



# Portrait des pains tranchés disponibles au Québec 2016-2017



La mission de l'Observatoire est de suivre l'évolution de l'offre alimentaire pour améliorer sa qualité et son accessibilité. Les études sectorielles permettent de situer la qualité nutritionnelle des aliments achetés au Québec et de les suivre dans le temps.

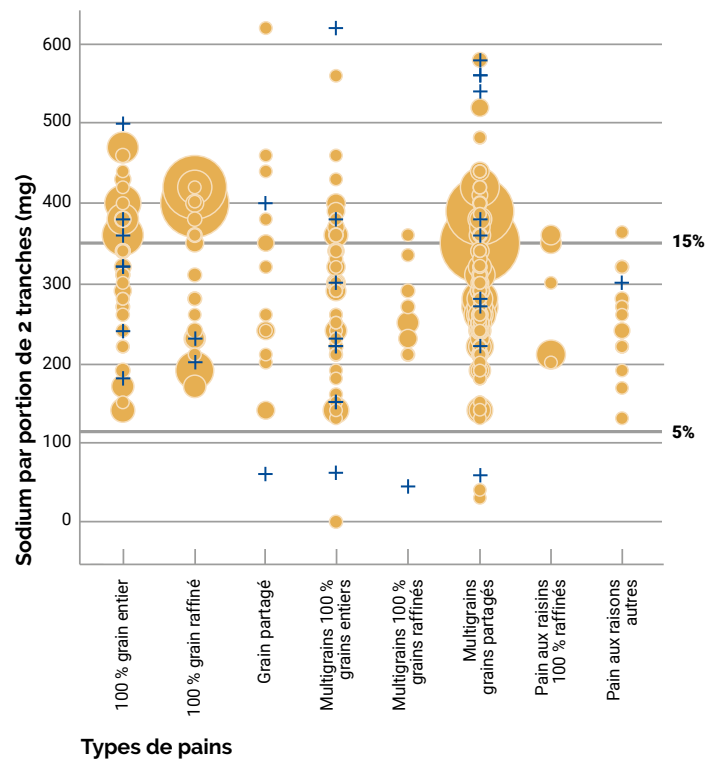
## 1 Les résultats sur les 294 pains tranchés répertoriés montrent que :

En termes d'offre, plus du quart (27 %) des pains offerts se situent au-delà du seuil de 15 % de la valeur quotidienne<sup>1</sup> pour le sodium (350 mg).

Toutefois, ces pains offerts représentent 47 % des ventes de pains tranchés<sup>2</sup>. Ce sont particulièrement les pains 100 % grain entier<sup>3</sup> (77 %) et 100 % grain raffiné<sup>4</sup> (79 %) qui dépassent le plus souvent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne pour le sodium.



**27 % de l'offre de pains tranchés contient plus de 350 mg de sodium/portion**



**Légende des figures :** Chaque point représente un produit analysé, selon sa classification (horizontal). Plus le cercle est gros, plus le volume de ventes est élevé. Plus les points sont hauts, plus la teneur en ce nutriment est élevée (vertical). Les croix (+) représentent les produits pour lesquels les données de ventes n'étaient pas disponibles.

<sup>1</sup> Seuil de la valeur quotidienne : selon les recommandations de Santé Canada, représente une quantité élevée d'un nutriment pour une quantité de référence (2 tranches).  
<sup>2</sup> Les pains vendus sont les pains présents dans l'échantillon pour lesquels les données de ventes étaient disponibles (n=254/294).  
<sup>3</sup> 100 % grain entier : pains constitués d'un seul grain et faits à 100 % de grains entiers (p. ex., pain de farine de blé entier) (voir verso).  
<sup>4</sup> 100 % grain raffiné : pains constitués d'un seul grain et faits à 100 % de grains raffinés (p. ex., pain de farine de blé enrichie (blanche)) (voir verso).

## 2 Classification des pains selon le type de grain, en ordre décroissant de variété :

**Multigrains partagés (45,6 %) :**  
Pains constitués de 2 types de grains ou plus et faits en partie de grains entiers et en partie de grains raffinés (p. ex., pain de farines de sarrasin et de blé enrichie).

**Multigrains 100 % grains entiers (18,4 %) :**  
Pains constitués de 2 types de grains ou plus et faits à 100 % de grains entiers (p. ex., pain de farines de blé entier et d'épeautre entière).

**100 % grain entier (13,3 %) :**  
Pains constitués d'un seul grain et faits à 100 % de grains entiers (p. ex., pain de farine de blé entier).

**100 % grain raffiné (7,5 %) :**  
Pains constitués d'un seul grain et faits à 100 % de grains raffinés (p. ex., pain de farine de blé enrichie (blanche)).

**Pains aux raisins (ou autres fruits/légumes) autres (5,8 %) :**  
Pains aux fruits et/ou légumes qui ne contiennent pas que des grains raffinés (p. ex., pain aux canneberges avec blé enrichie et entier).

**Grain partagé (4,8 %) :**  
Pains constitués d'un seul type de grain et faits en partie de grains entiers et en partie de grains raffinés (p. ex., pain de farines blé entier et enrichie).

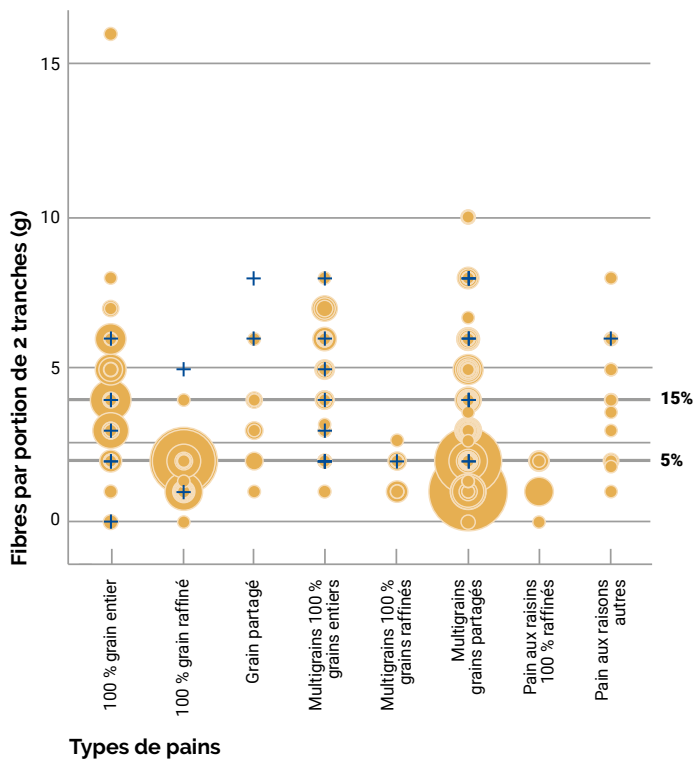
**Multigrains 100 % grains raffinés (3,1 %) :**  
Pains constitués de 2 types de grains ou plus et faits à 100 % de grains raffinés (p. ex., pain de farines de blé et de kamut enrichies).

**Pains aux raisins (ou autres fruits/légumes) 100 % grains raffinés (1,7 %) :**  
Pains aux fruits et/ou légumes constitués à 100 % de grains raffinés (p. ex., pain aux raisins avec blé enrichie).

## 3 Les résultats sur les 294 pains tranchés répertoriés montrent que :

54 % des pains **offerts** atteignent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne (4 g et plus) pour les fibres, dont la majorité sont des pains multigrains 100 % grains entiers (70%). En termes de ventes, c'est 27 % des pains **vendus** qui contiennent assez de fibres (4 g ou plus par portion de 2 tranches).

Ainsi, 73 % des pains **vendus** se situent en-dessous du seuil de 15 % de la valeur quotidienne (moins de 4 g), particulièrement tous les pains 100 % grain raffiné et tous les pains multigrains 100 % grains raffinés..



## 4 Conclusion & pistes d'action

Considérant leur grand volume de ventes, leur teneur élevée en sodium et leur teneur faible en fibres, des stratégies de suivi et d'amélioration devraient viser davantage les pains tranchés **100 % grain raffiné**.

Les données de ce portrait des pains tranchés proviennent de :

**protégezVOUS** ➤ Composition nutritionnelle  
**nielsen** ➤ Achats des consommateurs

Les étapes pour réaliser ce portrait sont :

