



Suivi des boissons lactières et végétales



disponibles au Québec en 2022 et 2025

L'Observatoire a effectué le suivi de l'offre des boissons lactières¹ et végétales, trois ans après son portrait initial en 2022. Une offre légèrement réduite a été remarquée avec un total de **183 produits** répertoriés, représentant ainsi 81 % du marché (comparativement à 203 produits en 2022, ce qui représentait alors 76 % du marché).

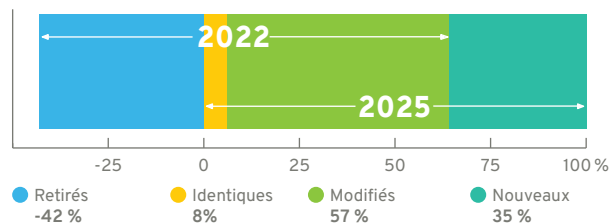
1 Boissons lactières et végétales répertoriées en 2025

La plus grande **diversité**² se trouve toujours au sein des boissons à base de noix (37 % de l'offre). Les boissons lactières demeurent les plus vendues (37 % des ventes), malgré une diminution de 7 pp³ depuis 2022.

Les boissons portant une mention en lien avec l'écoresponsabilité⁴ ont augmenté leurs ventes de 14 pp depuis 2022 (51 % des ventes). Les ventes des boissons non sucrées⁵ ont augmenté de 10 pp depuis 2022 (43 % des ventes).

En ce qui concerne le statut⁶ :

- La majorité des boissons sont modifiées (n=104/183; 57 %) ou nouvelles (n=65/183; 35 %).
- Les boissons à base de noix et les boissons lactières sont celles qui présentent le plus de produits modifiés.



Les **gras saturés** et les **sucres** demeurent relativement élevés pour les **boissons lactières** avec en moyenne 1,9 g de gras saturés et 17,7 g de sucres par portion de 250 mL.



Les **nouvelles** boissons de 2025 contiennent moins de **sucres** que les produits d'un autre statut (identique, modifié ou retiré).

¹ Exclue le lait de vache nature.

² Diversité : nombre de produits différents.

³ Points de pourcentage : ils représentent la différence de pourcentages des parts de marché d'une même classification entre 2022 et 2025.

⁴ Mention reliée à la protection de l'environnement ou l'écoresponsabilité comme par exemple, la quantité d'eau utilisée, l'utilisation d'ingrédients durables, etc.

⁵ Sans sucres ni édulcorants ajoutés.

⁶ Statut du produit comparativement à 2022 : nouveau, identique, modifié ou retiré du marché.

En partenariat avec :



2 Évolution de la composition nutritionnelle

La composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales **offertes** en 2025 présente peu de différences significatives par rapport à 2022. Seules une teneur en vitamine D plus faible et une teneur en vitamine A plus élevée ont été notées comme étant significatives par rapport à 2022.

Bien que ces variations ne soient pas significatives, les boissons de 2025 ont également augmenté leur teneur en protéines et diminué leur contenu en sucres depuis 2022.

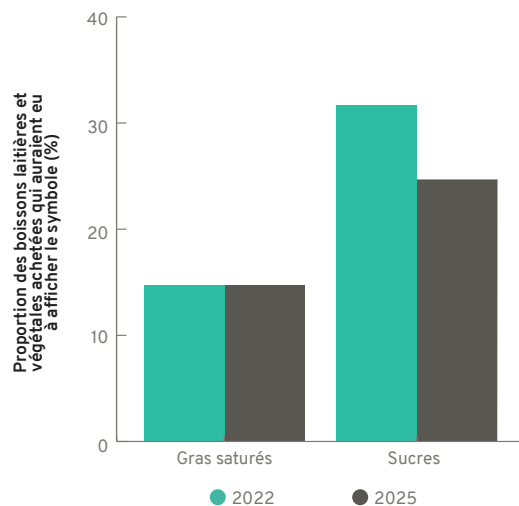
3 Symbole nutritionnel

Pour déterminer si un produit devra porter le symbole indiquant une teneur élevée en gras saturés, sucres et/ou sodium, le **seuil de 15 % de la valeur quotidienne (VQ)⁷** est utilisé pour les boissons laitières et végétales.

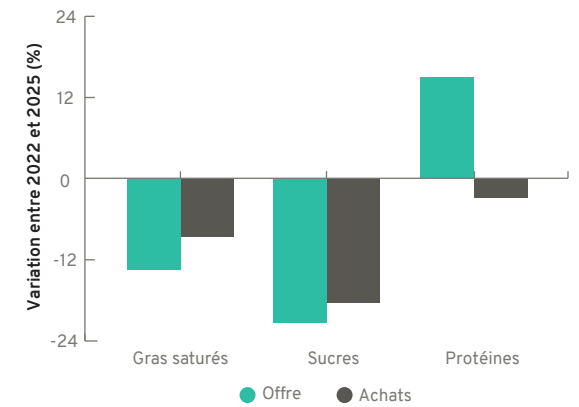
Parmi les boissons laitières et végétales offertes en 2025, **30 %** d'entre elles auraient à afficher le symbole sur le devant de leur emballage pour au moins un nutriment (représentant 41 % des ventes).

Plus précisément, **15 %** des produits auraient le symbole en raison d'une teneur élevée en gras saturés, tout comme en 2022. Quant aux sucres, **25 %** des produits auraient à porter le symbole pour une teneur élevée, soit une diminution de 6 pp depuis 2022.

Seulement 15 produits (8 % de l'offre) auraient le symbole pour deux nutriments, mais ces derniers occupent **27 %** des ventes en 2025.



⁷ Seuil de la valeur quotidienne : seuil déterminé par Santé Canada représentant une quantité élevée d'un nutriment pour une quantité de référence.



4 Conclusion

Le suivi des boissons laitières et végétales de 2025 a montré peu de changements significatifs dans leur composition nutritionnelle depuis 2022. Certaines améliorations ont été notées, comme des teneurs réduites en sucres. Bien qu'intéressantes, elles n'étaient pas significatives.

Les **gras saturés** et les **sucres** demeurent des nutriments à surveiller dans cette catégorie d'aliments. Cela est particulièrement vrai pour les boissons laitières, car ces dernières en fournissent généralement plus par rapport aux boissons végétales. D'autant plus, les boissons laitières sont toujours les plus vendues de la catégorie.

Les boissons nature non sucrées demeurent à privilégier pour limiter les apports en gras saturés et en sucres. Cette recommandation est aussi en cohérence avec le Guide alimentaire canadien.

Les données de ce portrait des boissons laitières et végétales proviennent :



Composition nutritionnelle



Achats des consommateurs

Couverture du marché

77 % de l'offre
81 % des ventes

Pour en savoir plus : observatoire.inaf.ulaval.ca

En partenariat avec :

