



# Portrait des biscuits et galettes disponibles au Québec 2019



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

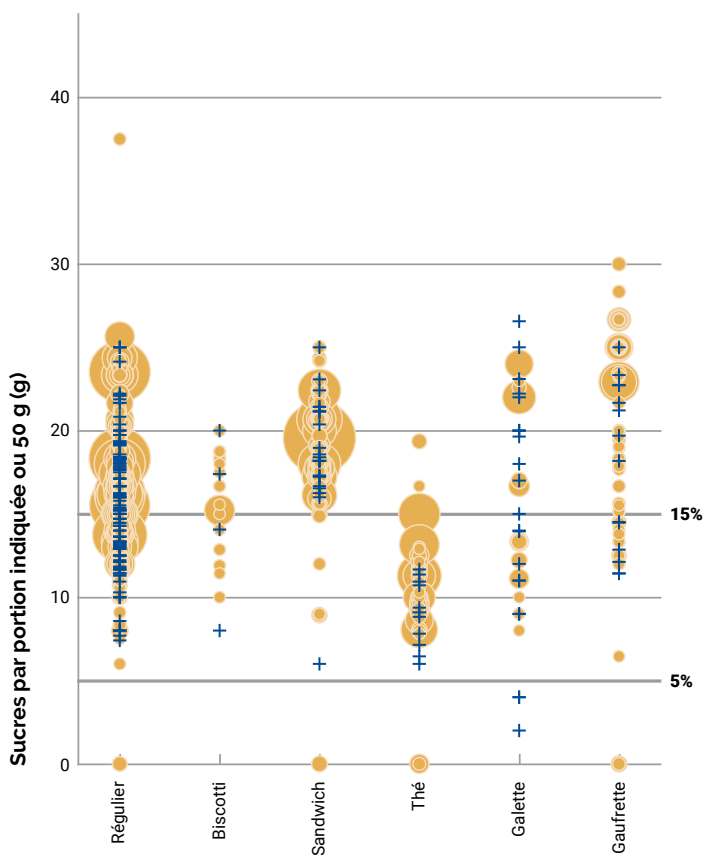
## 1 Les résultats sur les 694 biscuits et galettes (ci-après nommés biscuits) répertoriés montrent que :

Près des deux-tiers (63 %) des biscuits dépassent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne<sup>1</sup> pour les sucres. Ces produits représentent 76 % des ventes. La presque totalité (93 %) des biscuits de type sandwich dépasse ce seuil de 15 %.



**En plus d'avoir des teneurs en sucres plus élevées, les biscuits de type sandwich ont des teneurs en fibres et en protéines inférieures aux autres.**

**13 % des biscuits sont destinés aux enfants. Ceux-ci contiennent moins de sucres, mais plus de sodium que ceux destinés à la population générale.**



**Légende des figures :** Chaque cercle représente un produit analysé, selon sa classification (horizontal). Plus le cercle est gros, plus le volume de ventes est élevé. Plus les cercles 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 Santé Canada, ce seuil représente une quantité élevée d'un nutriment pour une quantité de référence (portion indiquée sur l'emballage ou 50 g).

## 2 Classification des biscuits selon leur type, en ordre décroissant de variété :



**Régulier (56 %) :**  
Biscuit régulier avec ou sans enrobage/garniture (p. ex., biscuit aux brisures de chocolat, biscuit Graham, biscuit à la guimauve).



**Sandwich (15 %) :**  
Biscuit constitué de deux biscuits assemblés avec garniture à l'intérieur.



**Gaufrette (12 %) :**  
Petite gaufre sèche ou feuilletée. Peut aussi être présentée sous forme de bâtonnets ou de crêpes.



**Thé (8 %) :**  
Biscuit au beurre nature (p. ex., thé, sablé, digestif).



**Galette (5 %) :**  
Biscuit tendre de type galette, gâteau ou brownie.



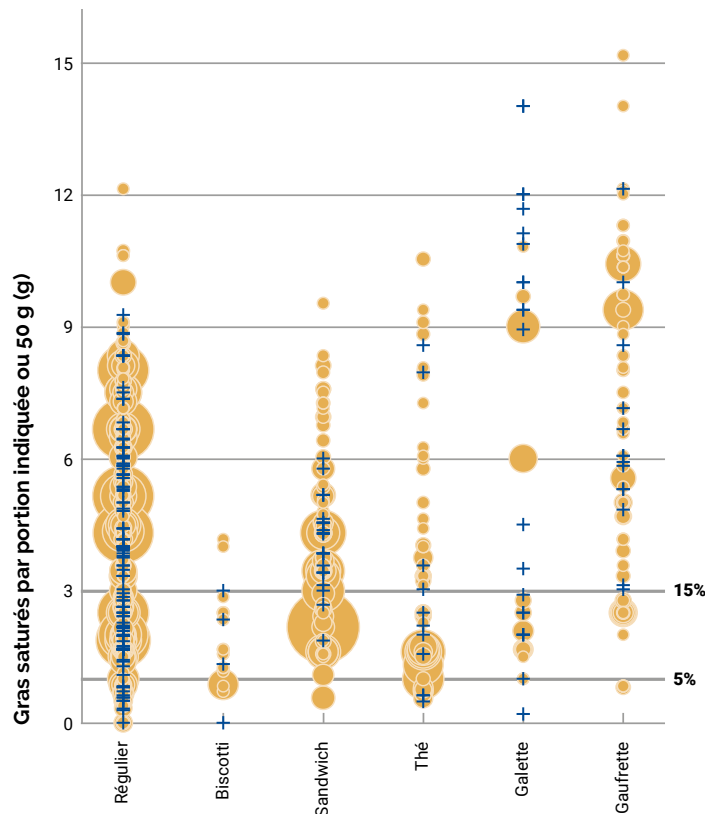
**Biscotti (4 %) :**  
Biscuit cuit deux fois.



**Les biscuits réguliers et les biscuits thé ont des teneurs plus élevées en sodium que les autres biscuits.**

## 3 Les résultats sur les 694 biscuits répertoriés montrent que :

63 % des biscuits offerts dépassent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne **pour les gras saturés**. Les gaufrettes (83 %) et les biscuits de type sandwich (79 %) sont ceux dépassant le plus souvent ce seuil.



## 4 Conclusion & pistes d'action

Considérant leur teneur élevée en sucres et en gras saturés, des stratégies de suivi et d'amélioration de l'offre devraient viser davantage les **biscuits de type sandwich** et les **gaufrettes**. En raison de leurs ventes élevées, leur grande variabilité en gras saturés et leur teneur plus élevée en sodium, les **biscuits réguliers** mériteraient également d'être améliorés.

Les données de ce portrait des biscuits et galettes proviennent :



Composition nutritionnelle

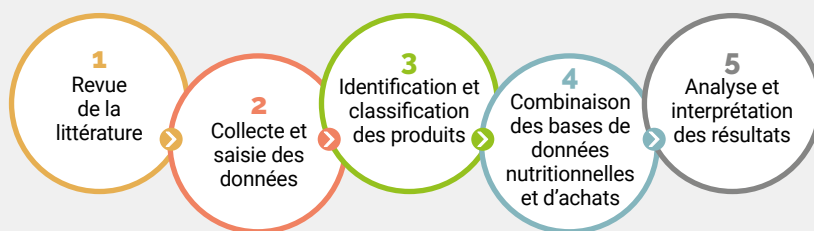


Achats des consommateurs

Couverture du marché

71 % de l'offre  
87 % des ventes

Les étapes pour réaliser ce portrait sont :



Pour en savoir plus : [offrealimentaire.ca](http://offrealimentaire.ca)

