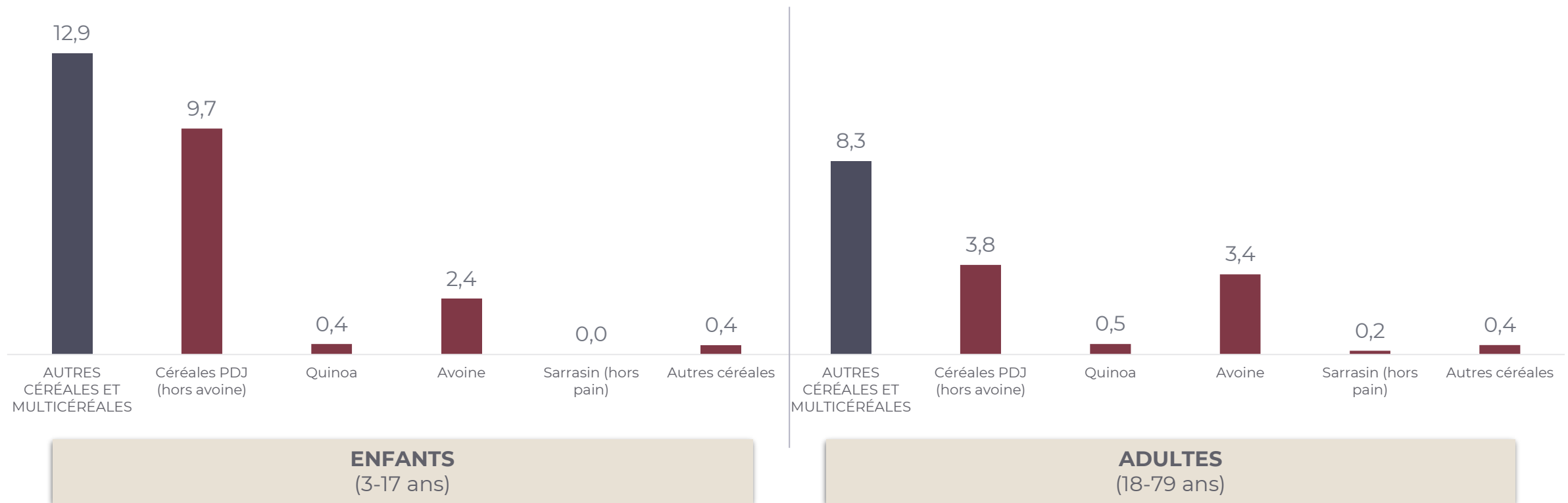
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Parmi les autres céréales, les enfants consomment en moyenne 2,4 g/j d'avoine tandis que les adultes en consomment 3,4 g/j. La consommation de céréales PDJ est plus importante chez les enfants (9,7 g/j) que chez les adultes (3,8 g/j).

Quantités moyennes d'aliments à base d'autres céréales et multicéréales par jour (g/j) – Total population

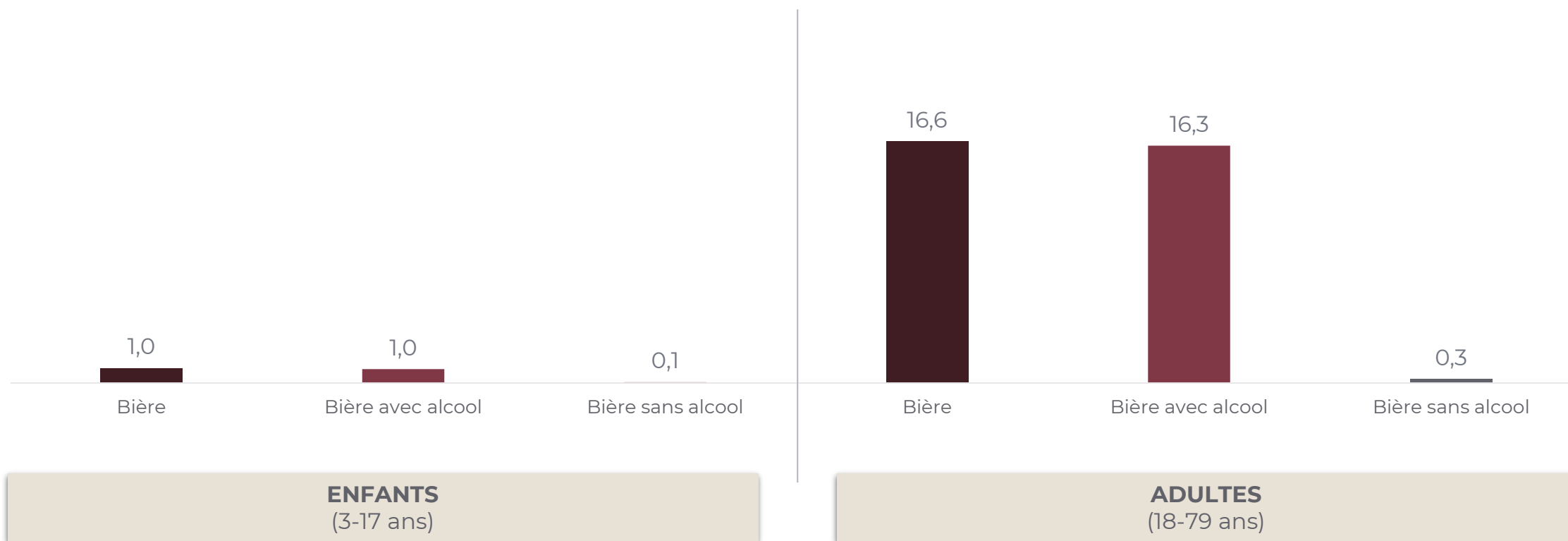
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Au sein de l'orge, les adultes consomment en moyenne 16,6 ml/j de bière, la bière avec alcool tire encore largement les volumes consommés

Quantités moyennes de bière consommées par jour (ml/j) – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)





3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières

- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Profil socio-démographique de la consommation
- ▶ Lieux et occasions de consommation
- ▶ Analyse nutritionnelle : contribution des céréales et produits céréaliers



Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Enfants

Base : 1008 enfants (3-17 ans)

Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Blé tendre (181,3 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 11-14 ans, 15-17 ans • BAC, CAP/BEP • Pays de la Loire, Bourgogne-Franche-Comté, Bretagne, Auvergne-Rhône-Alpes, Centre-Val de Loire, IDF, Occitanie, PACA
Blé dur (69,5 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Garçons • 11-14 ans • Artisans, com., chefs. entre. et agriculteurs, employés • BAC+2, BAC • Hauts-de-France, Normandie, Pays de la Loire, IDF, Corse • Agglo. Parisienne, commune < 20 000 hab, commune rurale
Riz (25,2 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 11-14 ans, 15-17 ans • BAC, BAC+2, BAC+3 et plus • Occitanie, IDF, Corse, Pays de la Loire, Hauts-de-France • Agglo. Parisienne, agglo. >100 000 hab. • Cadres et prof. Intel. Sup, artisans, com., chefs. entre. et agriculteurs, prof. Intermédiaires, employés
Maïs (0,5 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Auvergne-Rhône-Alpes, Centre-Val de Loire, PACA, Grand Est, Occitanie • Prof. Intermédiaires, cadres et prof. intel. Sup., employés
Orge (1,0 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 15-17 ans • Artisans, com., chefs entr. Et agriculteurs, inactifs, cadres et prof. Intel. Sup • Occitanie, IDF • Commune rurale



Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Adultes

Base : 2193 adultes (18-79 ans)

Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Blé tendre (211,9 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 25-34 ans, 35-49 ans, 50-64 ans, 18-24 ans • Centre-Val de Loire, Grand Est, IDF, Hauts-de-France, Normandie • Agglo. Parisienne, Agglo > 100 000 hab
Blé dur (67,0 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 18-24 ans, 25-34 ans, 35-49 ans • Inactifs, ouvriers, employés
Riz (30,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 25-34 ans, 18-24 ans, 35-49 ans • Sans diplôme, BAC+3 et plus, BAC+2, BAC • Cadres et prof. Intel. Sup., inactifs, employés, prof. Intermédiaires • IDF, PACA, Pays de la Loire, Normandie, Occitanie • Agglo. Parisienne
Maïs (0,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • BAC, BAC+3 et plus • IDF, Hauts-de-France, Occitanie • Agglo. Parisienne, commune rurale
Orge (16,6 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Hommes • 35-49 ans, 65-79 ans • Cadres et prof. Intel. Sup, ouvriers, prof. Intermédiaires • Centre-Val de Loire, Grand Est, Auvergne-Rhône-Alpes, IDF, Hauts-de-France



Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Enfants

Base : 1008 enfants (3-17 ans)

Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Total autres céréales et multicéréales (12,9 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 11-14 ans, 15-17 ans • Garçons • CAP/BEP, BAC+3 et plus • Occitanie, Pays de la Loire, Grand est, Hauts de France, IDF, Centre-Val de Loire, Bretagne, Bourgogne-Franche-Comté • Commune rurale, Agglo. parisienne
Céréales PDJ (hors avoine) (9,7 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 11-14 ans • CAP/BEP, BAC+2 • Occitanie, Hauts de France, Centre-Val de Loire, Bourgogne-Franche Comté, IDF, Bretagne, Grand Est • Commune rurale, Agglo. parisienne
Avoine (2,4 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 11-14 ans, 15-17 ans • BAC+3 et plus • Cadres et prof. Intel. Sup., professions intermédiaires • PACA, Grand Est, Nouvelle-Aquitaine, Auvergne-Rhône-Alpes, IDF, Pays de la Loire
Quinoa (0,4 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Garçons • 3-10 ans • BAC+3 et plus • Cadres et prof. Intel. Sup, Inactifs • Pays de la Loire, Bretagne • Agglo. >100 000 hab



Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Adultes

Base : 2193 adultes (18-79 ans)

Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Total autres céréales et multicéréales (8,3 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Hommes • 25-34 ans, 18-24 ans, 35-49 ans • Sans diplôme, BAC+3 et plus • Artisans, com., chefs d'entr. Et agriculteurs, inactifs, cadres et prof. Intel. Sup • PACA, Occitanie, Nouvelle-Aquitaine, IDF
Céréales PDJ (hors avoine) (3,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Hommes • 25-34 ans, 18-24 ans • Sans diplôme, BAC+2 • Inactifs, artisans, com. Chefs d'entr. Et agriculteurs • PACA, Bourgogne-Franche-Comté, Grand Est, Hauts de France, Occitanie • Agglo. >100 000 hab., commune de 20 000 hab à 100 000 hab
Avoine (3,4 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 18-24 ans, 35-49 ans, 50-64 ans • BAC+3 et plus, CAP/BEP • Artisans, com. Chefs d'entr. Et agriculteurs, cadres et prof. Intel. Sup. • Occitanie, Nouvelle-Aquitaine, Corse, IDF, Centre-Val de Loire
Quinoa (0,5 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Femmes • Pays de la Loire, Nouvelle-Aquitaine, Bourgogne-Franche Comté, IDF



3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières

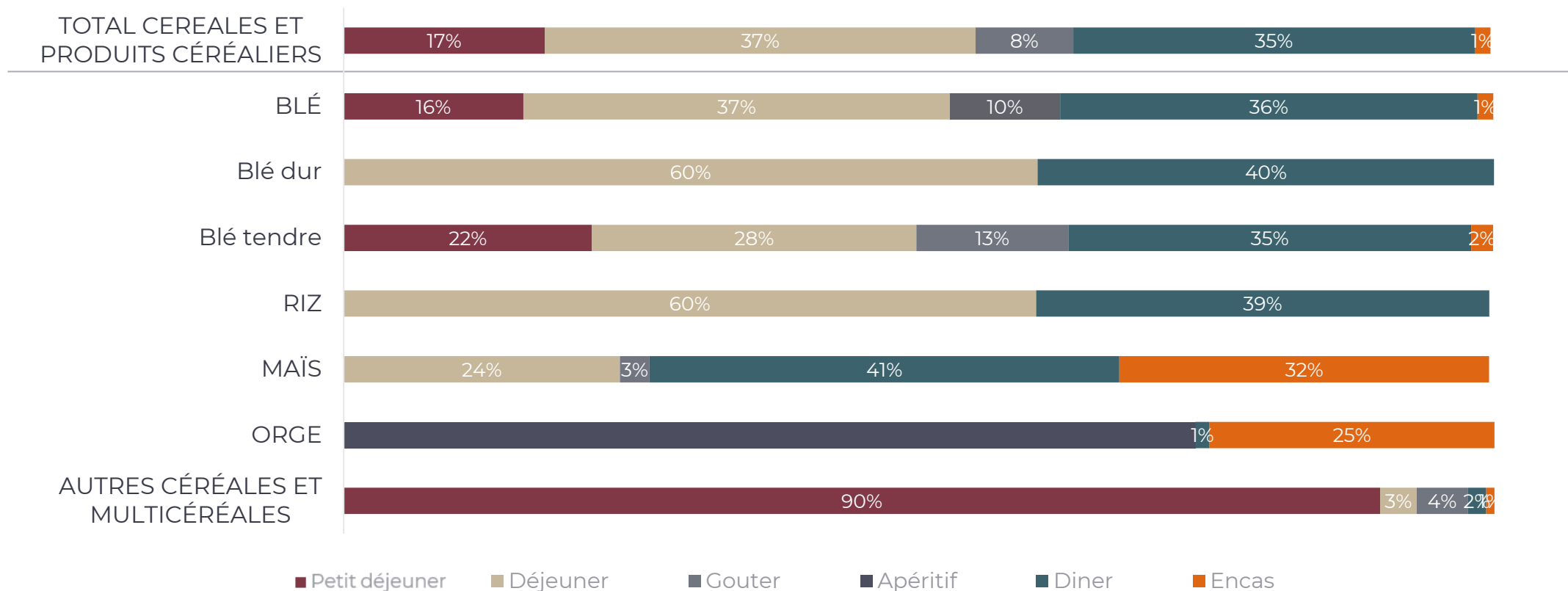
- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Profil socio-démographique de la consommation
- ▶ Contexte de consommation
- ▶ Analyse nutritionnelle : contribution des céréales et produits céréaliers

Chez les enfants, les céréales et produits céréaliers sont majoritairement consommés lors des repas principaux



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Enfants

Base : 1008 Enfants

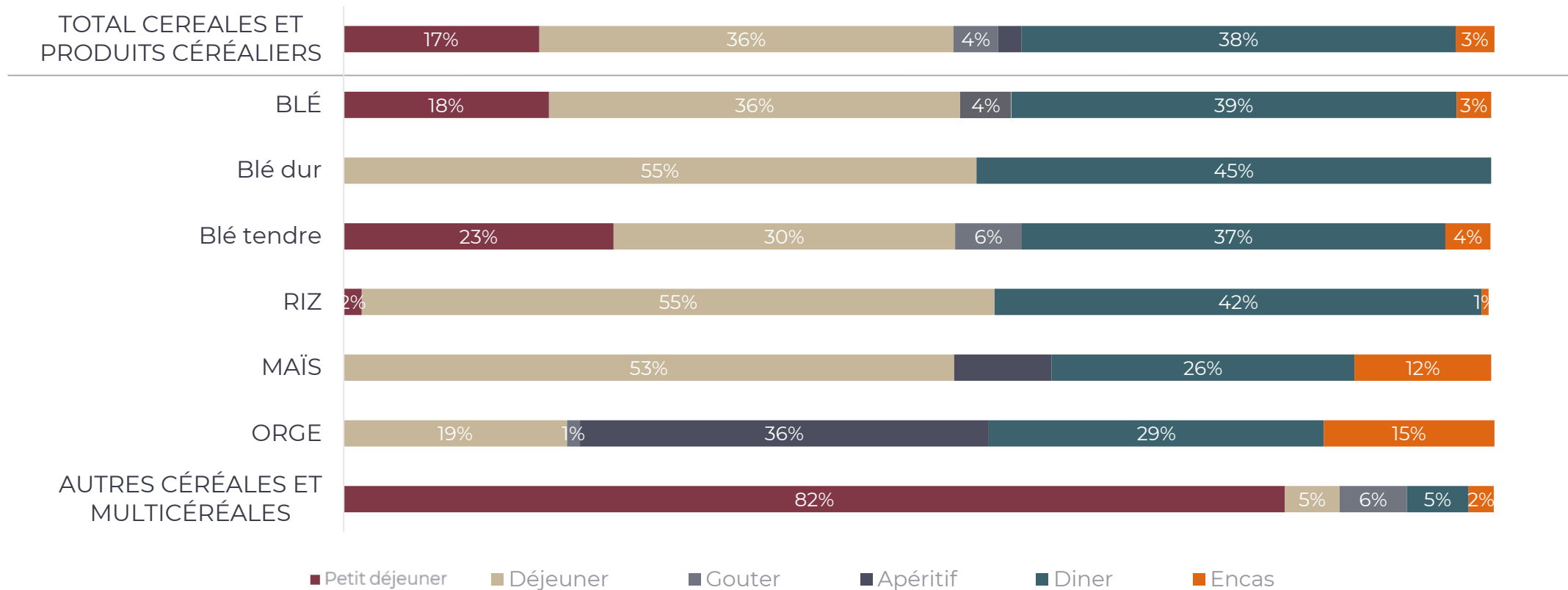


Chez les adultes également, les céréales et produits céréaliers sont également majoritairement consommés au déjeuner et au dîner (respectivement 36% et 38% des quantités consommées)



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Adultes

Base : 2193 Adultes

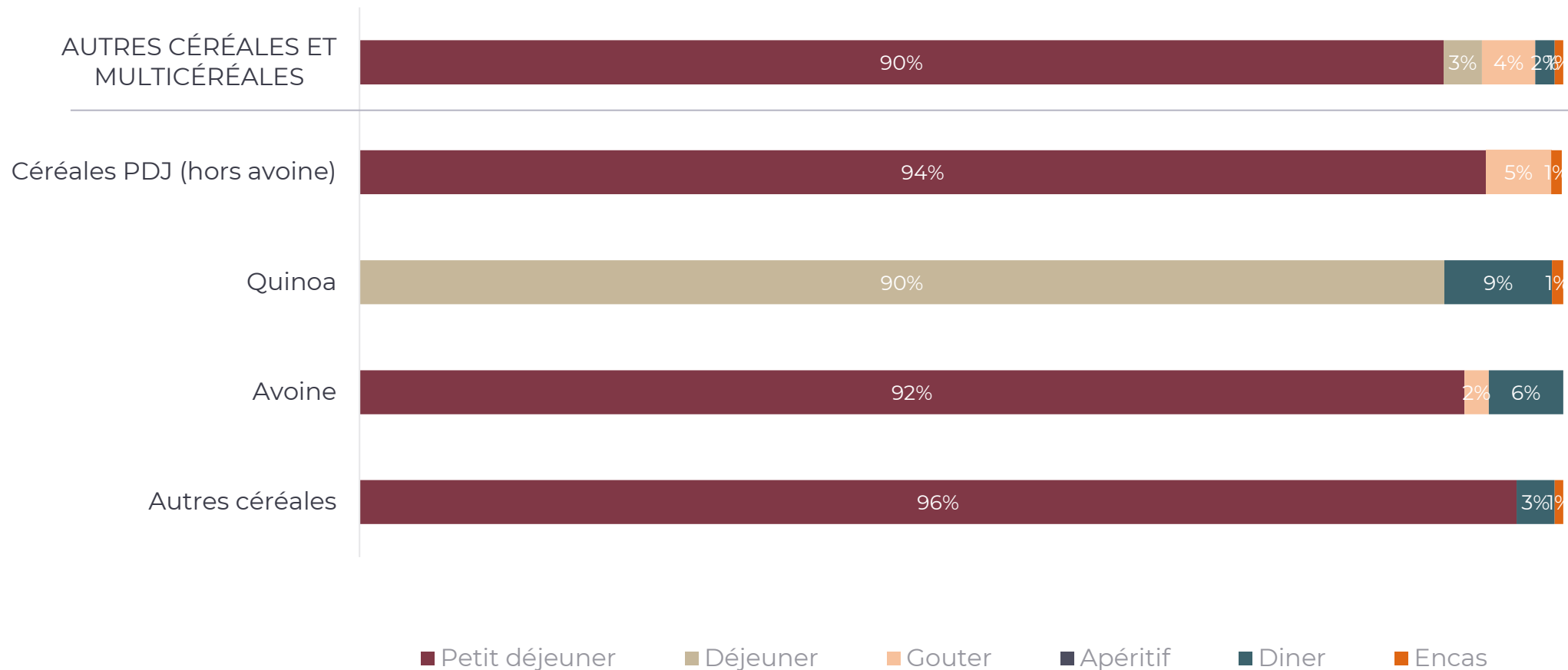


Chez les enfants, l'avoine est consommée principalement lors du petit-déjeuner et le quinoa au déjeuner

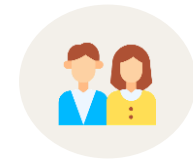


Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Enfants

Base : 1008 enfants

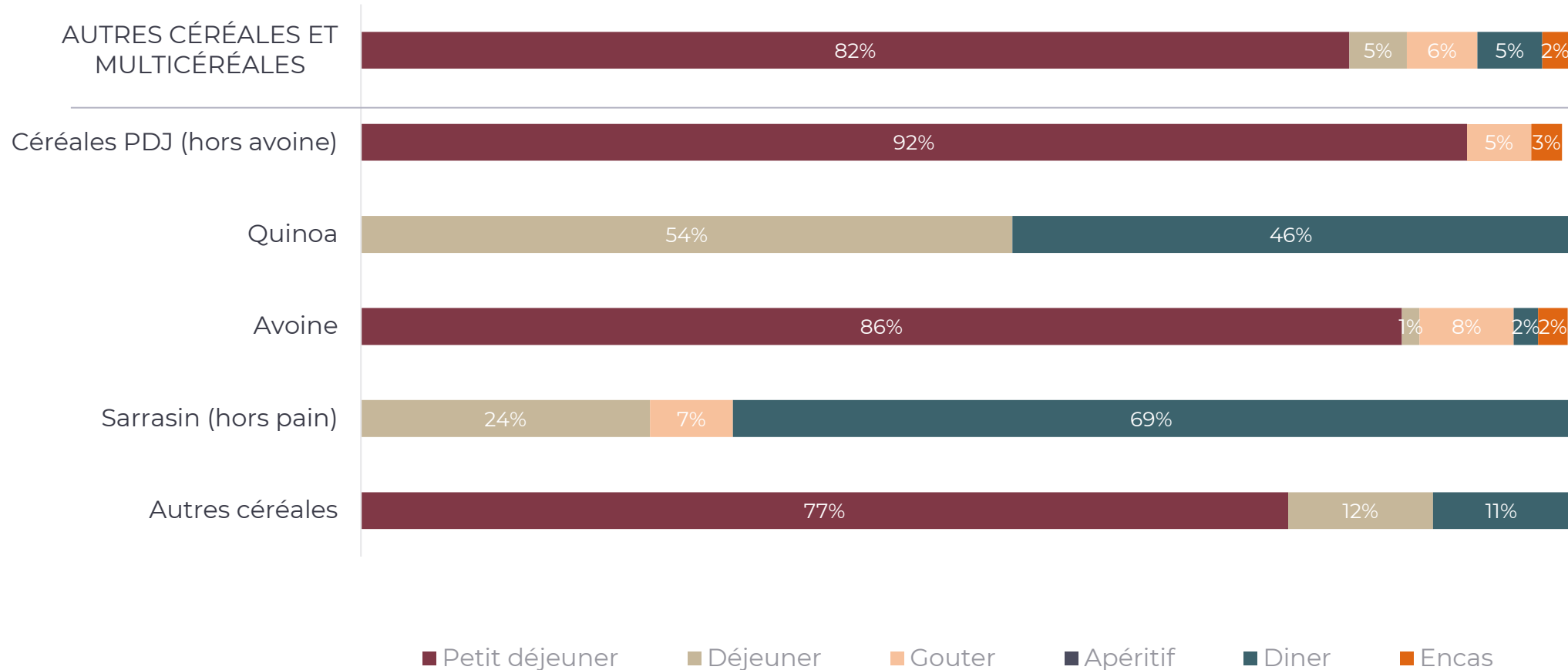


Chez les adultes, l'avoine est également consommée principalement lors du petit-déjeuner, le quinoa se répartit davantage entre déjeuner et dîner. Le sarrasin est davantage consommé lors du dîner.



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Adultes

Base : 2193 adultes





3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières

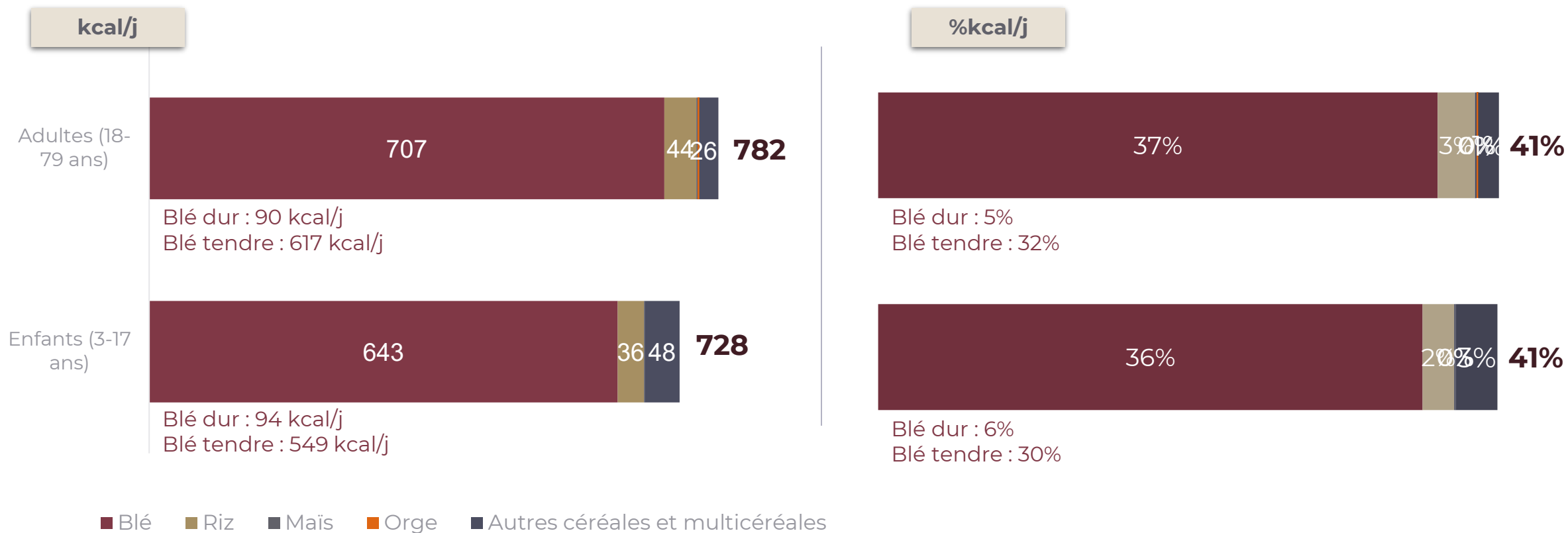
- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Profil socio-démographique de la consommation
- ▶ Contexte de consommation
- ▶ Analyse nutritionnelle : contribution des céréales et produits céréaliers aux apports

Contribution aux apports nutritionnels

Les céréales et produits céréaliers représentent 41% de l'énergie totale consommée dans la journée chez les enfants et les adultes, le blé étant le premier vecteur

Contribution aux apports en énergie (kcal/j et %kcal/j) – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)

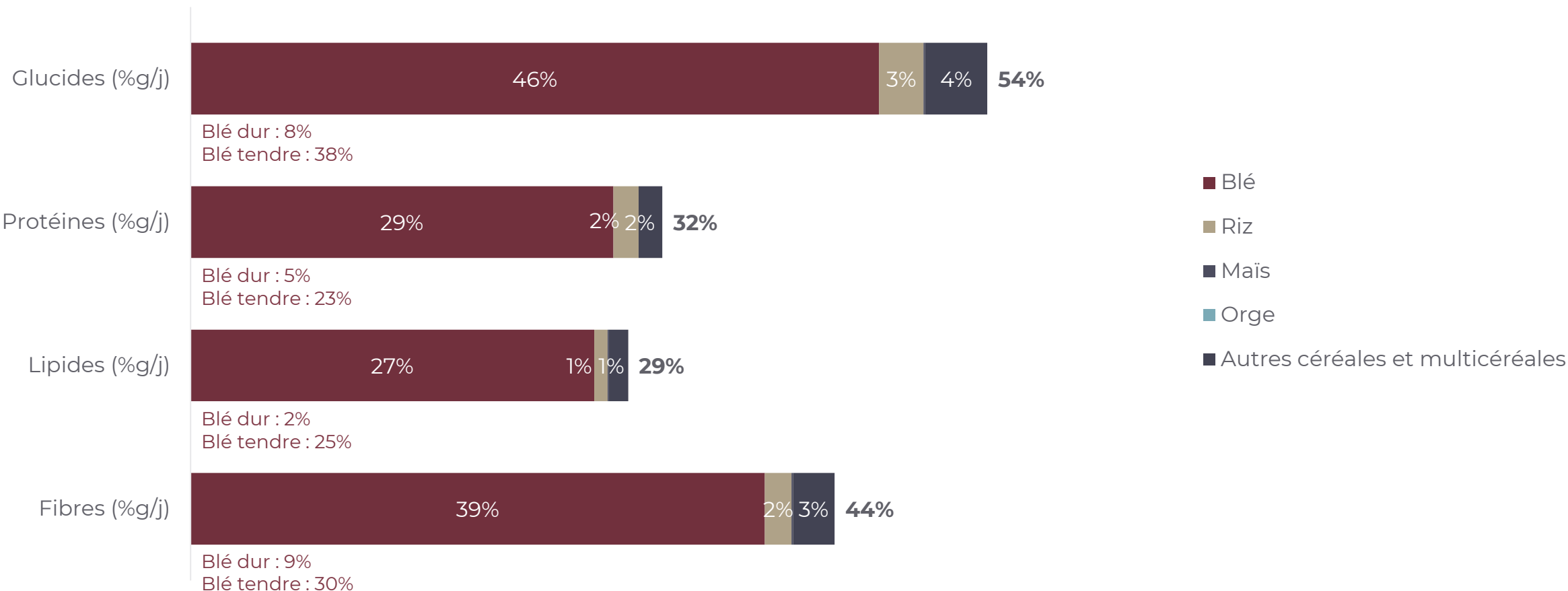


Parmi les céréales et produits céréaliers, le blé apporte la plus grande partie des macronutriments des enfants, représentant par exemple 46% des apports de glucides



Contribution aux apports en macronutriments (%unité/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants

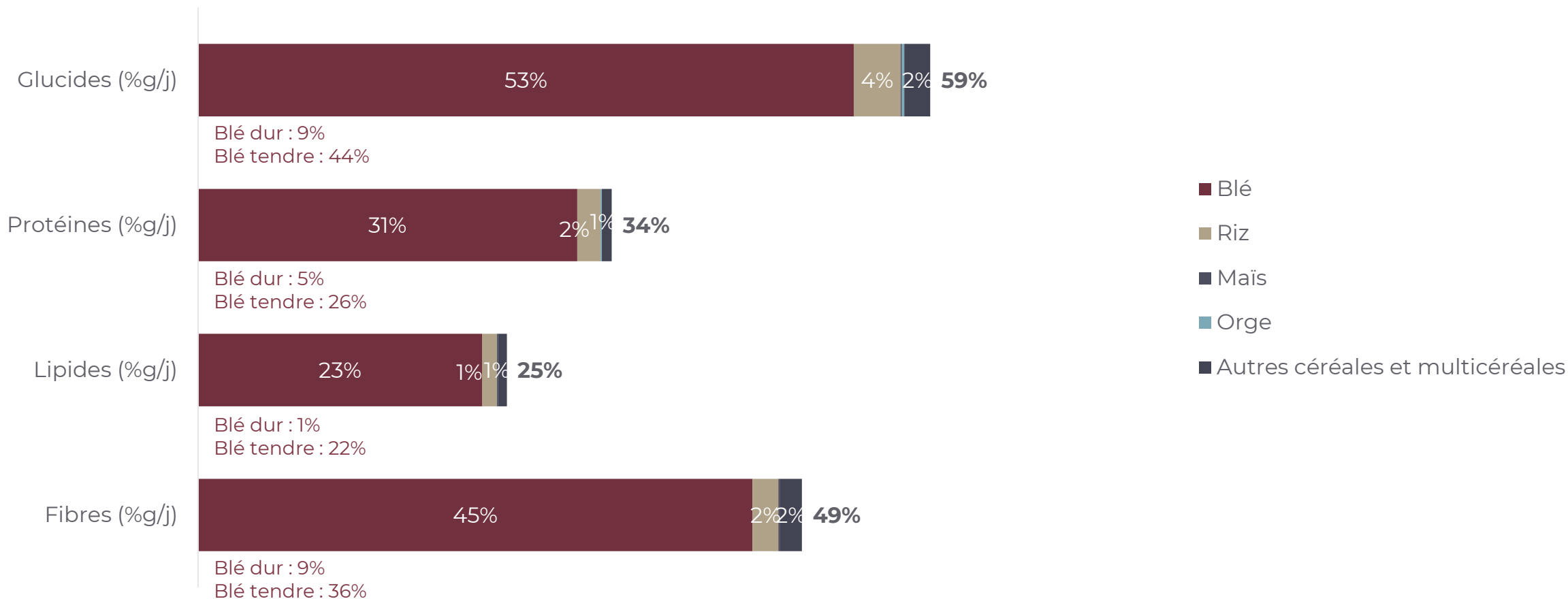


Parmi les céréales et produits céréaliers, le blé apporte la plus grande partie des macronutriments des adultes, représentant par exemple 53% des apports de glucides



Contribution aux apports en macronutriments (%unité/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes

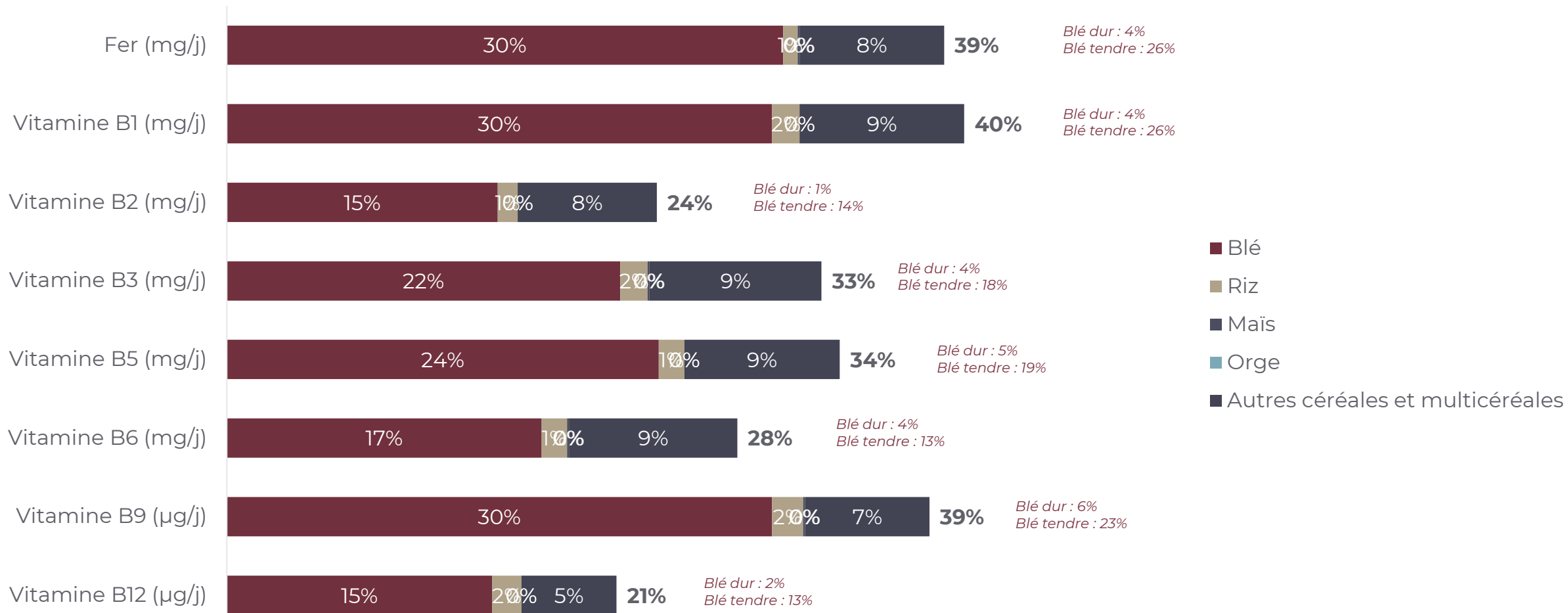


Le blé apporte par ailleurs la plus grande partie des micronutriments des enfants, représentant notamment 30% des apports de fer, vitamines B1 et B9



Contribution aux apports en micronutriments (%unité/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants

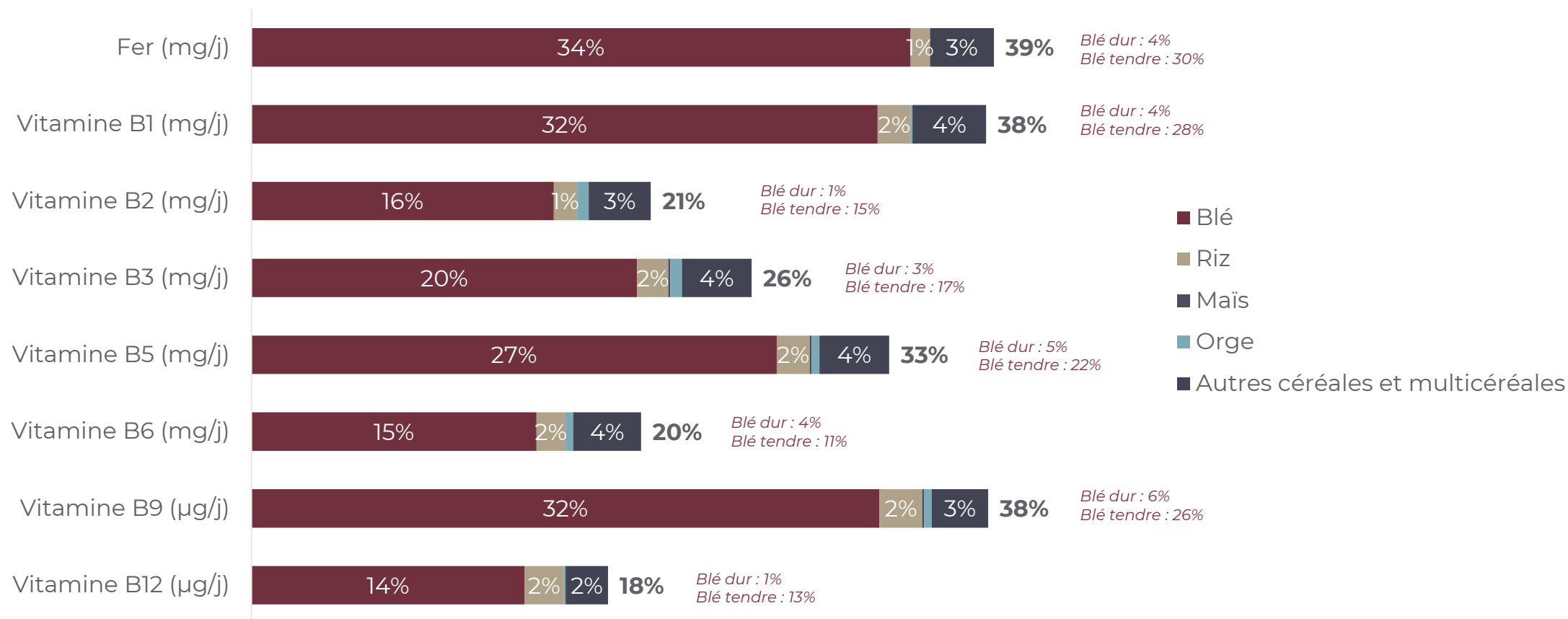


Chez les adultes également, le blé apporte la plus grande partie des micronutriments, représentant par exemple 34% des apports de fer, et 32% des apports en vitamines B1 et B9



Contribution aux apports en micronutriments (%unité/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes





- 1 | Retour sur le dispositif d'enquête et la méthodologie
- 2 | Etat de l'alimentation des Français en 2024
- 3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières
- 4 | Focus sur les aliments à base de blé dur**
- 5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre

SYNTHÈSE – PRODUITS À BASE DE BLÉ DUR

- ▶ **82,3% des enfants** et 72,7% **des adultes** ont consommé des aliments à base de blé dur au moins une fois au cours des 3 jours. Les pâtes sont consommées par 75,5% des enfants et 67,7% des adultes, la semoule de couscous par 21,0% des enfants et 18,6% des adultes.
- ▶ Le **niveau de consommation des aliments à base de blé dur** s'élève à **69,5 g/j** chez les enfants et **67,0 g/j** chez les adultes, passant en premier lieu par les **pâtes (59,8 g/j** chez les enfants, **56,3 g/j** chez les adultes) puis la **semoule de couscous** (resp. **7,5 g/j** et **9,3 g/j**).
- ▶ Parmi les **plats à base de pâtes les plus fréquemment consommés** : lasagnes et spaghettis à la bolognaise, accompagnement de pièce de viande, pâtes diverses à la sauce tomate, ravioles, ou encore pâtes au pesto.
- ▶ Les **pâtes** sont majoritairement consommées lors du **déjeuner** (60% des quantités chez les enfants, 54% chez les adultes) puis lors du **dîner** (40% des quantités chez les enfants, 46% chez les adultes). La **semoule de couscous** est également majoritairement consommée lors du **déjeuner** (62% des quantités chez les enfants, 64% chez les adultes) puis lors du **dîner** (38% des quantités chez les enfants, 36% chez les adultes).
- ▶ Les **produits à base de blé dur** fournissent **plus de 5% de l'énergie journalière** chez les enfants et les adultes, **via les pâtes en premier lieu** (resp. 4,5% et 4,9%). Les pâtes sont la première source de **glucides** au sein du blé dur (7,3% des apports journaliers chez les enfants et 7,2% chez les adultes), de **protéines** (resp. 4,5% et 4,2%) et de **fibres** (resp. 7,8% et 7,2%). Les aliments à base de blé dur contribuent par ailleurs de manière notable aux apports en micronutriments (**fer, vitamines B**).



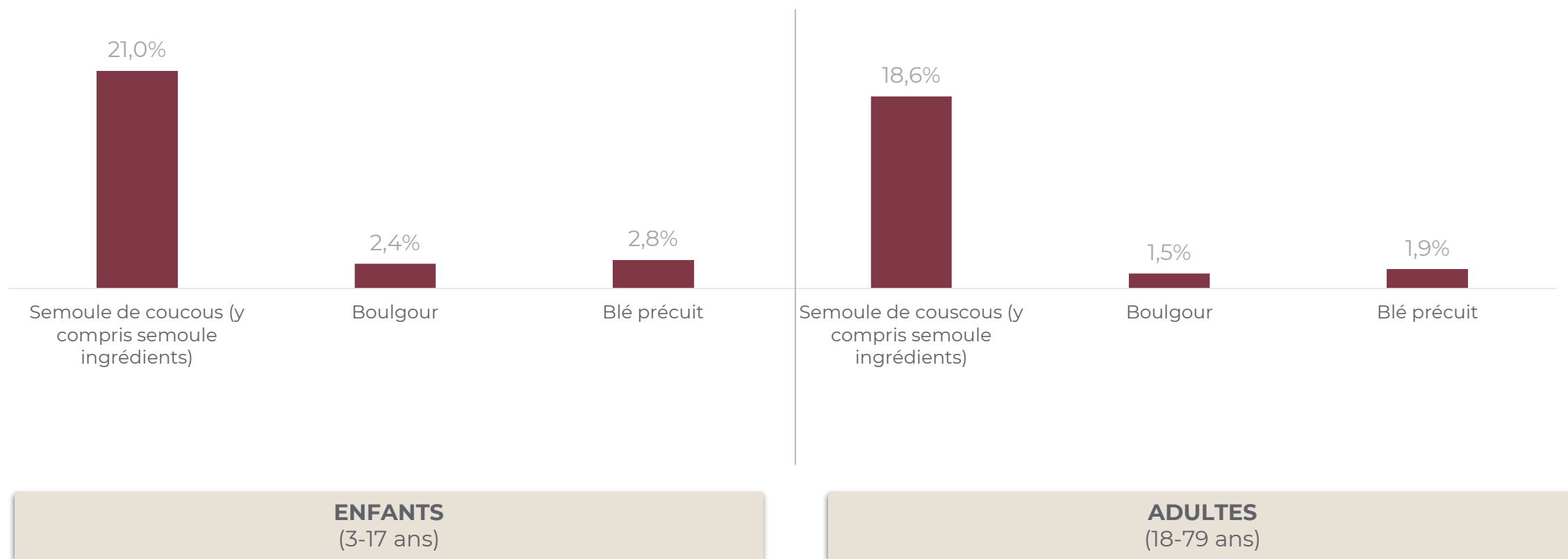
4 | Focus sur les aliments à base de blé dur

- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Caractéristiques socio-démographiques de la consommation
- ▶ Contribution aux apports nutritionnels

La semoule de couscous est consommée par 21,0% des enfants et 18,6% des adultes

Taux de consommateurs de produits céréaliers à base de blé dur (%) (sur 3 jours) – Total population

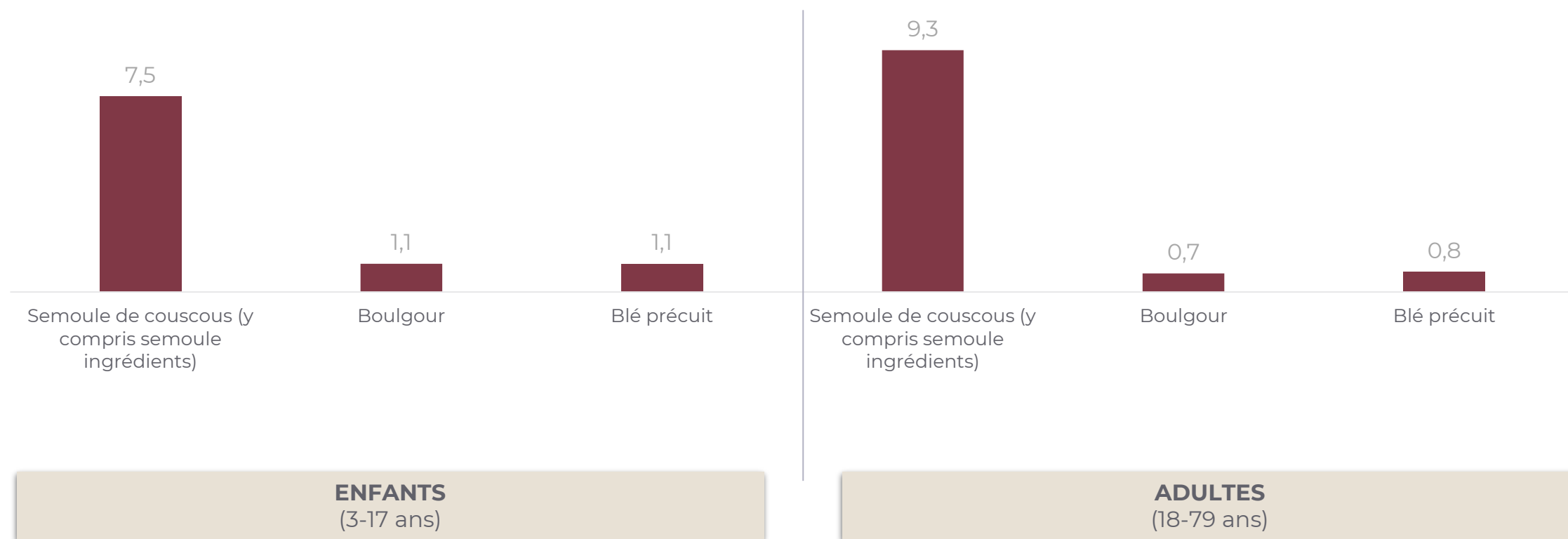
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Les enfants consomment par ailleurs 7,5 g/j de semoule de couscous, tandis que les adultes en consomment 9,3 g/j.

Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Total population

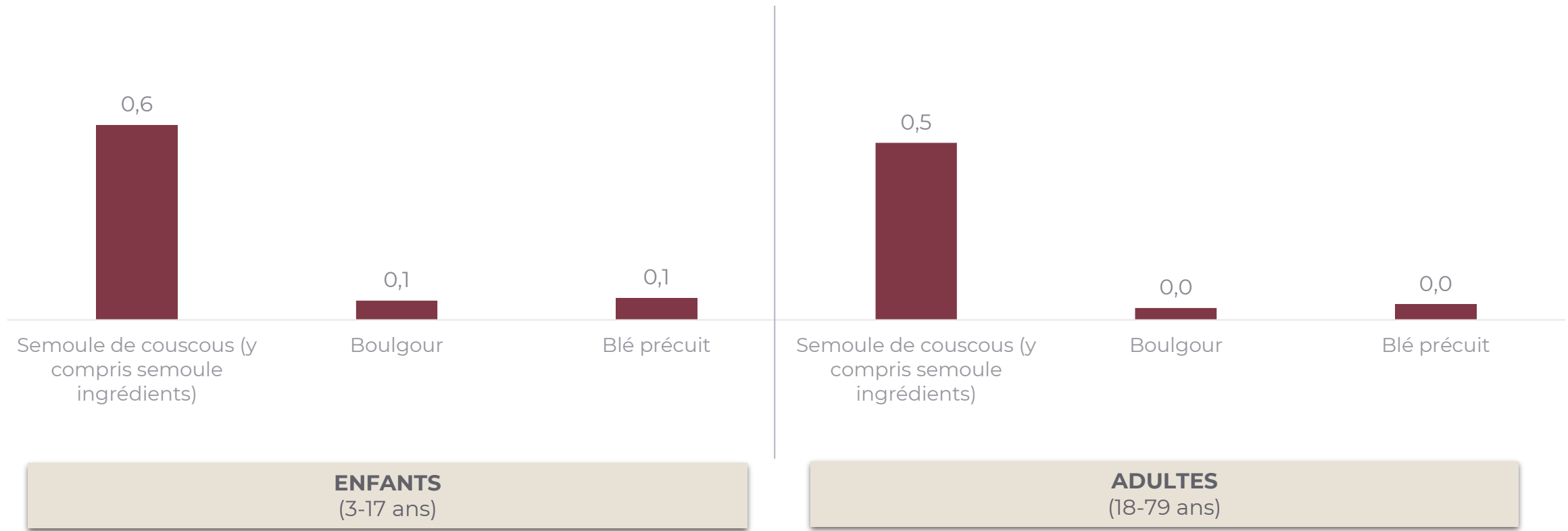
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



La semoule de couscous est consommée en moyenne 0,6 fois par semaine chez les enfants et 0,5 fois par semaine chez les adultes, soit deux à trois fois par mois.

Nombre d'actes de consommation moyens par semaine* – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)

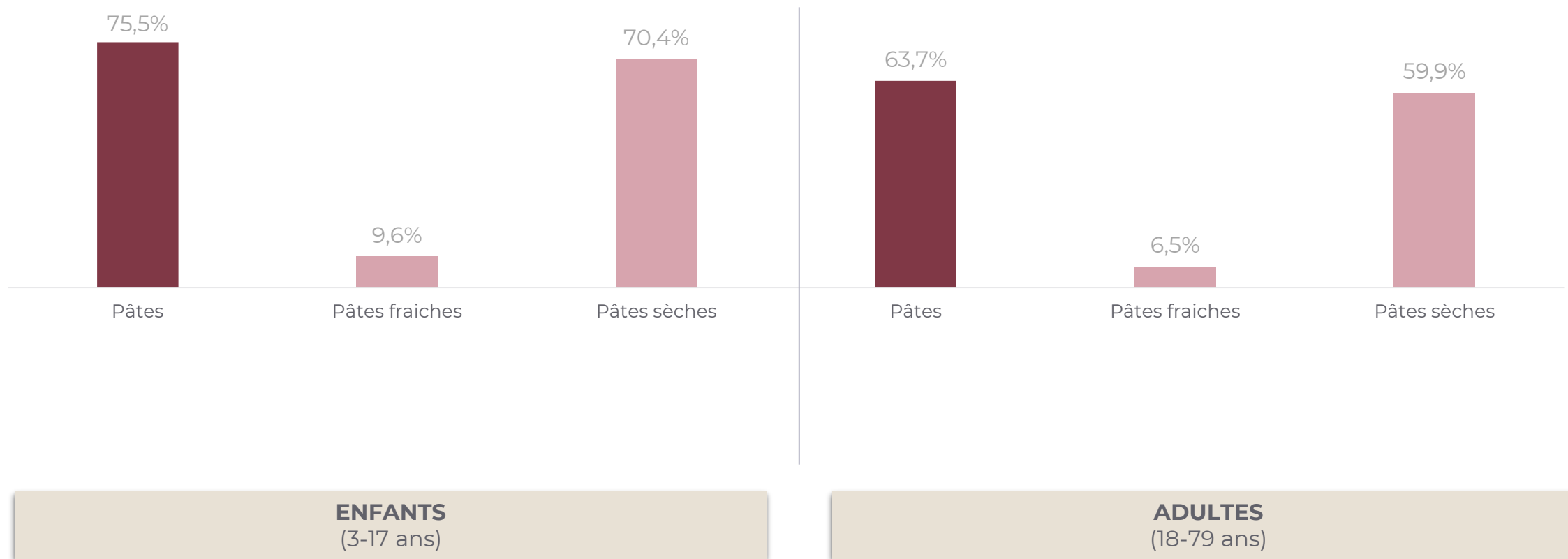


* Extrapolation des données journalières

Les enfants sont plus nombreux à consommer des pâtes (75,5 %) que les adultes (63,7 %).

Taux de consommateurs de produits céréaliers à base de blé dur (%) (sur 3 jours) – Total population

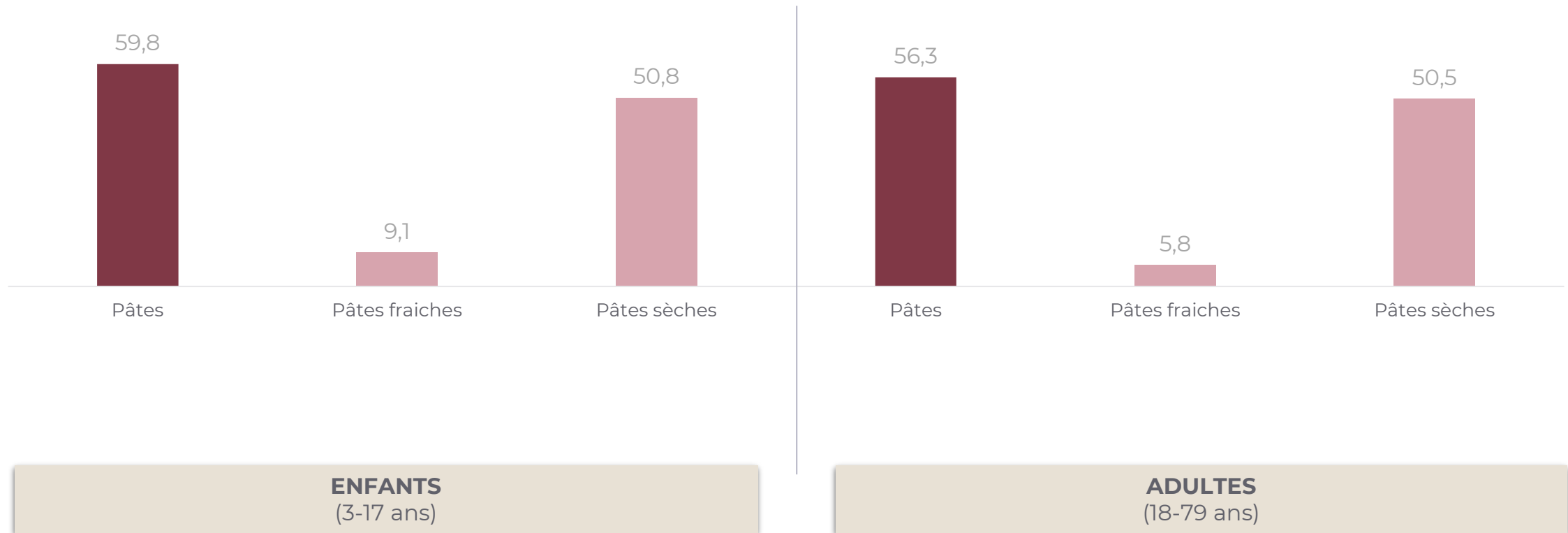
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Sur le blé dur, les enfants consomment en moyenne 59,8 g/j de pâtes et les adultes consomment quant à eux 56,3 g/j de pâtes. Des volumes de consommation largement tirés par les pâtes sèches.

Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Total population

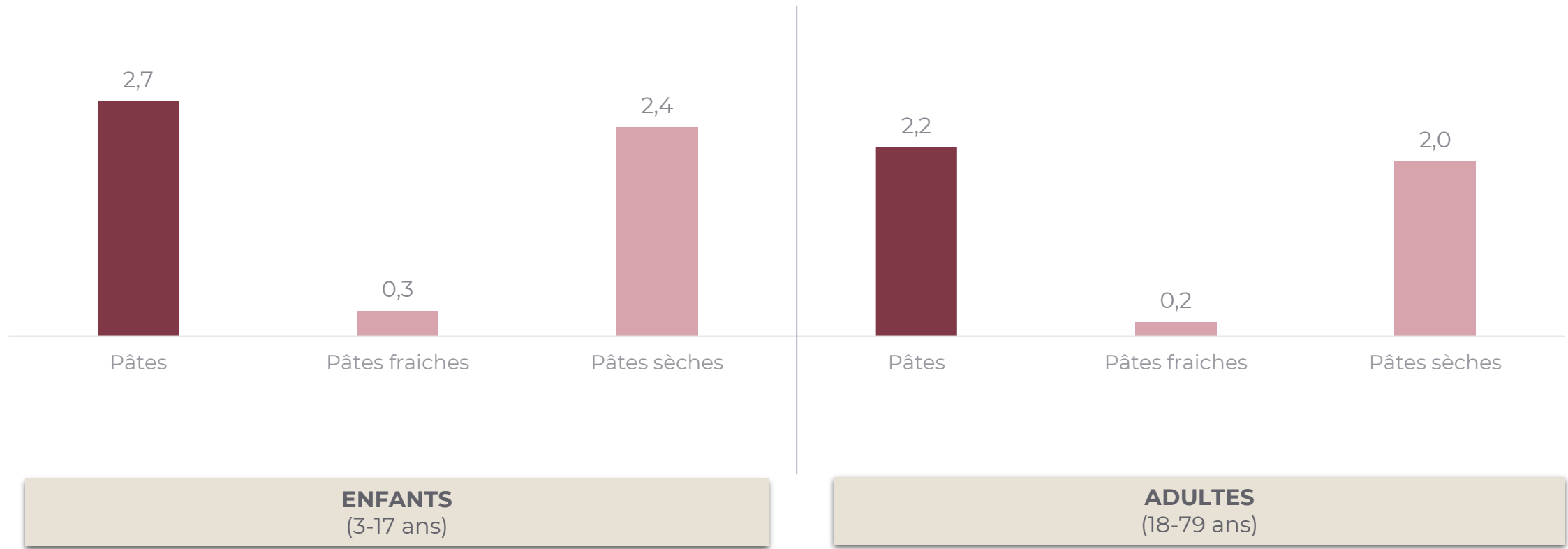
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Les pâtes sont consommées en moyenne 2,7 fois par semaine par les enfants et 2,2 fois par les adultes, principalement via les pâtes sèches

Nombre d'actes de consommation moyens par semaine* – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



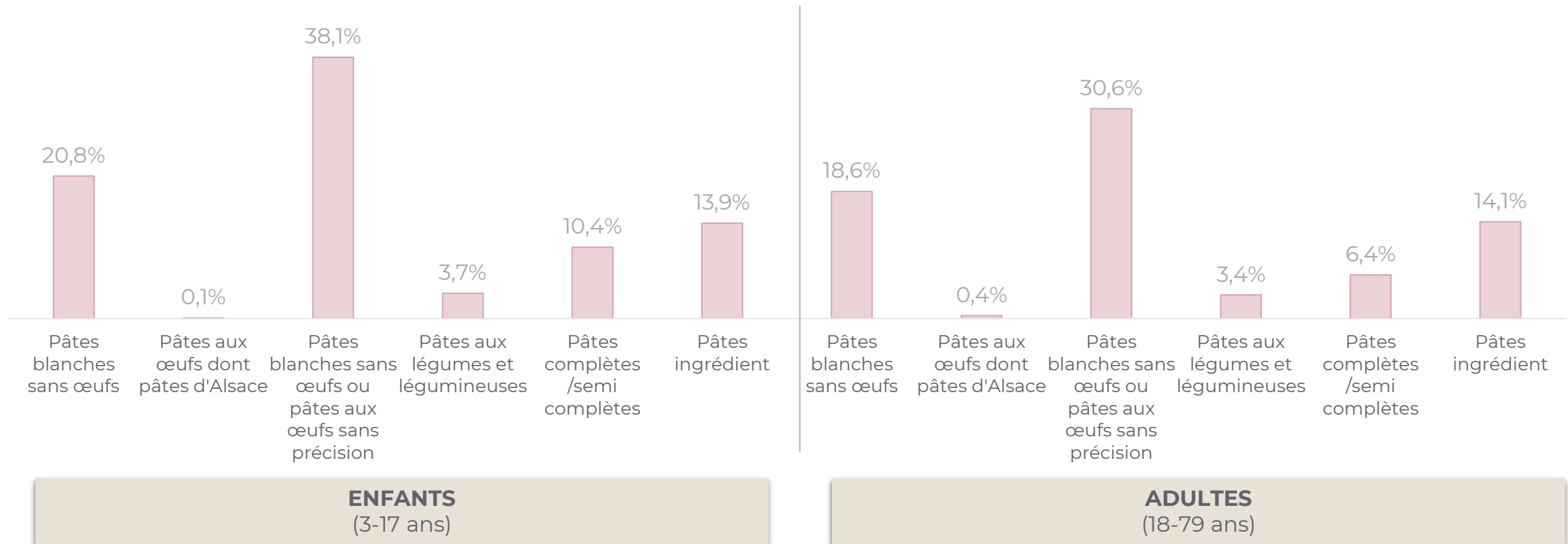
* Extrapolation des données journalières

Focus sur les pâtes

Environ 1 individu sur 5 consomme des pâtes sans œufs. Les pâtes sans précision sont quant à elles consommées par 38% des enfants et par 31% des adultes

Taux de consommateurs de pâtes sèches (%) (sur 3 jours) – Total population

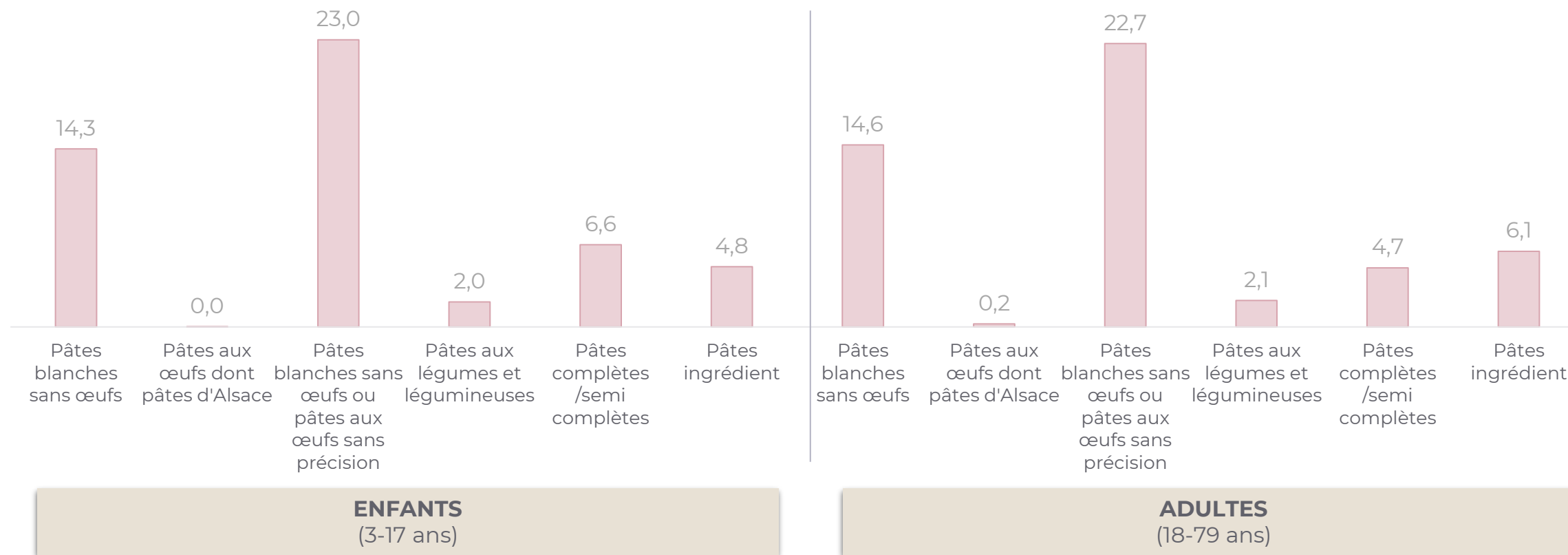
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Au sein des pâtes sèches, les pâtes blanches sans œufs et les pâtes blanches sans précision concentrent la grande majorité des quantités consommées

Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Lasagnes et spaghettis bolognaise sont les plats de pâtes les plus fréquemment consommés

Ranking par nombre total d'actes – Plats à base de pâtes – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)

	Nombre d'actes
1 lasagnes à la bolognaise	164,5
2 spaghettis à la bolognaise	110,3
3 plat préparé à base de pâtes et viande	69,9
4 pâtes autres à la sauce tomate (sans viande)	49,7
5 ravioles	42,9
6 pâtes (tout type) au pesto	32,9
7 nouilles sautées chinoises au poulet	28,3
8 spaghettis à la carbonara	26,7
9 pâtes (tout type) à l'arrabiata (oignons, poivrons, tomates)	26,1
10 raviolis au fromage	26,0





4 | Focus sur les aliments à base de blé dur

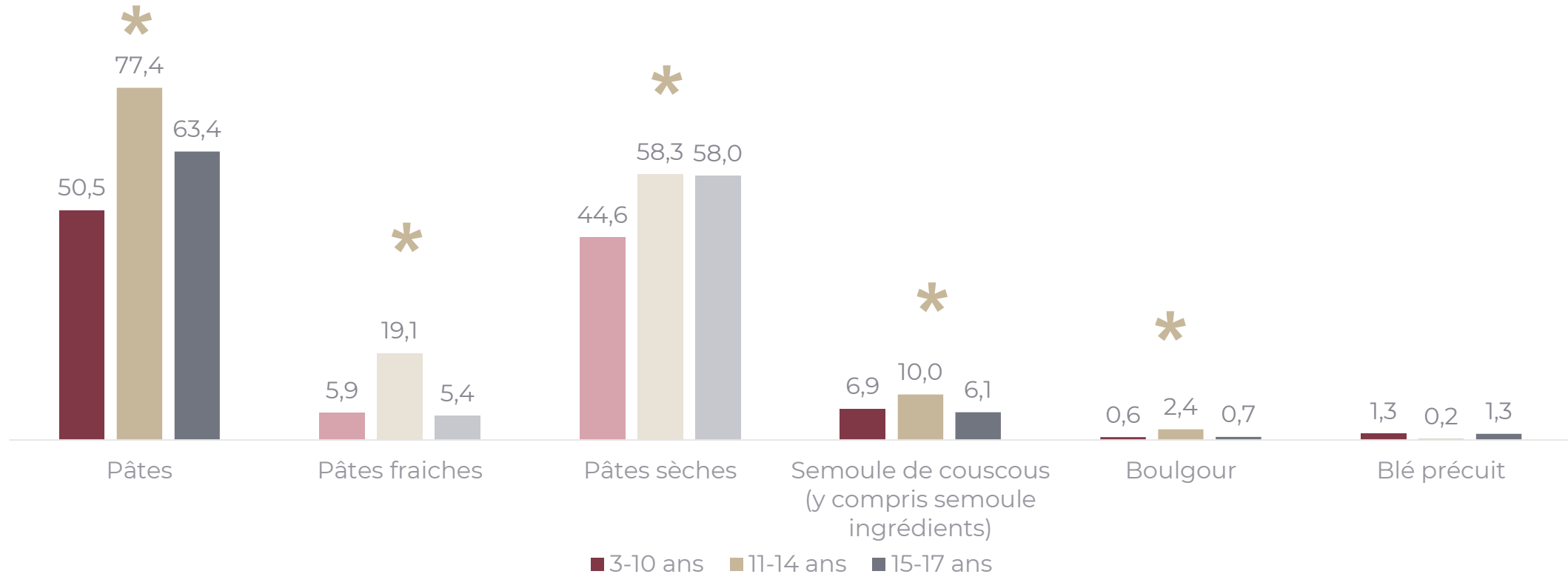
- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Caractéristiques socio-démographiques de la consommation
- ▶ Contribution aux apports nutritionnels

Les 11-14 ans tirent les quantités consommées de pâtes, semoule et boulgour



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants



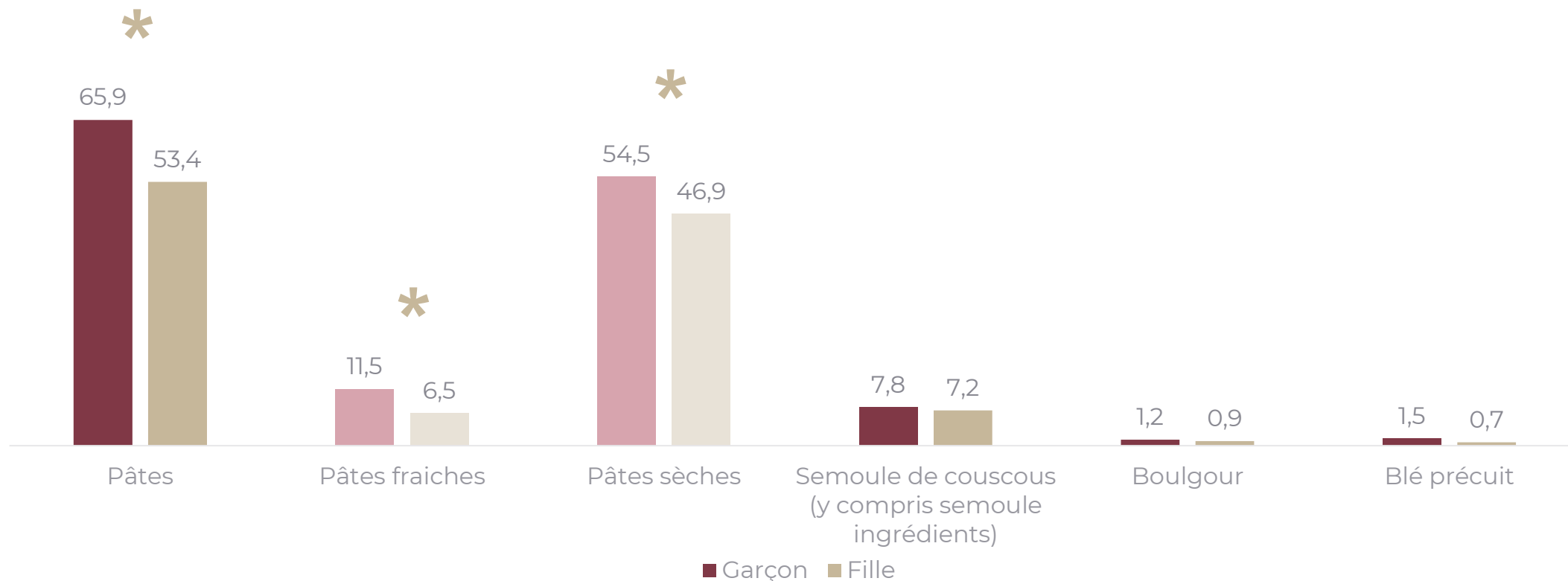
* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Les garçons sont de plus grands consommateurs de pâtes



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants



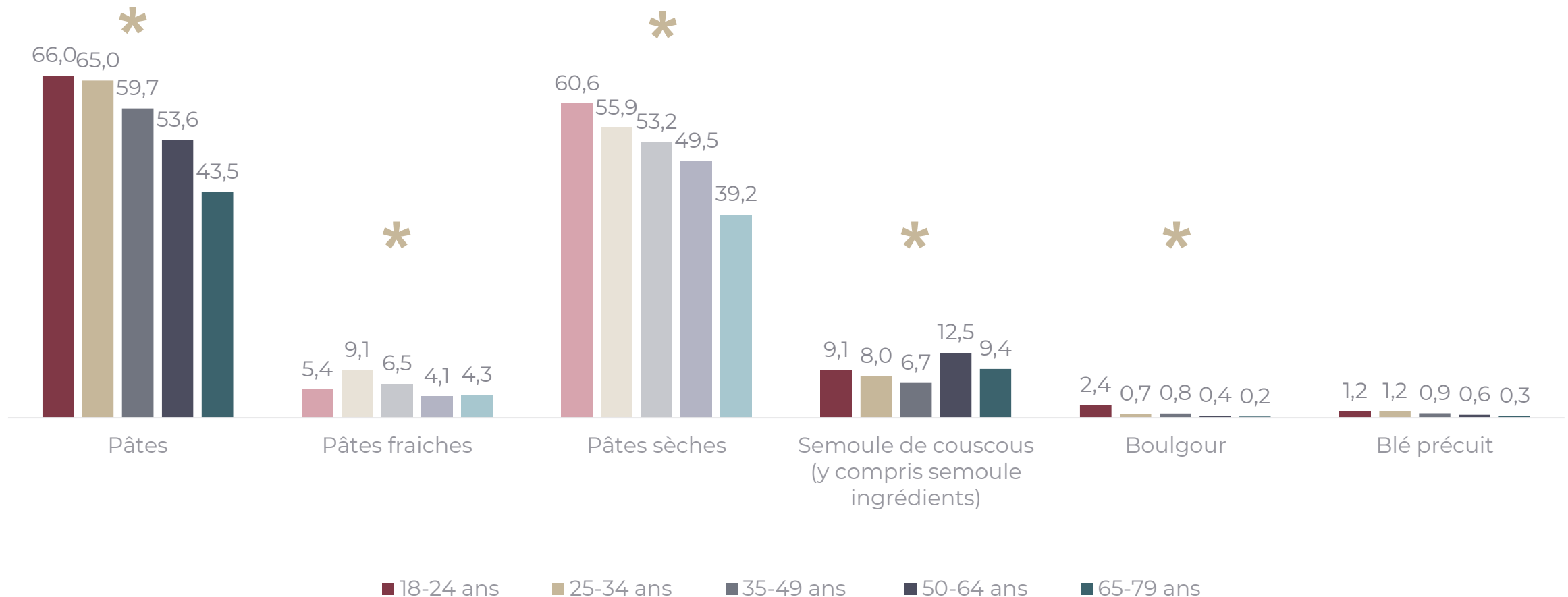
* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Chez les adultes, les quantités de pâtes consommées diminuent avec l'âge : 66,0 g/j pour les 18-24 ans contre 43,5 g/j pour les 65-79 ans



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes



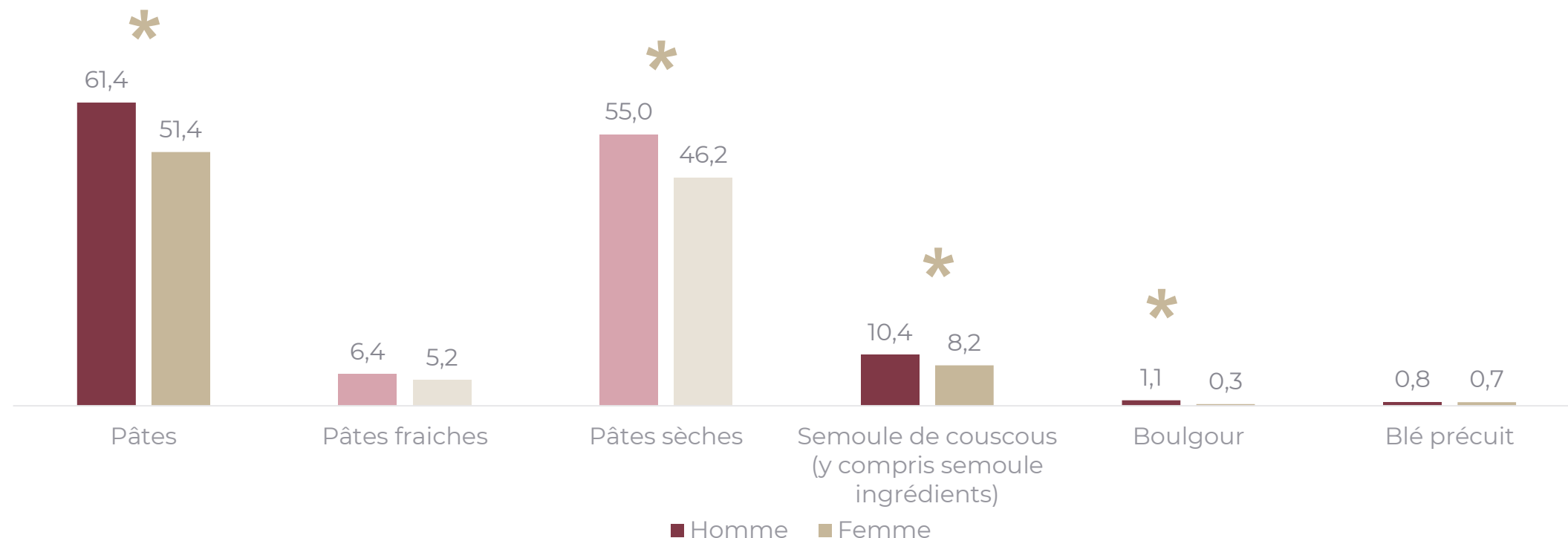
* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Chez les adultes, les hommes consomment davantage de pâtes et de semoule de couscous que les femmes



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes



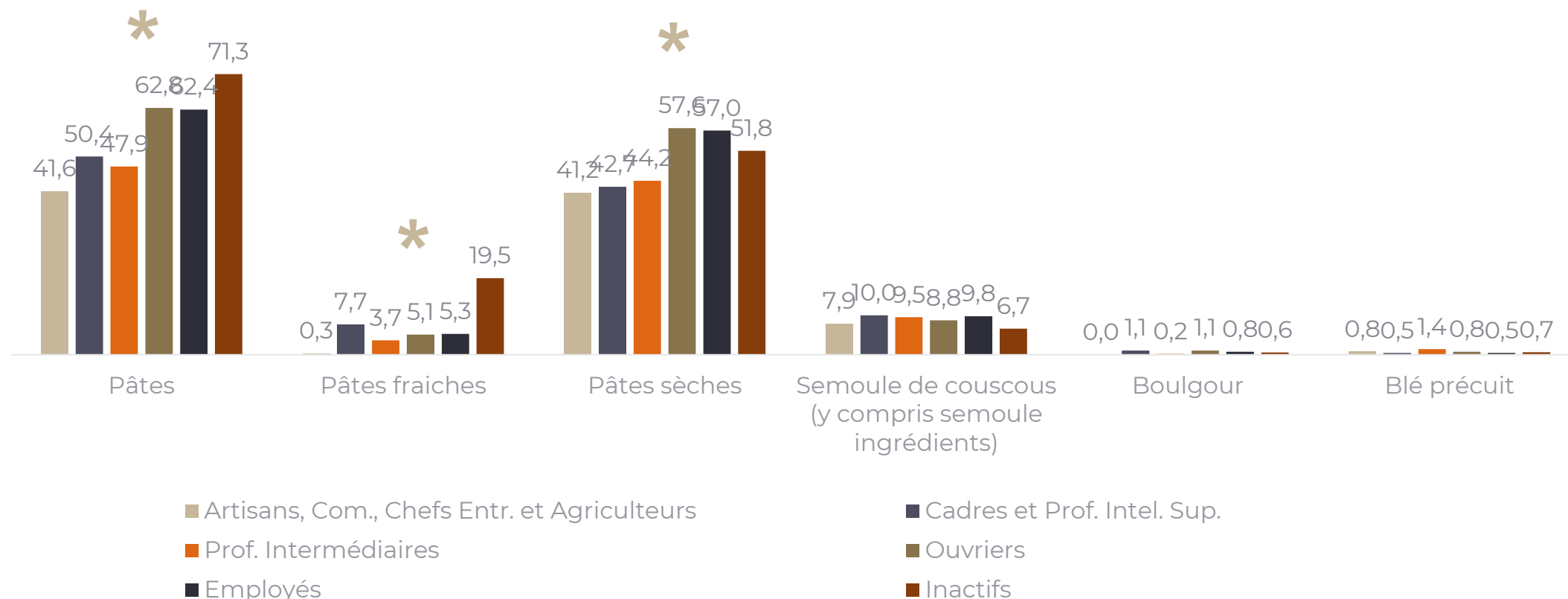
* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Les ouvriers, employés et inactifs sont les plus grands consommateurs de pâtes



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes



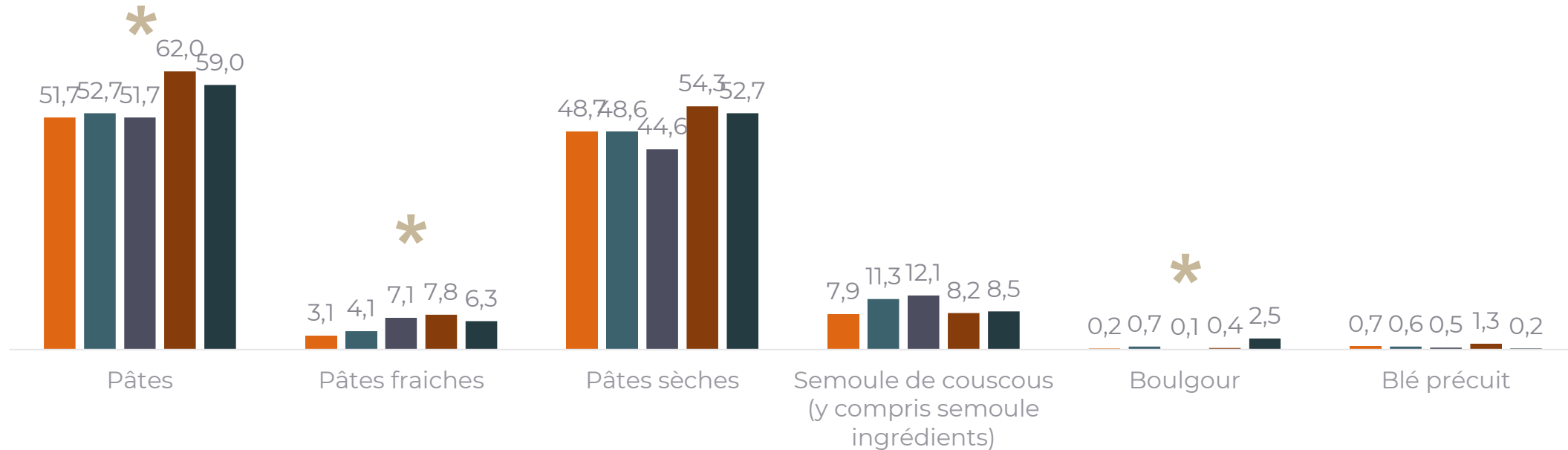
* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Les habitants d'agglomérations de plus de 100 000 hab dont l'agglomération parisienne sont les plus grands consommateurs de pâtes



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé dur consommées par jour (g/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes



■ Commune rurale

■ Commune de 20 000 hab. à 100 000 hab.

■ Agglo. parisienne

■ Commune de moins de 20 000 hab.

■ Agglo. de plus de 100 000 hab.

* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Enfants

Base : 1008 enfants (3-17 ans)



Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Pâtes (59,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> Hauts de France, Normandie, PACA, Corse, Occitanie 11-14 ans BAC+2 Employés
Dont Pâtes fraîches (9,1 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> Hauts de France, Corse, PACA, Normandie Commune rurale Garçon 11-14 ans BAC+2
Dont Pâtes sèches (50,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> Occitanie, Normandie, PACA, Bretagne, Pays de la Loire, Hauts de France, IDF, Corse Commune < 20 000 hab., aggro. parisienne Garçon 11-14 ans, 15-17 ans CAP/BEP, BAC, BAC+2

Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Adultes

Base : 2193 Adultes (18-79 ans)



Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Pâtes (56,3 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Hommes • 18-24 ans, 25-34 ans, 35-49 ans • Inactifs, ouvriers, employés • Agglo de plus de 100 000 hab., agglo parisienne
Dont Pâtes fraîches (5,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 25-39 ans, 35-49 ans • Inactifs, cadres et prof. Intel. Sup. • Agglo de plus de 100 000 hab., commune de 20 000 à 100 000 hab., agglo parisienne • PACA, Corse, Grand Est, Occitanie, Auvergne-Rhône-Alpes, IDF
Dont Pâtes sèches (50,5 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 18-24 ans, 25-34 ans, 35-49 ans • Hommes • Ouvriers, employés, inactifs

Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Enfants

Base : 1008 enfants (3-17 ans)



Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Semoule de couscous (7,5 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Pays de la Loire, IDF, Grand Est • Agglo. parisienne, agglo. de plus de 100 000 hab. • 11-14 ans • Inactifs, cadres et prof. Intel. Sup., employés • BAC+2, BAC+3 et plus
Boulgour (1,1 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • IDF, Nouvelle Aquitaine • Agglo. parisienne • 11-14 ans • Artisans, com., chefs d'entr., agriculteurs • BAC, BAC+3 et plus
Blé précuit (1,1 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Bourgogne-Franche-Comté, Nouvelle Aquitaine, Centre-Val de Loire, Occitanie, PACA • Commune rurale, agglo de plus de 100 000 hab.

Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Adultes

Base : 2193 Adultes (18-79 ans)



Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Semoule de couscous (9,3 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 50-64 ans, 65-79 ans • CAP/BEP, BAC • Nouvelle-Aquitaine, Pays de la Loire, Grand Est, Auvergne-Rhône-Alpes, Normandie
Boulgour (0,7 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 18-24 ans, 25-34 ans, 35-49 ans • Agglo. parisienne, IDF, Pays de la Loire, PACA
Blé précuit (0,7 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • BAC, BAC+3 et plus • Occitanie, Auvergne-Rhône-Alpes, Pays de la Loire

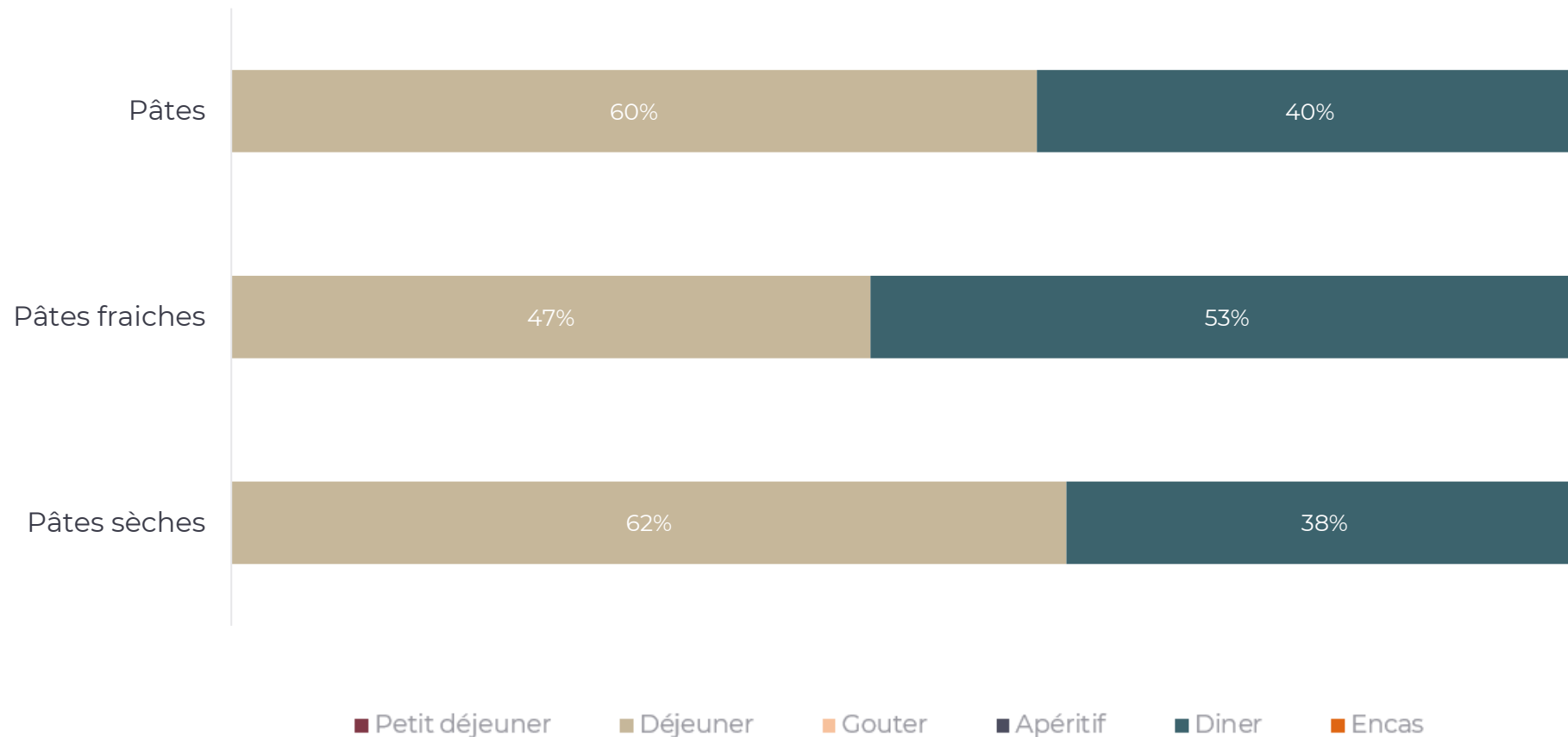
Occasions de consommation

Chez les enfants, les pâtes sont uniquement consommées au déjeuner (60% des quantités) et au dîner (40%)



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Enfants

Base : 1008 Enfants

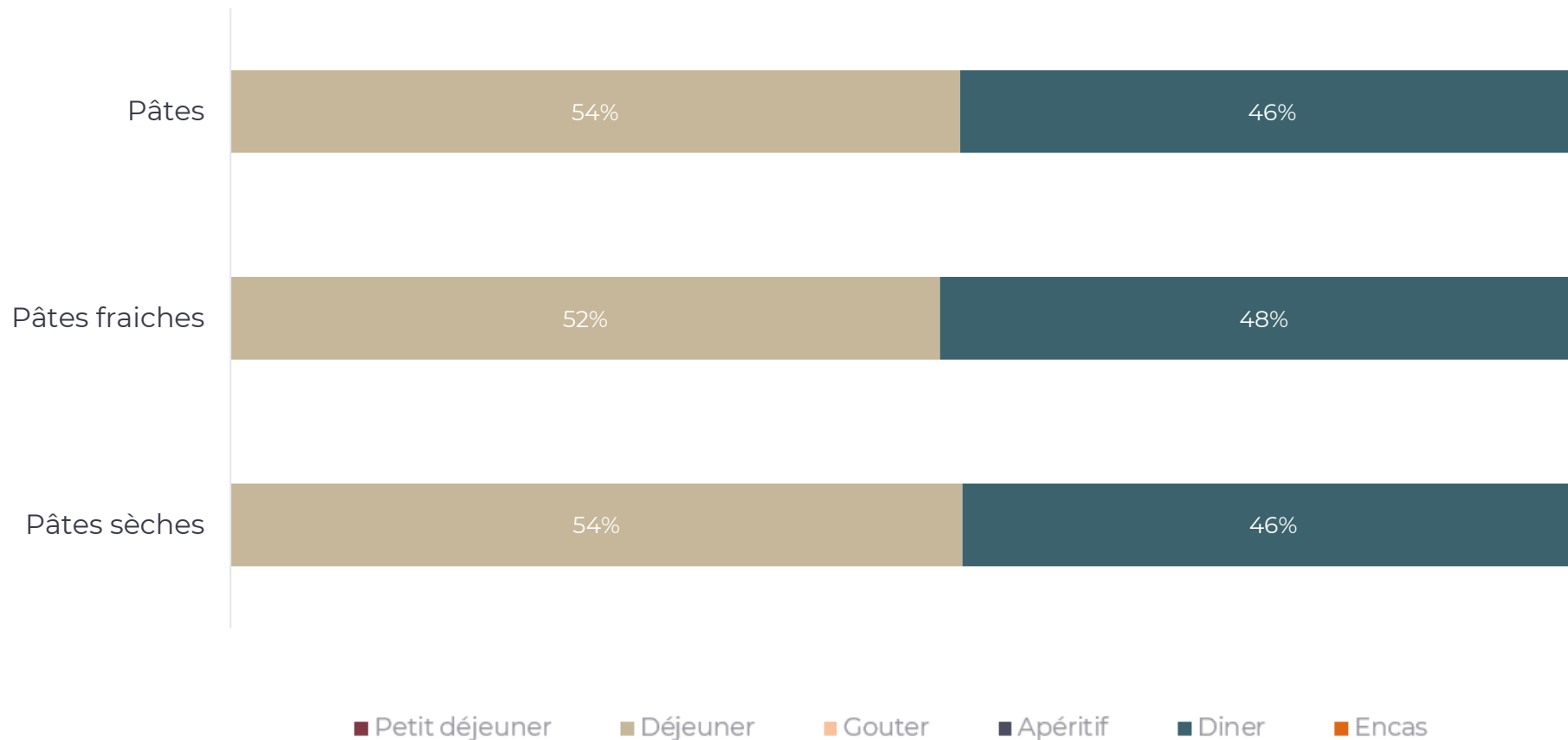


Chez les adultes, les pâtes sont également uniquement consommées au déjeuner (54% des quantités) et au dîner (46%)



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Adultes

Base : 2193 Adultes

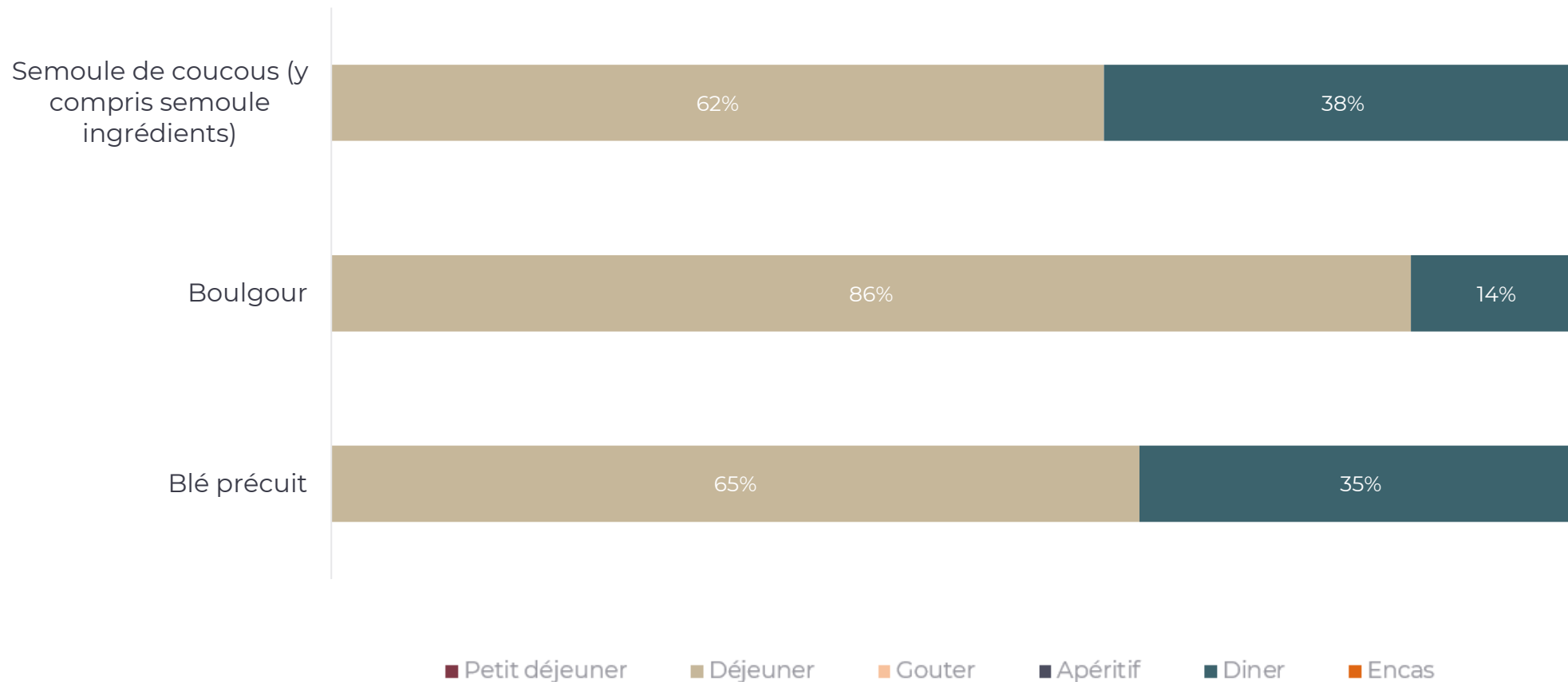


Chez les enfants, la semoule de couscous, le boulgour et le blé précuit sont majoritairement consommés au déjeuner



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Enfants

Base : 1008 Enfants

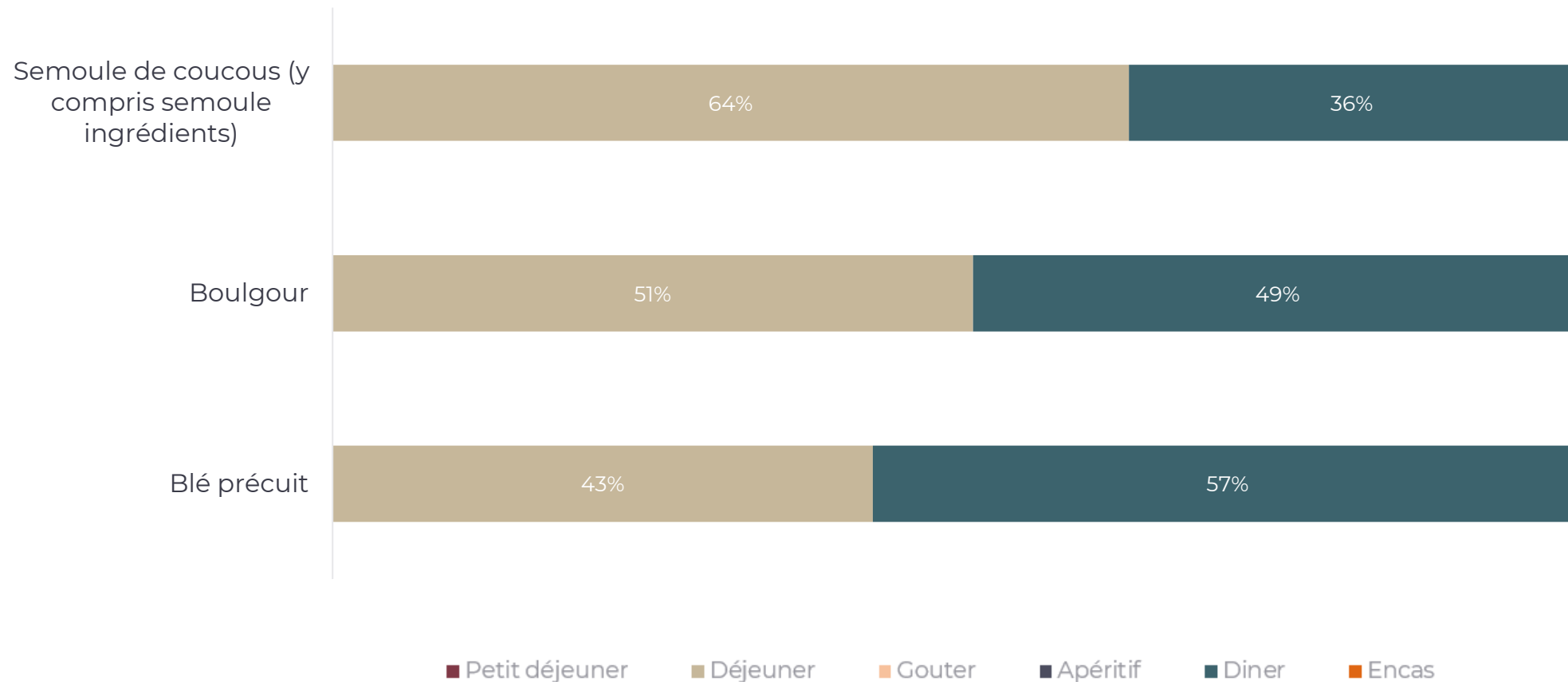


Chez les adultes, la semoule de couscous est également consommée majoritairement au déjeuner. Le boulgour se répartit davantage entre les deux repas principaux et le blé précuit est plutôt consommé lors du dîner.



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Adultes

Base : 2193 Adultes





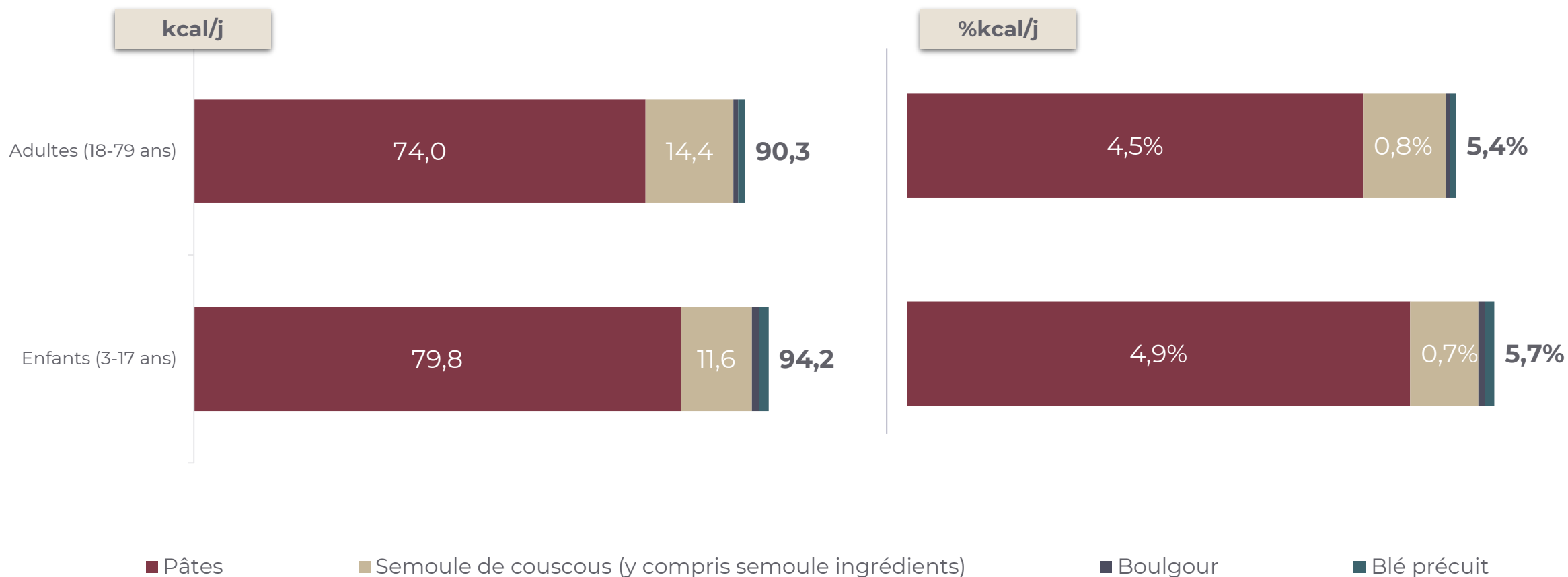
4 | Focus sur les aliments à base de blé dur

- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Caractéristiques socio-démographiques de la consommation
- ▶ Contribution aux apports nutritionnels

Les pâtes représentent entre 4,9% de l'énergie totale consommée dans la journée par les enfants et 4,5% par les adultes. La semoule de couscous fournit 0,8% de l'énergie journalière chez les enfants et 0,7% chez les adultes.

Contribution aux apports en énergie (kcal/j et %kcal/j) – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)

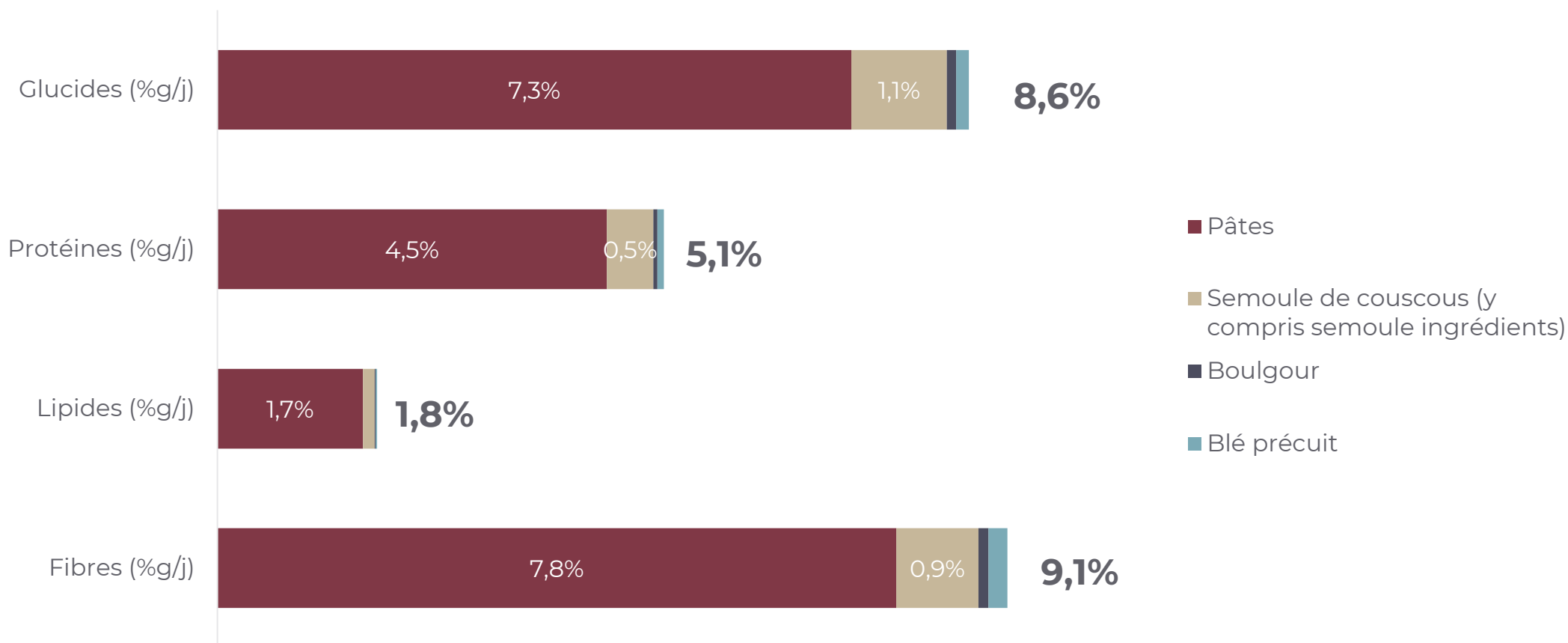


Les pâtes, premier vecteur de macronutriments, apportent 7,3% des glucides, 4,5% des protéines, 1,7% des lipides et 7,8% des fibres dans la journée chez les enfants. La semoule de couscous fournit 1,1% des glucides et 0,9% des fibres.



Contribution aux apports en macronutriments (%unité/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants



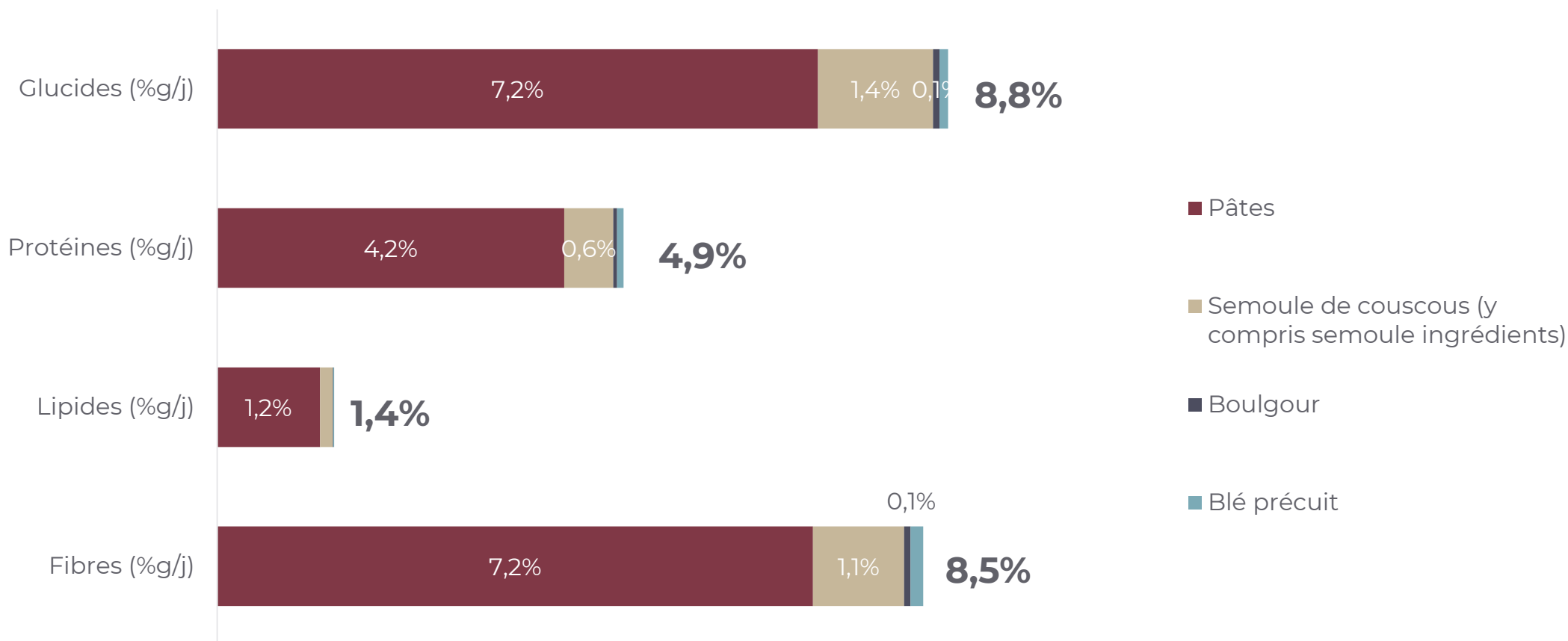
Les pâtes apportent 7,2% des glucides, 4,2% des protéines, 1,2% des lipides et 7,2% des fibres dans la journée chez les adultes.

La semoule de couscous fournit 1,4% des glucides et 1,1% des fibres.



Contribution aux apports en macronutriments (%unité/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes





- 1 | Retour sur le dispositif d'enquête et la méthodologie
- 2 | Etat de l'alimentation des Français en 2024
- 3 | Consommation des céréales et produits céréaliers par grandes filières
- 4 | Focus sur les aliments à base de blé dur
- 5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre

SYNTHÈSE – PRODUITS À BASE DE BLÉ TENDRE

- ▶ **La quasi totalité des enfants et des adultes ont consommé des aliments à base de blé tendre** au moins une fois au cours des 3 jours. Le pain est la catégorie la plus répandue (85,3% des enfants, 87,9% des adultes) suivi des viennoiseries chez les enfants (60,1%) et des pizzas/quiches chez les adultes (42,2%).
- ▶ Le **niveau de consommation des aliments à base de blé tendre** s'élève à **181,3 g/j** chez les enfants et **211,9 g/j** chez les adultes, dont le premier vecteur est le **pain** (resp. 76,2 g/j et 103,7 g/j) suivi des **pizzas/quiches** (resp. 45,7 g/j et 51,1 g/j) puis des **viennoiseries** chez les enfants (21,2 g/j) et des **pâtisseries, crêpes** chez les adultes (21,4 g/j). La consommation de **pain via les sandwiches** concerne 23% des quantités de pain consommées chez les enfants et 17% chez les adultes. La **baguette** est le type de pain le plus consommé, elle concentre 46% des quantités de pain consommé chez les enfants et chez les adultes.
- ▶ Les **pâtisseries/crêpes** sont la catégorie dont le **fait maison** concerne la plus grosse part des quantités consommées (48% chez les enfants, 44% chez les adultes), suivie des pizzas/cake/quiches/tartes salées (resp. 32% et 31%) et des biscuits sucrés (resp. 18% et 21%).
- ▶ Le **pain** est majoritairement consommé lors du **déjeuner** puis lors du **dîner**, le **petit-déjeuner** concentre un quart des quantités. La **panification sèche** et les **viennoiseries** sont principalement consommées lors du **petit-déjeuner**, les **biscuits sucrés** principalement lors du **gouter** avec une place non négligeable du **petit-déjeuner**. Les **pizzas/cake/quiche/tartes salées** sont consommées lors du **dîner** pour les deux tiers des quantités, suivi du déjeuner.
- ▶ Les **produits à base de blé tendre** fournissent **près du tiers de l'énergie journalière** chez les enfants et les adultes, **via le pain en premier lieu** (resp. 15% et 12%). Le pain est la première source de **glucides** au sein du blé tendre (19% des apports journaliers chez les enfants et 26% chez les adultes), de **protéines** (resp. 10% et 13%) et de **fibres** (resp. 15% et 22%). Les aliments à base de blé tendre contribuent par ailleurs à 26% des apports en **fer** journaliers chez les enfants et 30% chez les adultes via le pain principalement et à plus de 10% des apports en **vitamine B**.



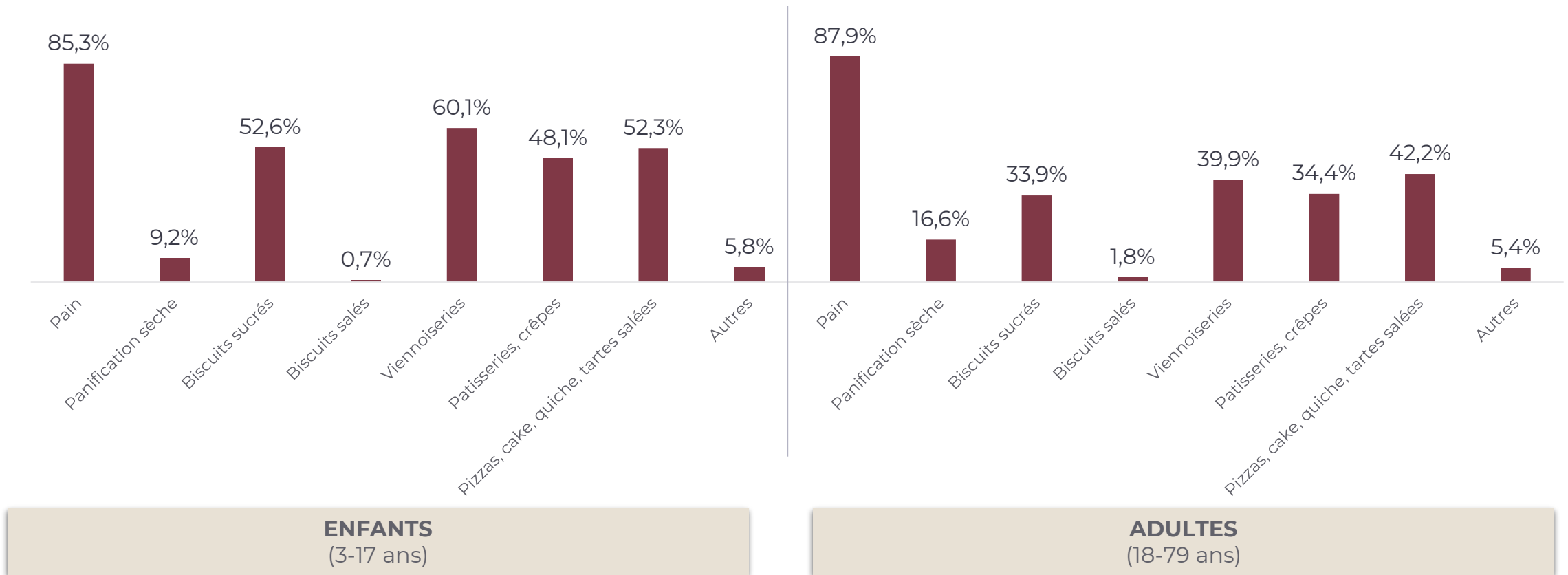
5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre

- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Caractéristiques socio-démographiques de la consommation
- ▶ Contribution aux apports nutritionnels

Au sein du blé tendre, le pain est la catégorie la plus répandue, suivie des viennoiseries chez les enfants et des pizzas/quiches chez les adultes

Taux de consommateurs de produits céréaliers à base de blé tendre (%) (sur 3 jours) – Total population

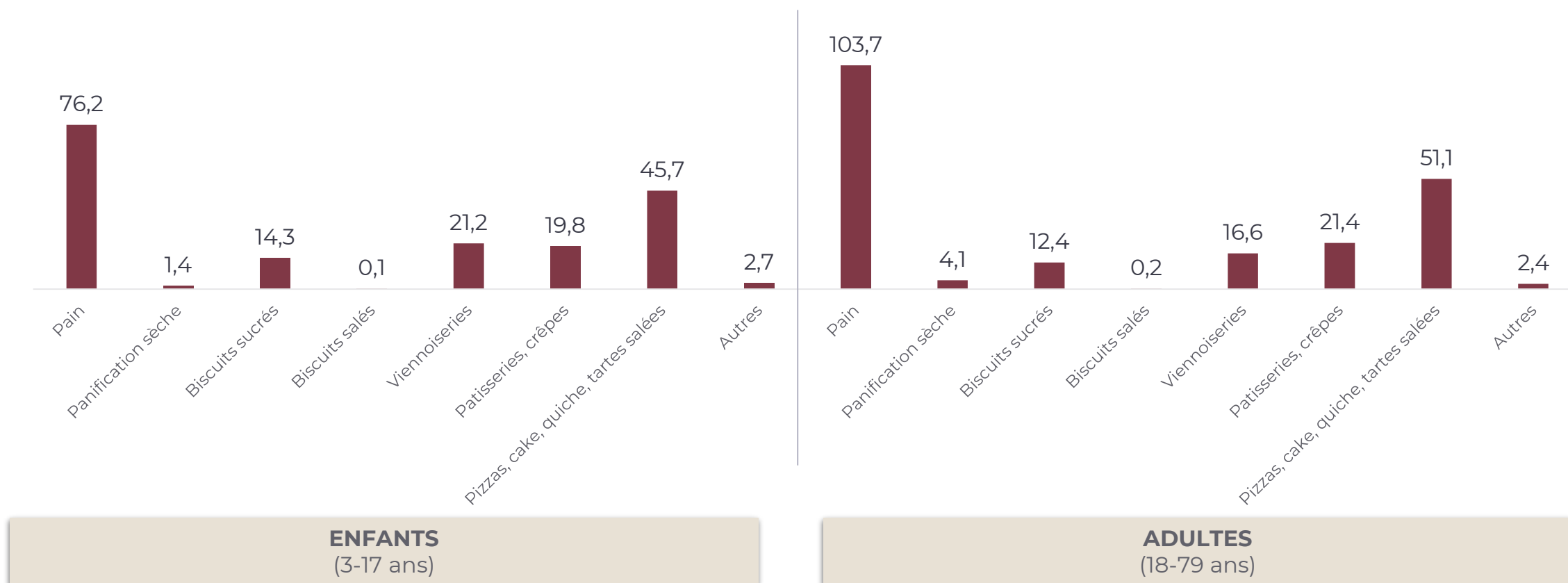
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Au sein du blé tendre, le pain est la catégorie consommée en plus grande quantité (76,2 g/j chez les enfants et 103,7 g/j chez les adultes), suivie des pizzas/quiches (45,7 g/j chez les enfants et 51,1 g/j chez les adultes)

Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé tendre consommées par jour (g/j) – Total population

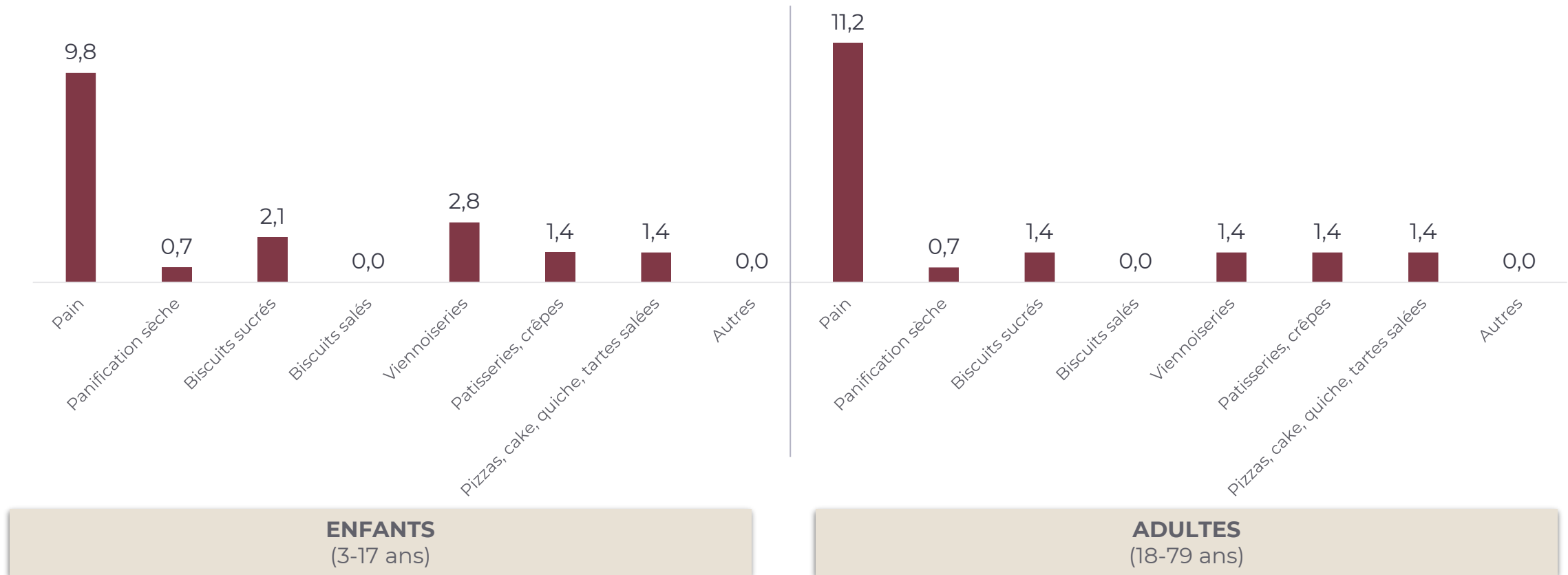
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Le pain est la catégorie de blé tendre la plus fréquemment consommée avec près de 10 actes par semaine chez les enfants et plus de 11 actes chez les adultes

Nombre d'actes de consommation moyens de produits céréaliers à base de blé tendre par semaine* – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)

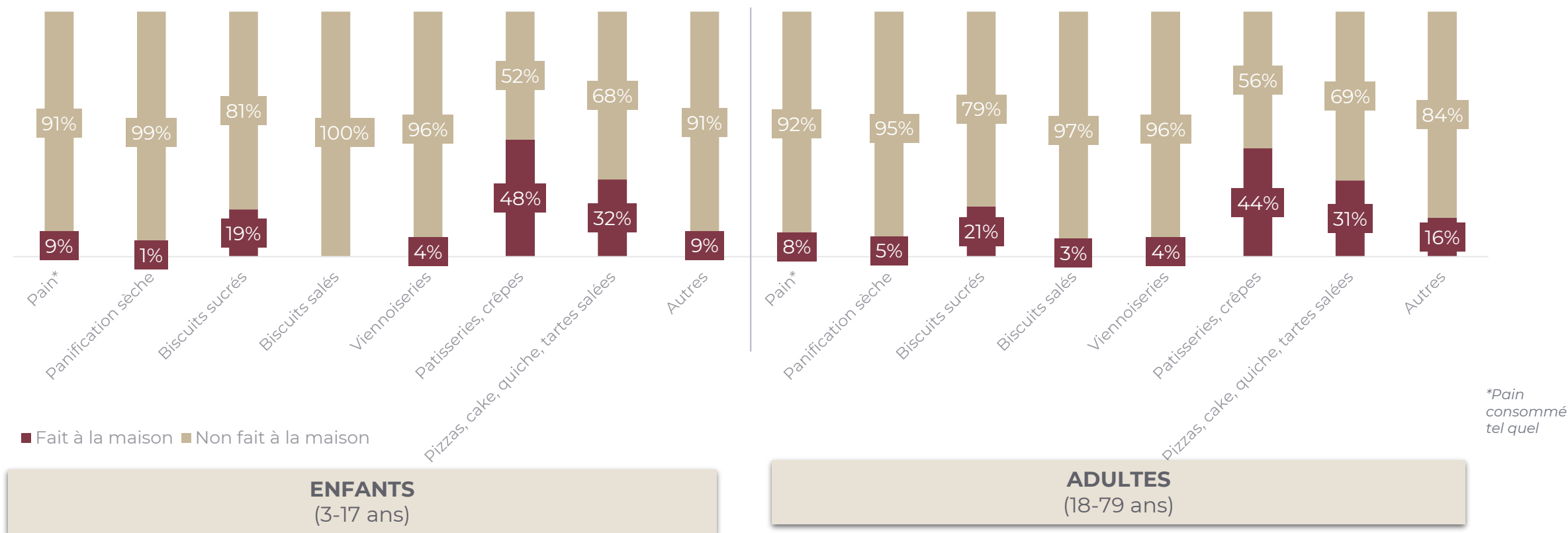


* Extrapolation des données journalières

Au sein des aliments à base de blé tendre, les pâtisseries/crêpes sont la catégorie dont le fait à la maison concerne la plus grosse part des quantités consommées, suivie des pizzas/cake/quiches/tartes

Part du fait à la maison dans les quantités moyennes consommées (%g/j) – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)

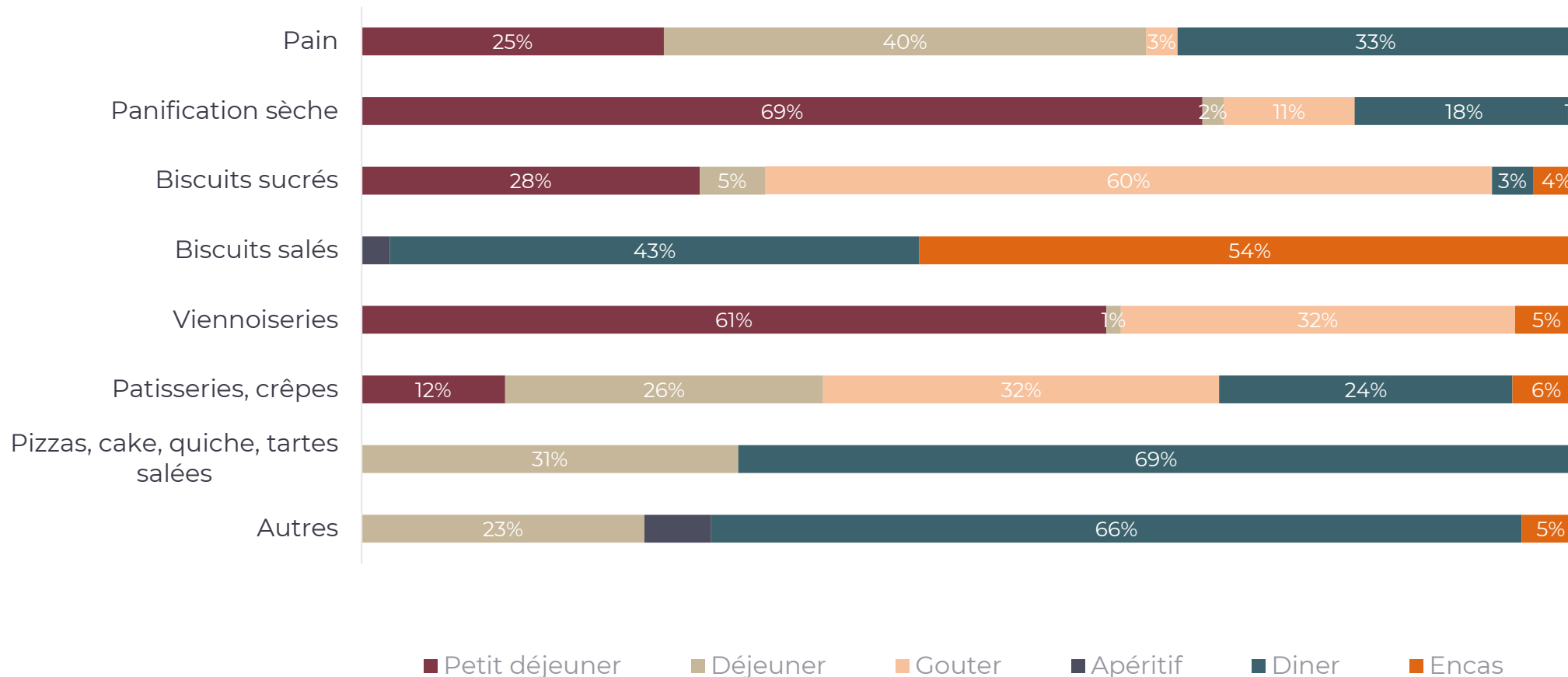


Chez les enfants, la consommation de pain se concentre sur les trois repas principaux, tandis que les biscuits sucrés, les viennoiseries ou encore les pâtisseries sont davantage consommés lors du gouter



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Enfants

Base : 1008 enfants

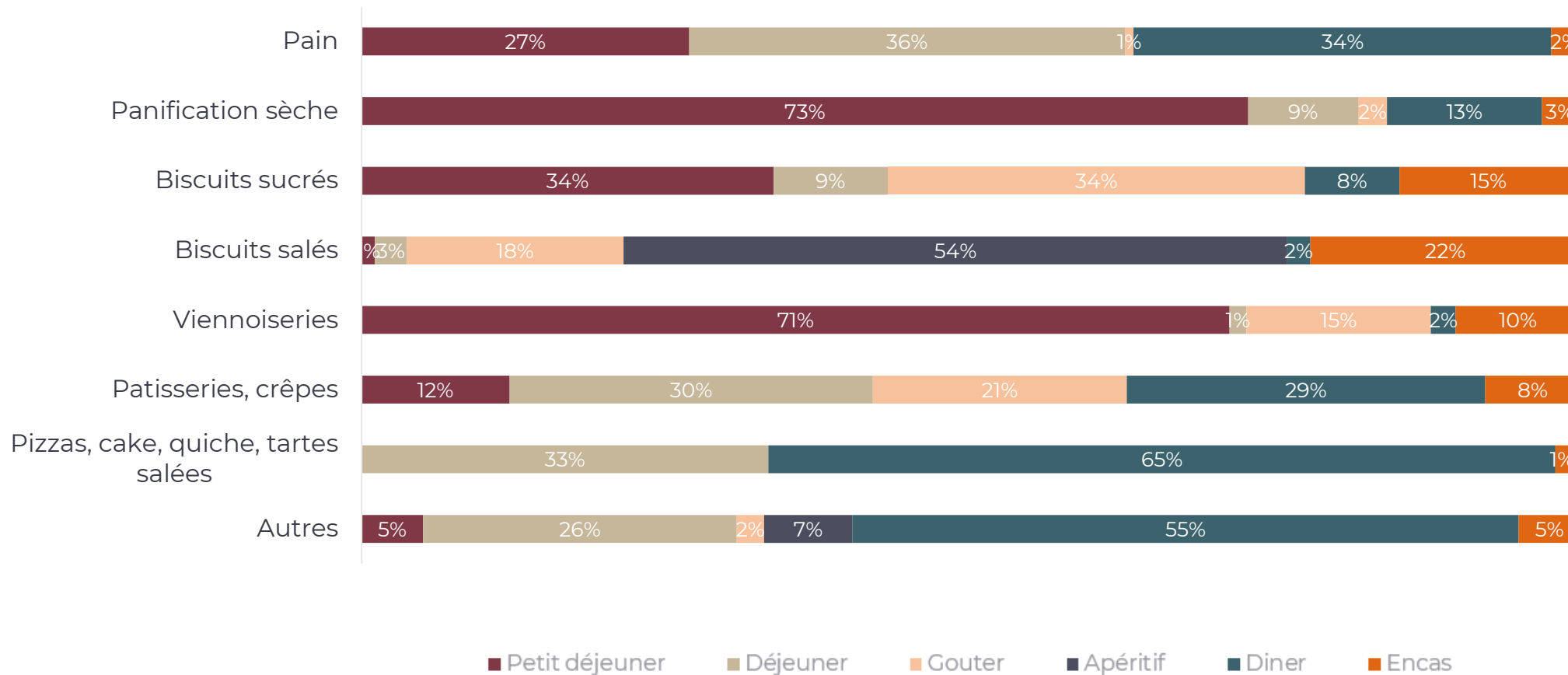


Chez les adultes également la consommation de pain se concentre sur les trois repas principaux



Quantités moyennes consommées par moment de consommation (%g/jour) – Adultes

Base : 1008 Enfants



Focus sur le pain

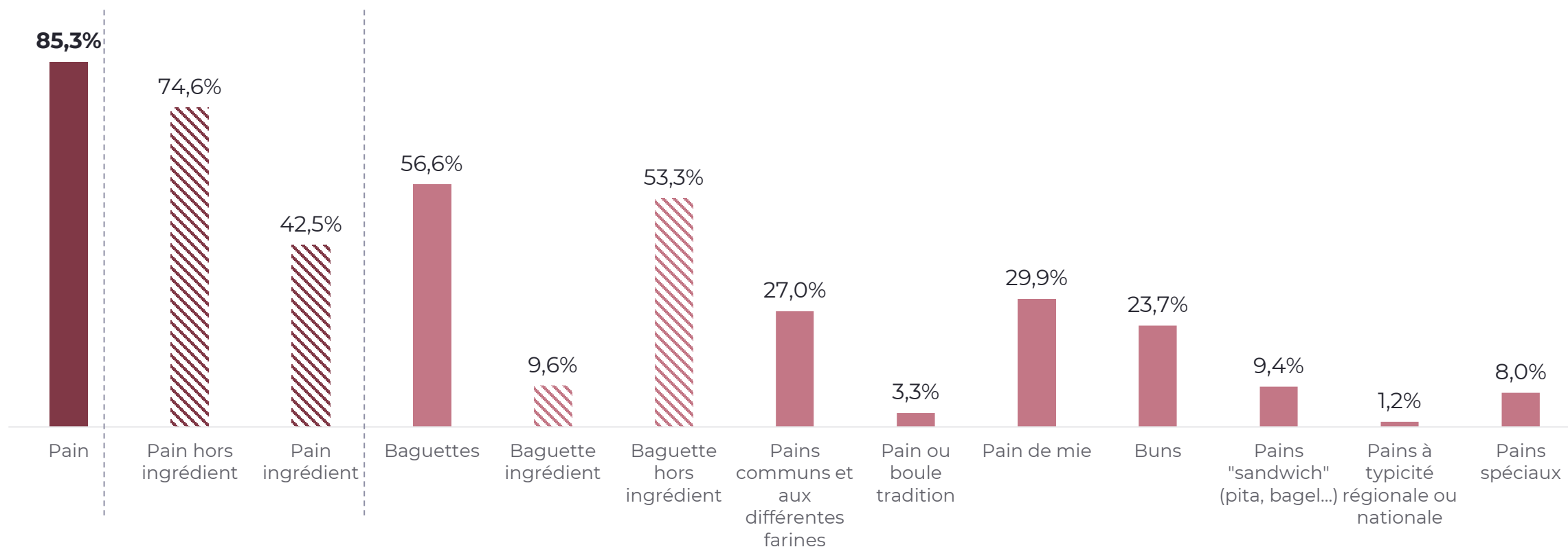
Chez les enfants, le pain est consommé tel quel par 75% des individus, et à travers un sandwich par 43% des individus.

La baguette est le type le pain le plus consommé (57% des enfants).



Taux de consommateurs de pain (%) (sur 3 jours) – Enfants

Base : 1008 Enfants

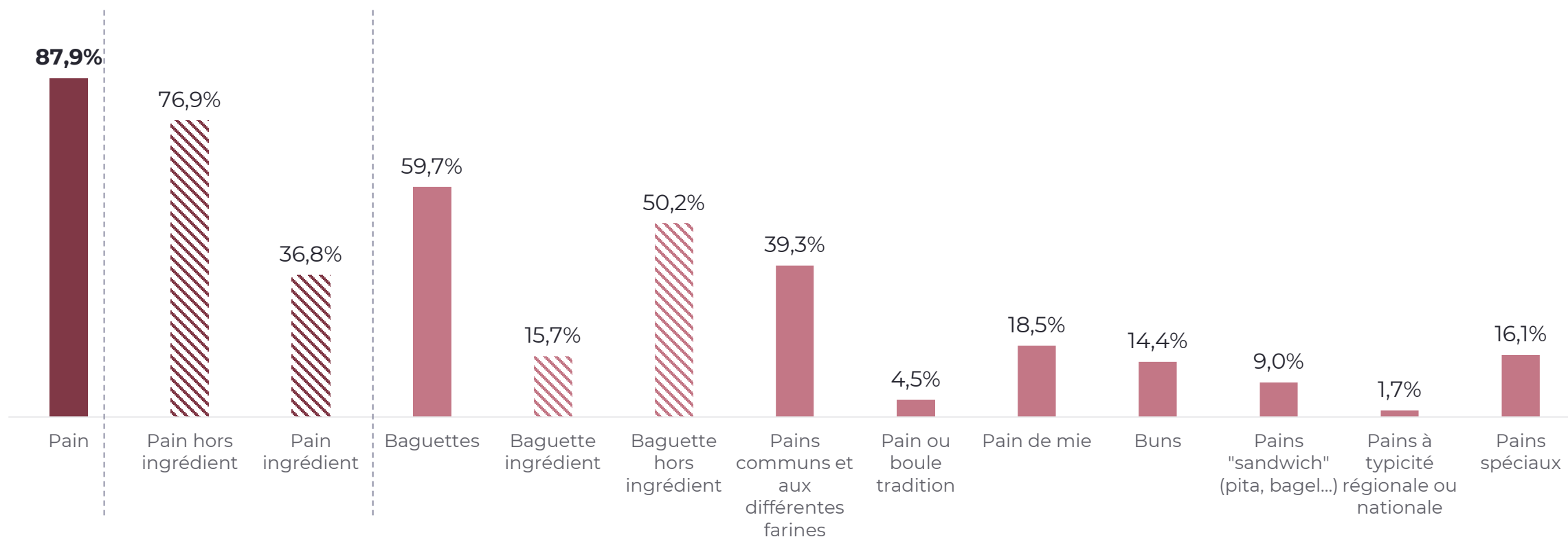


**Chez les adultes, le pain est consommé tel quel par 77% des individus, et à travers un sandwich par 37% des individus.
La baguette est le type le pain le plus consommé (60% des adultes).**



Taux de consommateurs de pain (%) (sur 3 jours) – Adultes

Base : 2193 Adultes

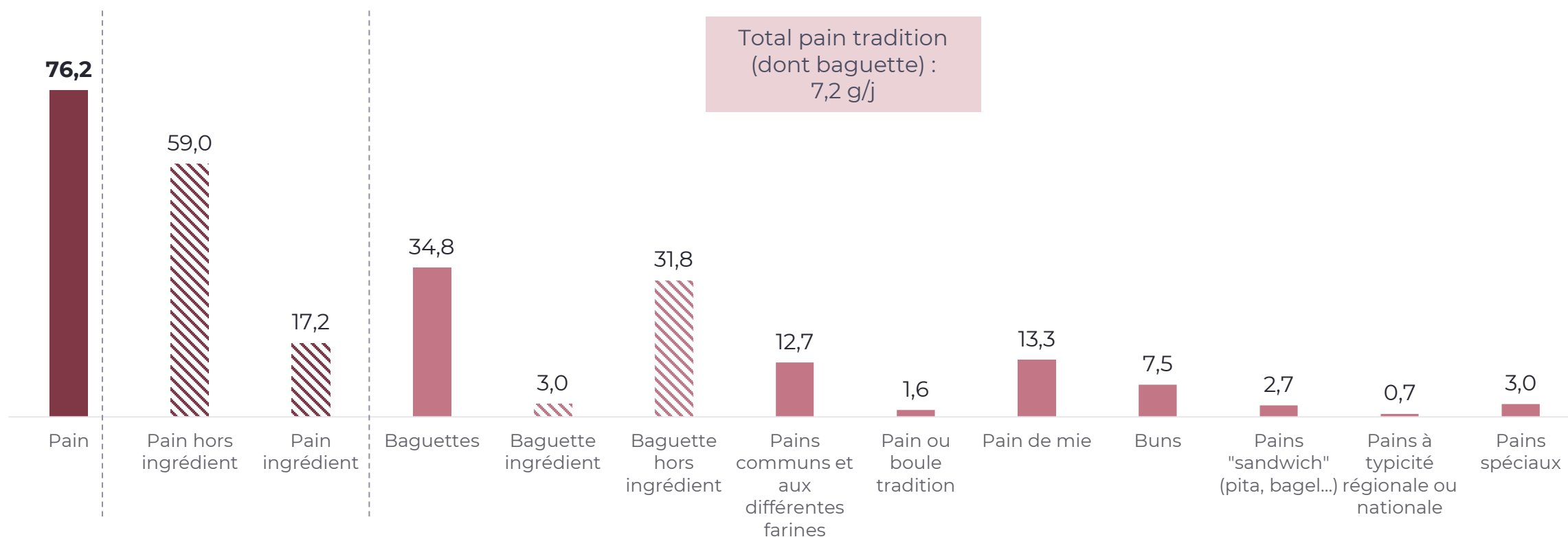


Chez les enfants, près de 80% des quantités de pain consommées proviennent de pain tel quel (hors sandwich), la baguette étant le type de pain le plus consommé

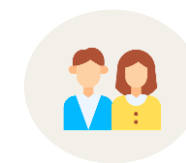


Quantités moyennes pain consommées par jour (g/j) - Enfants

Base : 1008 Enfants

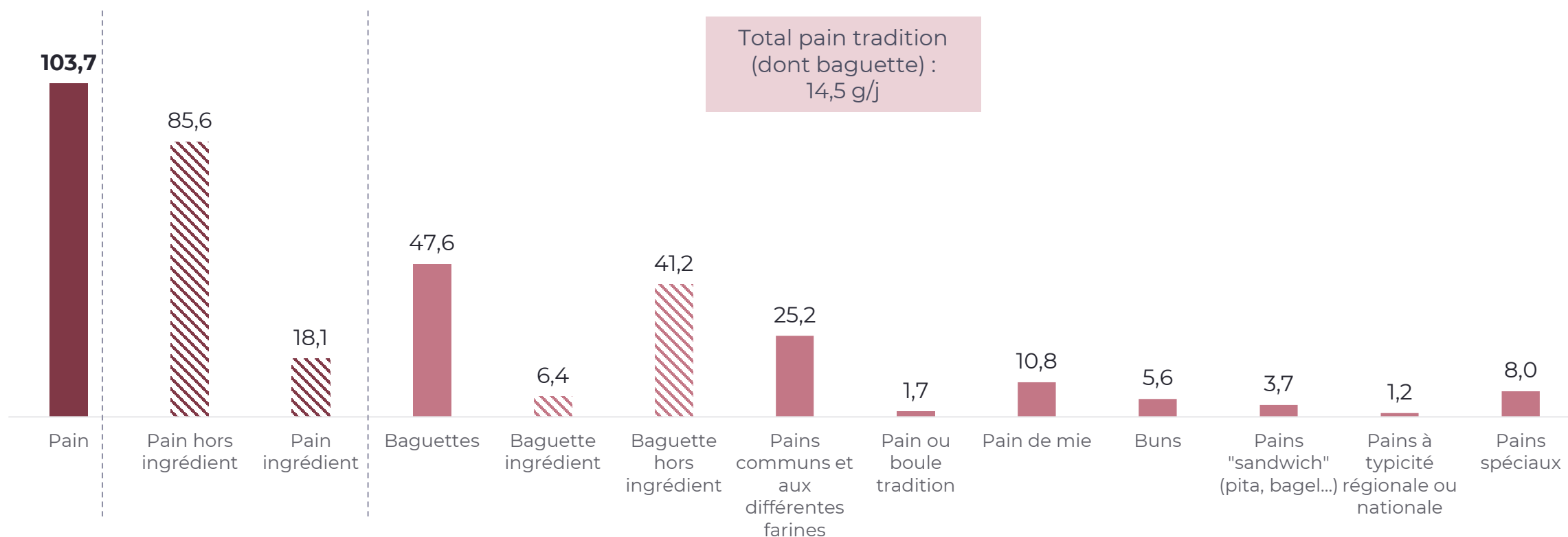


Chez les adultes, le pain est davantage consommé tel quel : 86 g/j.
La baguette est le type le pain consommé en plus grande quantité (48 g/j).



Quantités moyennes pain consommées par jour (g/j) - Adultes

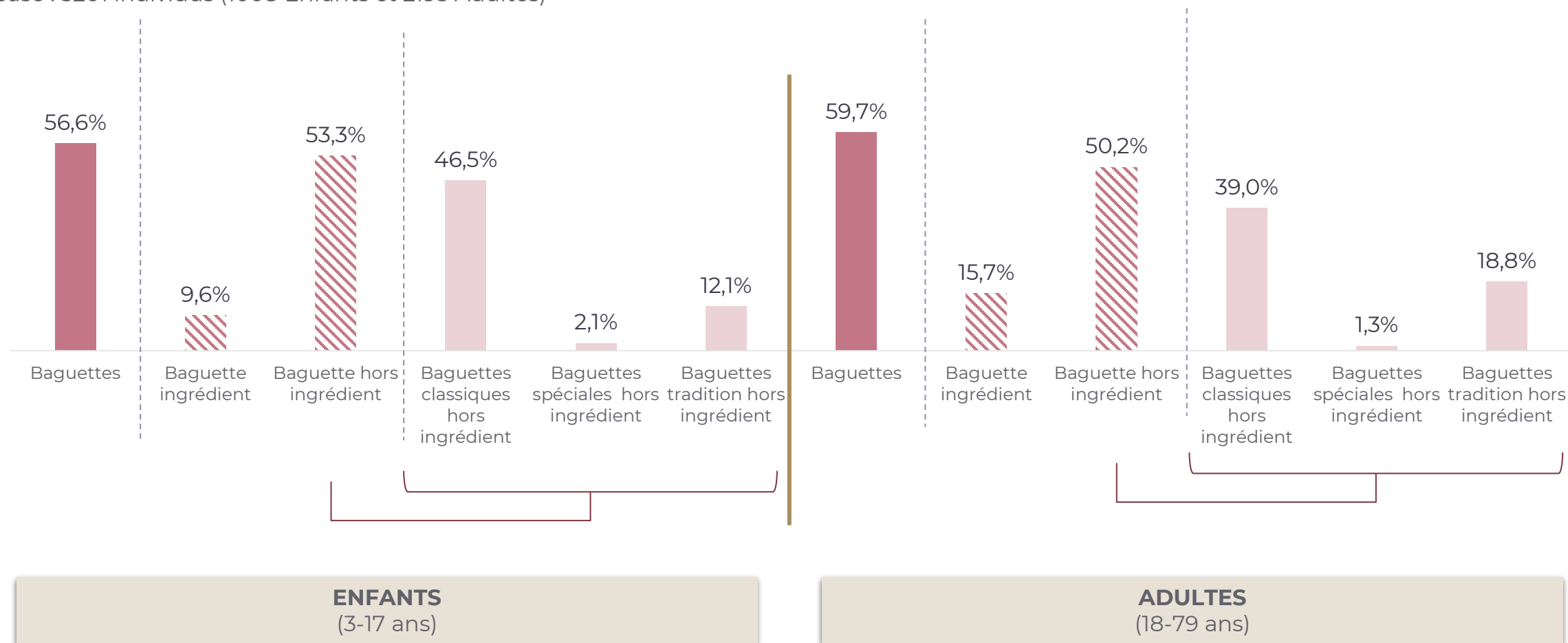
Base : 2193 Adultes



C'est en particulier la baguette classique consommée telle quelle qui est la plus répandue chez les enfants comme chez les adultes (respectivement 46,5% et 39,0% de consommateurs).

Taux de consommateurs de baguettes (%) (sur 3 jours) – Total population

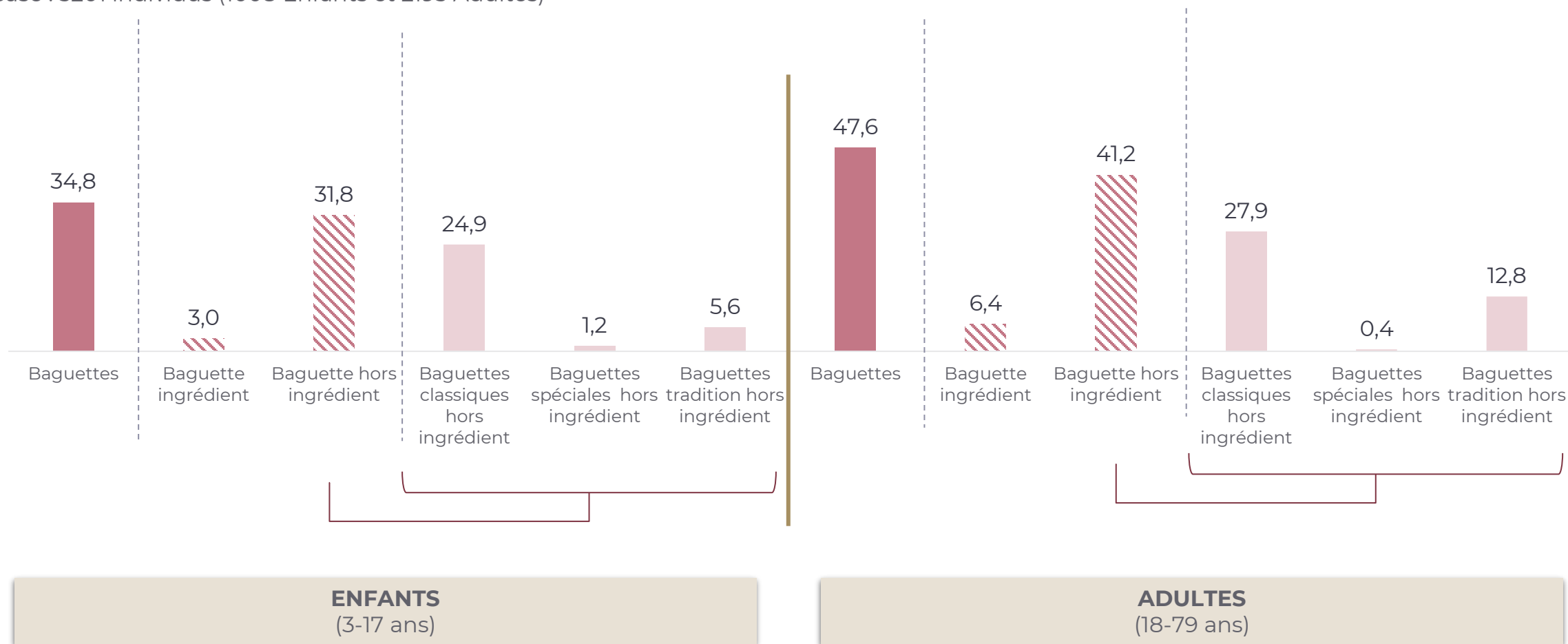
Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



Parmi les baguettes, c'est la baguette classique qui est la plus répandue chez les enfants comme chez les adultes (respectivement 24,9 g/j et 27,9 g/j hors sandwiches)

Quantités moyennes consommées par jour (g/j) – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)





5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre

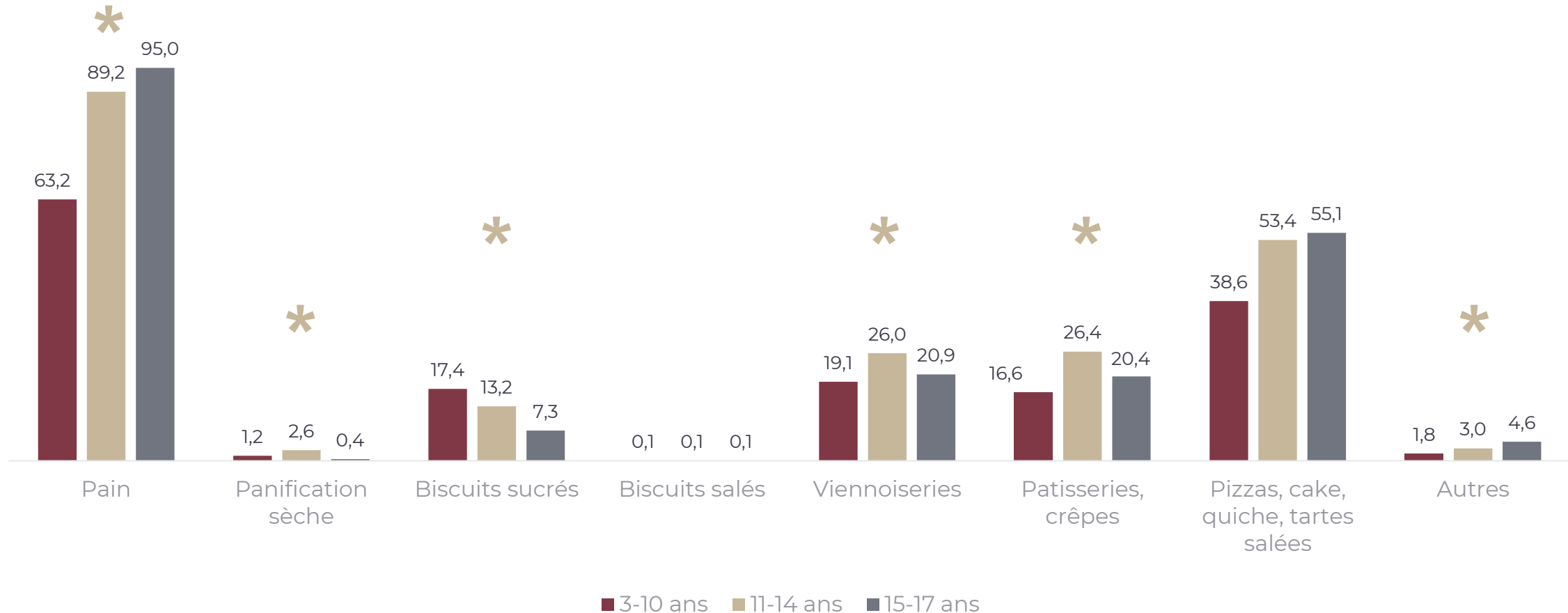
- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Caractéristiques socio-démographiques de la consommation
- ▶ Contribution aux apports nutritionnels

Chez les enfants, les quantités moyennes de pain consommées par les enfants sont croissantes avec l'âge contrairement aux biscuits sucrés.

Les pizzas/cake/quiches sont davantage consommées par les 11-17 ans.

Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé tendre consommées par jour (g/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants



* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Enfants

Base : 1008 enfants (3-17 ans)



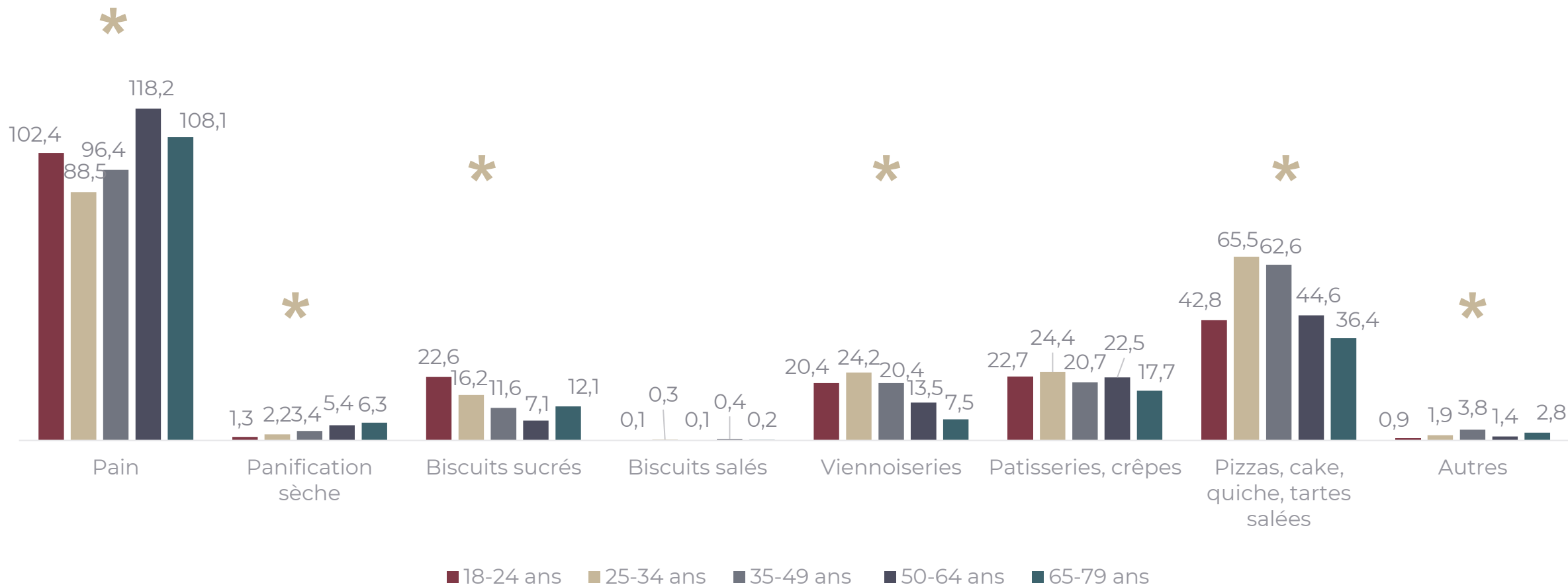
Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Pain (76,2 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 15-17 ans, 11-14 ans Bourgogne-Franche-Comté, Pays de la Loire, Bretagne, Corse, Hauts-de-France, Occitanie, IDF, Centre Val de Loire Commune rurale, agglo. parisienne
Pizzas, cake, quiches, tartes salées (45,7 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 15-17 ans, 11-14 ans Bretagne, Auvergne-Rhône-Alpes, PACA, IDF
Biscuits sucrés (14,3 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 3-10 ans Artisans, Com., Chefs Entr. et Agriculteurs, inactifs, employés, prof. Intermédiaires Centre-Val de Loire, Pays de la Loire, Grand Est, Normandie, Occitanie, Nouvelle-Aquitaine, IDF
Viennoiseries (21,2 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 11-14 ans BAC, CAP/BEP Hauts-de-France, Nouvelle-Aquitaine, PACA, Centre-Val de Loire, IDF, Occitanie, Bretagne, Normandie
Pâtisseries, crêpes (19,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 11-14 ans, 15-17 ans Sans diplôme, BAC+2, BAC+3 et plus CAP/BEP Employés, prof. Intermédiaires, Cadres et Prof. Intel. Sup. Auvergne-Rhône-Alpes, Centre-Val de Loire, Pays de la Loire, Hauts-de-France, Occitanie, Grand Est Commune rurale, agglo. >100 000 hab, commune <20 000 hab

Chez les adultes, les quantités de pizzas/cake/quiches, de biscuits sucrés et de viennoiseries consommées diminuent avec l'âge, tandis que le pain suit plutôt la dynamique inverse



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé tendre consommées par jour (g/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes



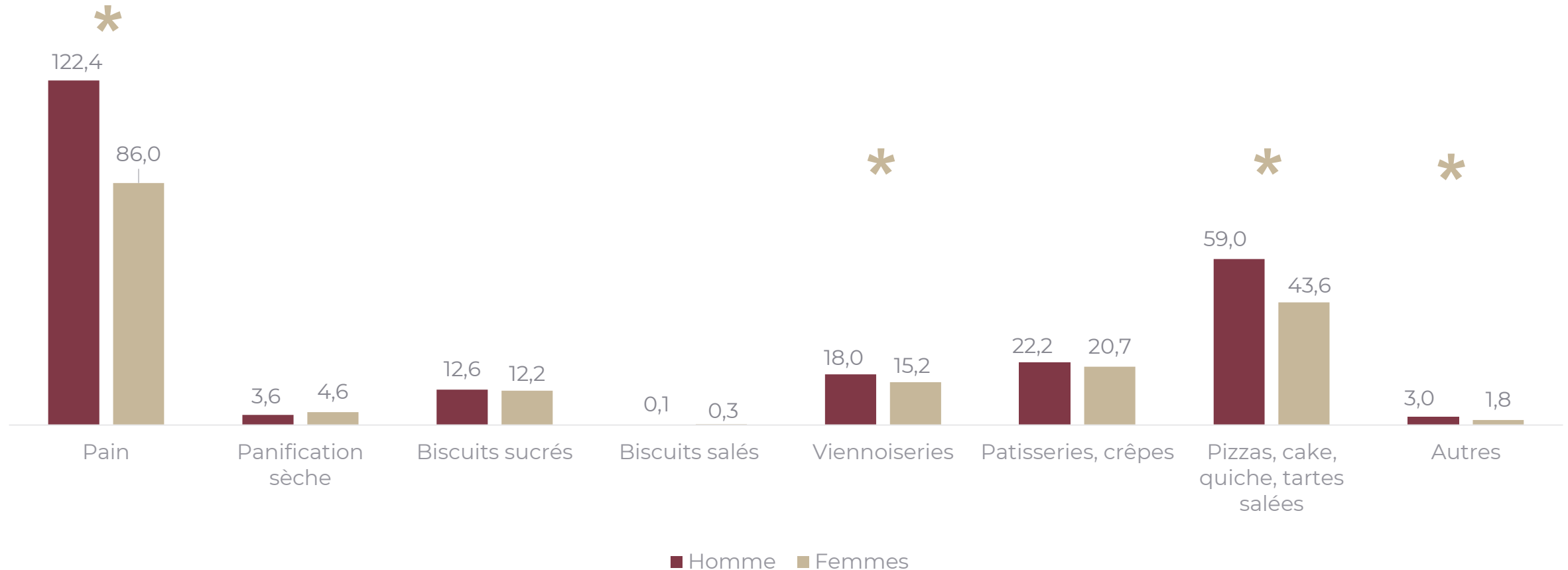
* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Les hommes consomment de plus grandes quantités de pain, viennoiseries et pizzas/cakes chaque jour



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé tendre consommées par jour (g/j) – Adultes

Base : 2193 Adultes



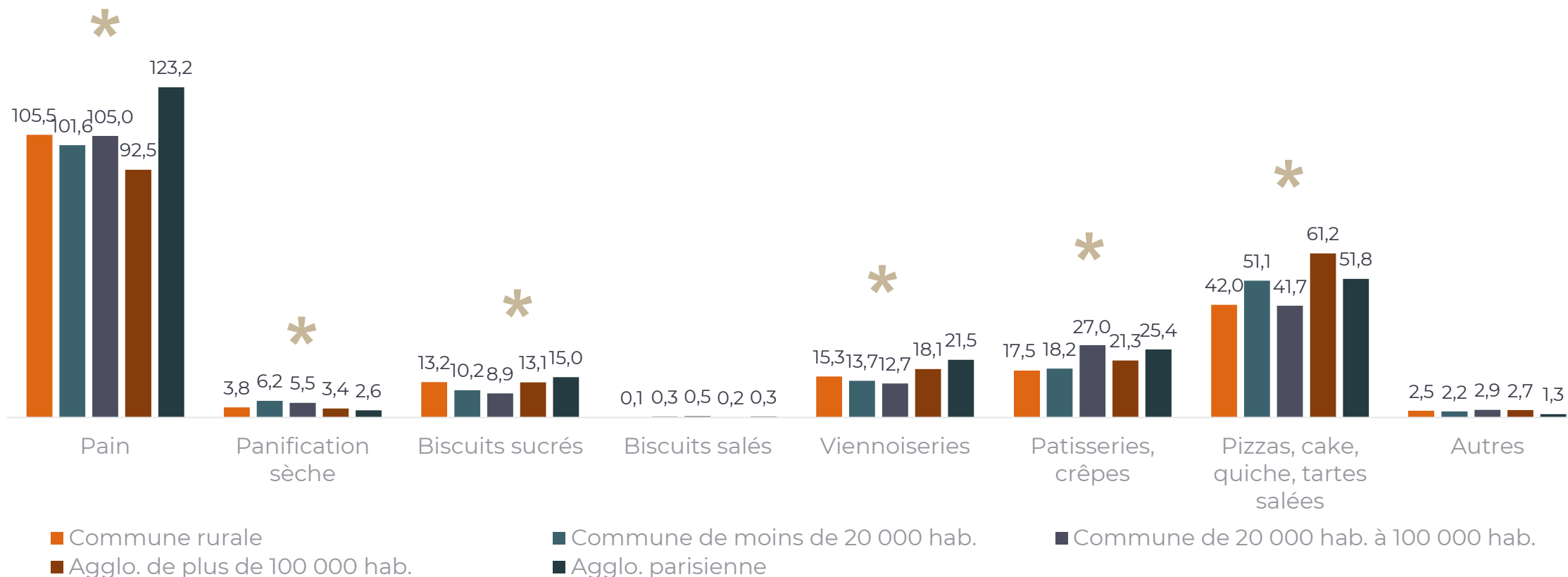
* Effet genre : écarts significatifs au seuil 5%

**Les adultes résidant en agglomération parisienne sont les plus forts consommateurs de pain.
Les plus forts consommateurs de pizzas/cake/quiche/tarte salées sont ceux résidant en agglo de plus de 100 000 ab.**



Quantités moyennes de produits céréaliers à base de blé tendre consommées par jour (g/j) – Adultes

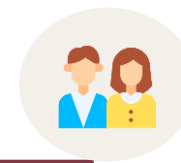
Base : 2193 Adultes



* Effet âge : écarts significatifs au seuil 5%

Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Adultes

Base : 2193 adultes (18-79 ans)



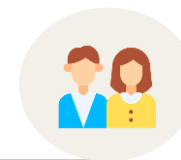
Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Pain (103,7 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 50-64 ans, 65-79 ans • Agglo. Parisienne, commune rurale, commune de 20 000 à 100 000 hab • Normandie, IDF, Pays de la Loire, Hauts-de-France, Corse
Pizzas, cake, quiches, tartes salées (51,1 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 25-34 ans, 35-49 ans • Artisans, Com., Chefs Entr. et Agriculteurs, employés, ouvriers • Centre-Val de Loire, Grand Est, Hauts-de-France, PACA, Occitanie, IDF, Bourgogne-Franche-Comté • Agglo >100 000 hab, agglo parisienne
Biscuits sucrés (12,4 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 18-24 ans, 25-34 ans • Sans diplôme, BAC, BAC+3 et plus • Normandie, Occitanie, IDF, Nouvelle-Aquitaine, Grand Est • Agglo parisienne, commune rurale, agglo >100 000 hab
Viennoiseries (16,6 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 25-34 ans, 35-49 ans, 18-24 ans • Sans diplôme, BAC+2, BAC • Employés, Artisans, Com., Chefs Entr. et Agriculteurs • Auvergne-Rhône-Alpes, IDF, Grand Est, Corse, Pays de la Loire • Agglo parisienne, agglo >100 000 hab
Pâtisseries, crêpes (21,4 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • BAC+3 et plus • Cadres et Prof. Intel. Sup. • Commune de 20 000 à 100 000 hab, agglo parisienne

Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Enfants

Base : 1008 enfants (3-17 ans)



Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Pain hors ingrédient (consommé tel quel) (59,0 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 11-14 ans, 15-17 ans Cadres et Prof. Intel. Sup., employés, Artisans, Com., Chefs Entr. et Agriculteurs Pays de la Loire, Hauts-de-France, Occitanie, IDF, Bretagne
Pain ingrédient (issu des sandwiches) (17,2 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 15-17 ans, 11-14 ans CAP/BEP, sans diplôme, BAC Ouvriers, prof. Intermédiaires, Artisans, Com., Chefs Entr. et Agriculteurs, Grand Est, Corse, Centre-Val de Loire, Bretagne, IDF, Auvergne-Rhône-Alpes Commune rurale, agglo parisienne
Baguettes (34,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> 15-17 ans, 11-14 ans Employés, ouvriers Bourgogne-Franche Comté, Corse, Pays de la Loire, Bretagne, Centre-Val de Loire, Occitanie, Hauts-de-France, IDF Commune rurale, commune de 20 000 hab à 100 000 hab
Pain de mie (13,3 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> Bourgogne-Franche Comté, IDF, Bretagne, Normandie, Occitanie Agglo parisienne, commune rurale
Pains communs et aux différentes farines (12,7 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> Cadres et Prof. Intel. Sup., Artisans, Com., Chefs Entr. et Agriculteurs Pays de la Loire, Hauts-de-France, Auvergne-Rhône-Alpes, Bourgogne-Franche Comté, Occitanie Agglo >100 000 hab



Quantités consommées (g/j) selon les caractéristiques socio-démographiques – Adultes

Base : 2193 adultes (18-79 ans)

Catégorie	Caractéristiques socio-démographiques présentant une surconsommation
Pain hors ingrédient (consommé tel quel) (85,6 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 65-79 ans, 50-64 ans • CAP/BEP, BAC • Ouvriers, Cadres et Prof. Intel. Sup., inactifs, prof. Intermédiaires • Corse, Normandie, Pays de la Loire, IDF, Hauts-de-France, Centre-Val de Loire, Nouvelle-aquitaine • Commune rurale, commune de 20 000 à 100 000 hab, commune <20 000 hab
Pain ingrédient (issu des sandwichs) (18,1 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 18-24 ans, 24-34 ans, 35-49 ans • Sans diplôme, BAC, BAC+2 • Employés, inactifs • Normandie, IDF, Grand Est, Hauts-de-France, Pays de la Loire • Agglo >100 000 hab
Baguettes (47,6 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 50-64 ans • Sans diplôme, CAP/BEP • Ouvriers, employés • Corse, IDF, Pays de la Loire, Bourgogne-Franche Comté, Grand Est, Hauts de France • Agglo parisienne, commune <20 000 hab
Pain de mie (10,8 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • 35-49 ans • BAC, BAC+3 et plus • Normandie, Bretagne, Grand Est, Auvergne-Rhône-Alpes, Pays de la Loire • Commune de 20 000 à 100 000 hab, commune rurale
Pains communs et aux différentes farines (25,2 g/j)	<ul style="list-style-type: none"> • Homme • 65-79 ans, 50-64 ans • CAP/BEP • Ouvriers, Cadres et Prof. Intel. Sup., Artisans, Com., Chefs Entr. et Agriculteurs, inactifs • Normandie, Centre-Val de Loire, Pays de la Loire, Hauts-de-France, PACA, IDF, Nouvelle-Aquitaine, Corse • Commune rurale, commune de 20 000 à 100 000 hab, agglo parisienne



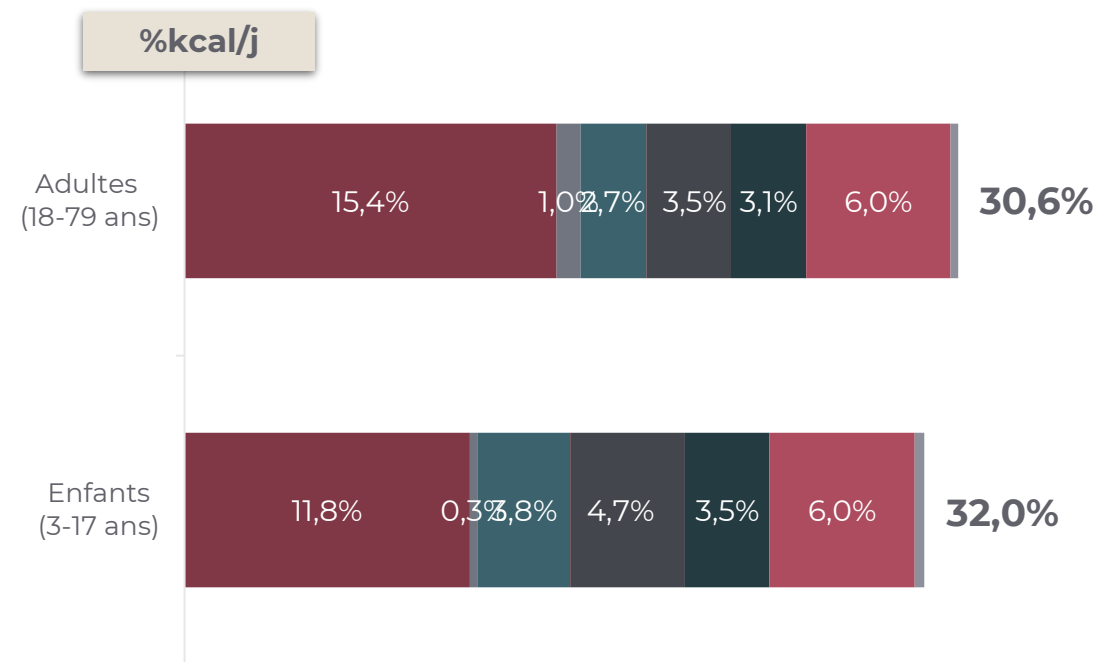
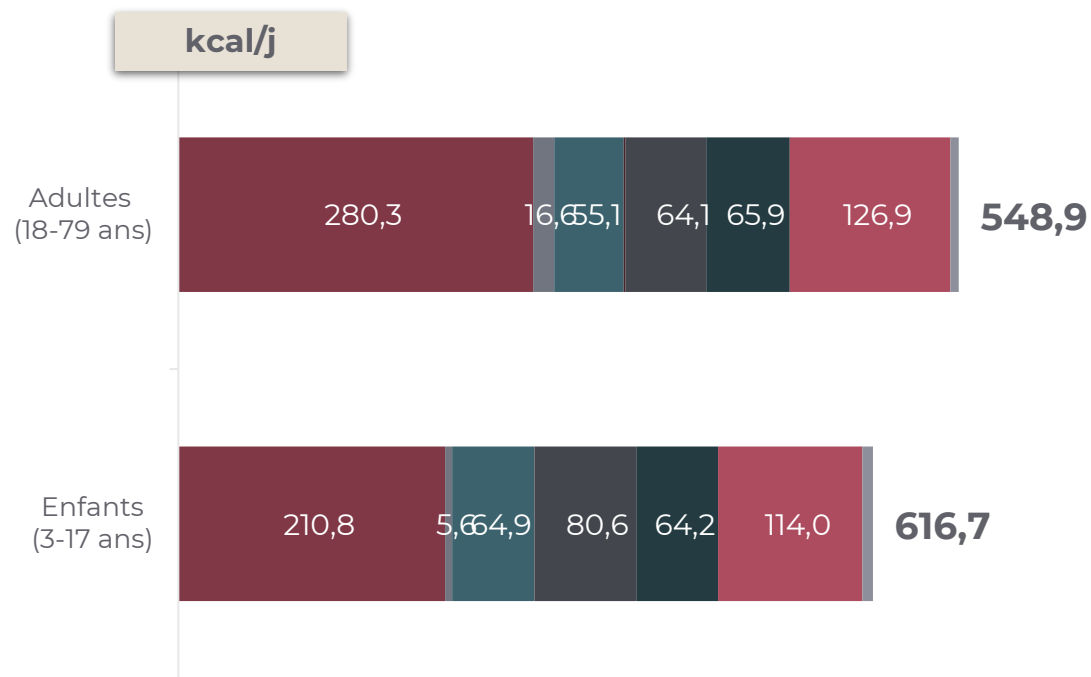
5 | Focus sur les aliments à base de blé tendre

- ▶ Panorama de la consommation
- ▶ Caractéristiques socio-démographiques de la consommation
- ▶ Contribution aux apports nutritionnels

Le pain fournit la moitié de l'énergie apportée par les aliments à base de blé tendre, suivi des pizzas/cake/quiches/tartes

Contribution aux apports en énergie (kcal/j et %kcal/j) – Total population

Base : 3201 individus (1008 Enfants et 2193 Adultes)



- Pain
- Biscuits sucrés
- Pâtisseries, crêpes
- Autres
- Panification sèche
- Biscuits salés
- Pizzas, cake, quiche, tartes salées

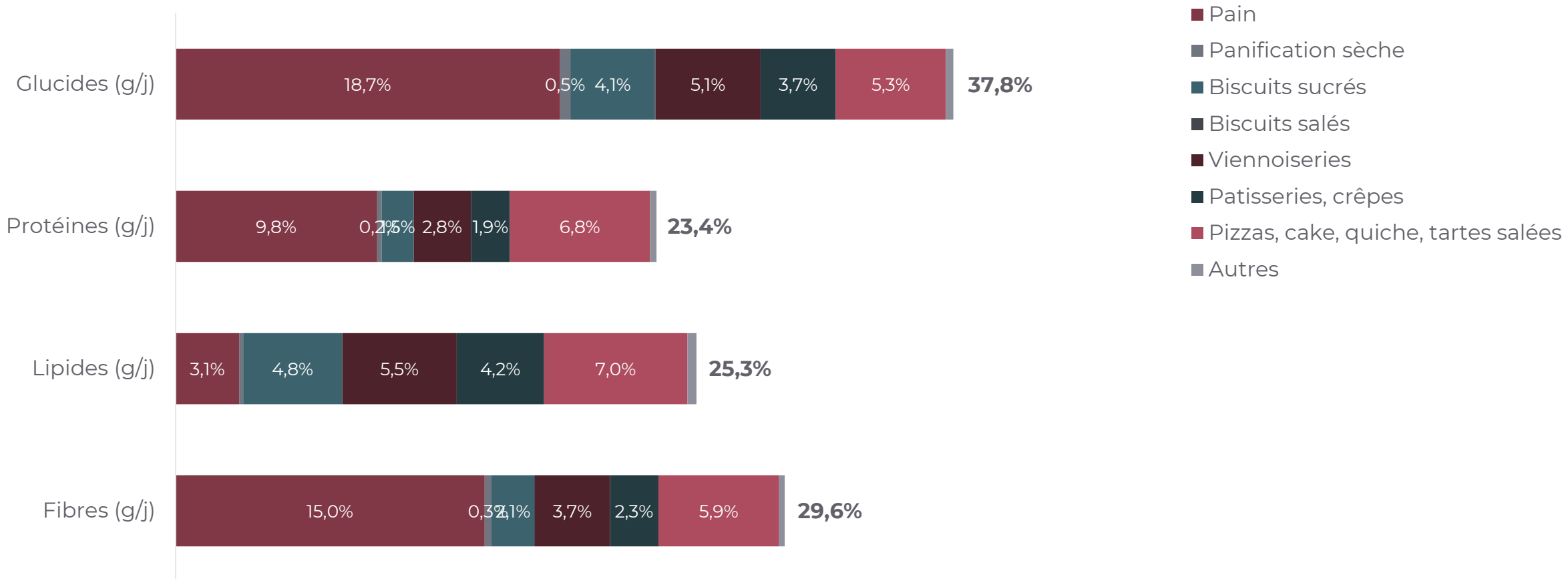
Le pain est par ailleurs le premier vecteur de glucides, de protéines et de fibres parmi les aliments à base de blé tendre chez les enfants.

Les pizzas/cakes/quiches sont la première source de lipides.



Contribution aux apports en macronutriments (%unité/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants

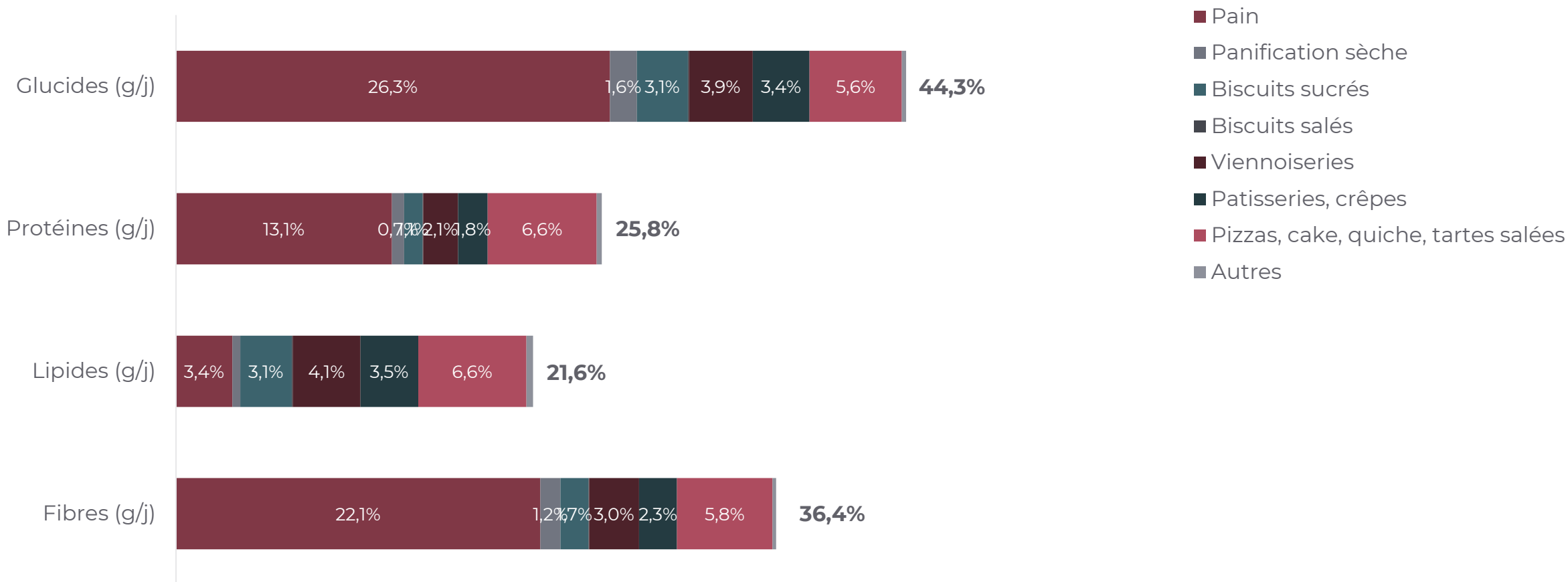


Chez les adultes également, le pain est le premier vecteur de glucides, de protéines et de fibres. Les pizzas/cakes/quiches sont la première source de lipides.



Contribution aux apports en macronutriments (%unité/j) – Adultes

Base : 2193 adultes

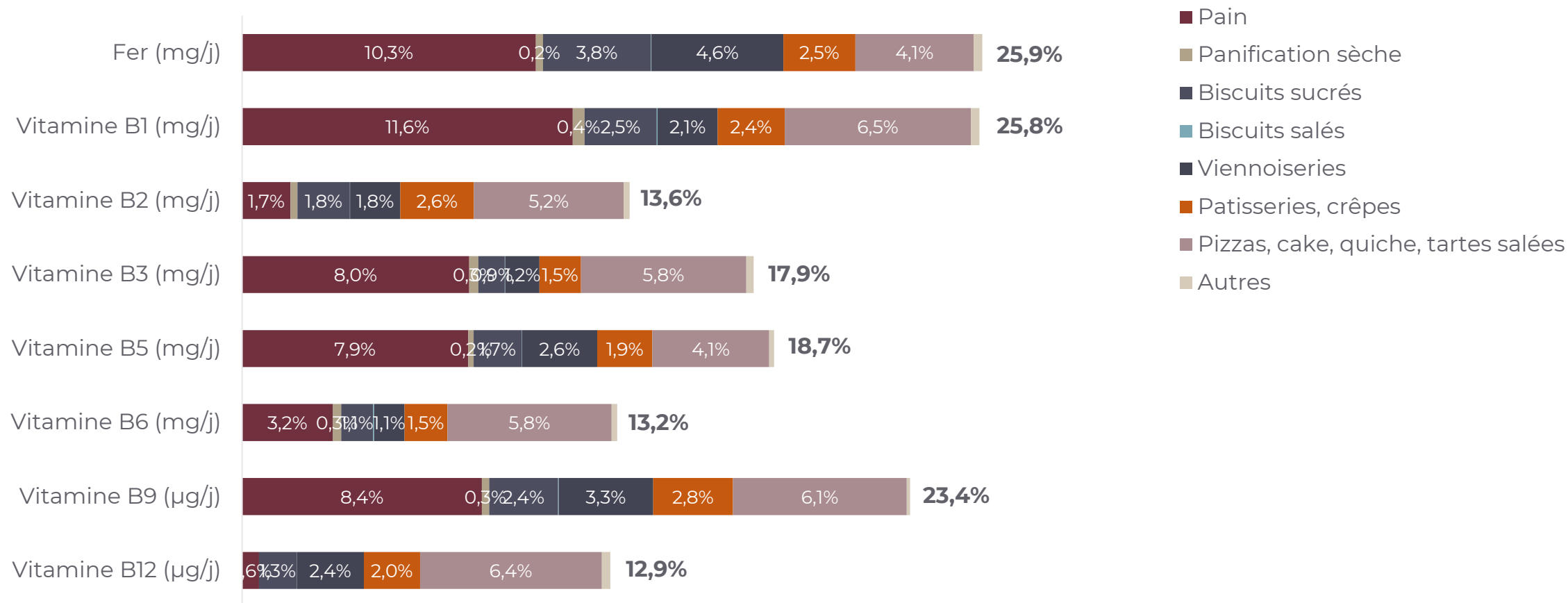


Le pain fournit plus de 10% des apports en fer et en vitamine B1 chez les enfants, il est également un fort contributeur aux apports en vitamine B1, B3, B5 et B9



Contribution aux apports en micronutriments (%unité/j) – Enfants

Base : 1008 Enfants

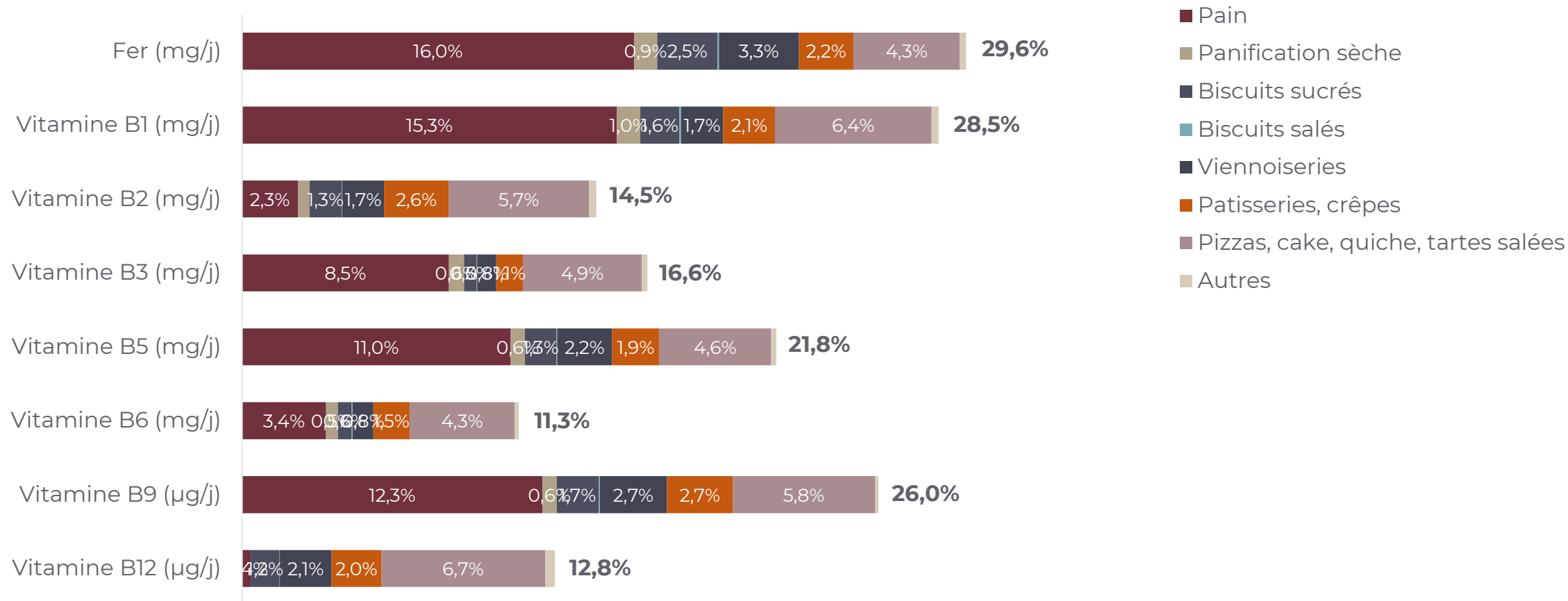


Chez les adultes, le pain fournit plus de 15% des apports en fer et plus de 10% des apports en vitamines B1, B5 et B9



Contribution aux apports en micronutriments (%unité/j) – Adultes

Base : 2193 adultes





LA DATA À VALEUR AJOUTÉE



c-ways

www.c-ways.com