



Portrait des barres granola

disponibles au Québec
2018



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 310 barres granola répertoriées montrent que :

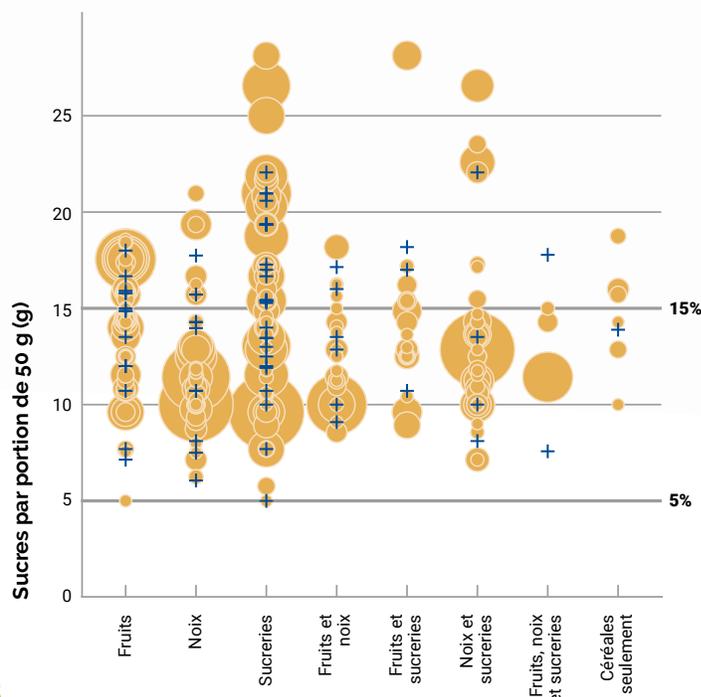
Plus du tiers (37 %) des barres granola offertes dépassent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne **pour les sucres**¹. Plus de la moitié des barres à base de sucreries² dépassent ce seuil (53 %).

Les barres ayant un **enrobage complet** sont plus riches en gras saturés et en sucres, et plus faibles en fibres que celles sans enrobage :



Sans enrobage
1,1 g gras saturés
9 g sucres
3 g fibres

Avec enrobage complet
2,6 g gras saturés
14 g sucres
1 g fibres



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.

¹ Seuil de la valeur quotidienne : Selon de Santé Canada, ce seuil représente une quantité élevée d'un nutriment pour une quantité de référence (une barre).

² Barre constituée de chocolat, miel, caramel, guimauves, pâte à biscuits, érable, nougat, etc.

2 Classification des barres granola selon leur contenu, en ordre décroissant de variété :



Sucreries (28 %) :
Barre constituée de chocolat, miel, caramel, guimauves, pâte à biscuits, nougat, etc.



Fruits (24 %) :
Barre constituée de fruits, fruits séchés, purée de fruits, confitures ou légumes.



Noix (16 %) :
Barre constituée de noix ou graines.



Noix et sucreries (13 %) :
Barre constituée de noix et de sucreries.



Fruits et noix (9 %) :
Barre constituée de fruits et de noix.



Fruits et sucreries (7 %) :
Barre constituée de fruits et de sucreries.



Céréales seulement (2 %) :
Barre constituée de céréales seulement.

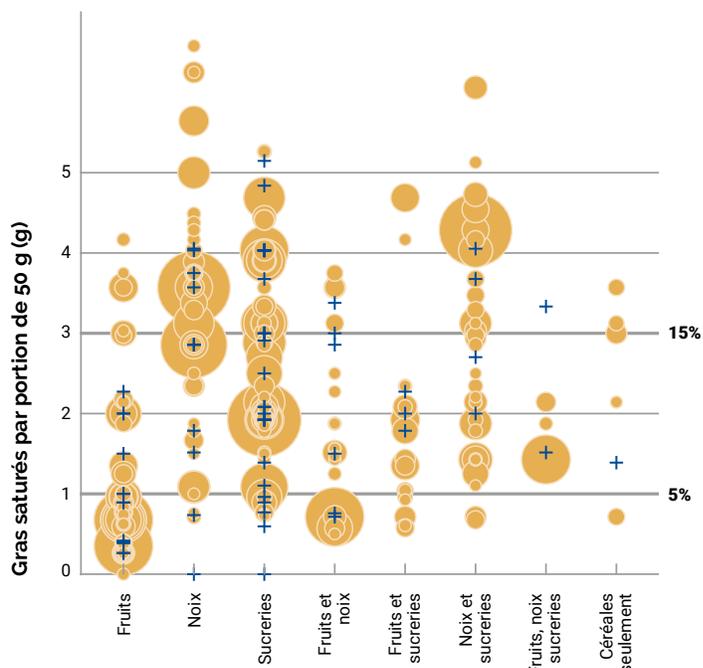


Fruits, noix et sucreries (2 %) :
Barre constituée de fruits et noix et de sucreries.

12 % des barres granola offertes contiennent des édulcorants artificiels ou intenses³. Ces barres ont des teneurs en sucres équivalentes à celles sans édulcorant.

3 Les résultats sur les 310 barres granola répertoriées montrent que :

Près du tiers (31 %) des barres granola offertes dépassent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne **pour les gras saturés**. Ce sont les barres de noix (54 %), de céréales seulement (43 %) et les barres de sucreries (41 %) qui dépassent le plus souvent ce seuil.



4 Conclusion & pistes d'action

Considérant leur grande représentativité sur le marché, leur grand volume de ventes et leur teneur élevée en sucres, en gras saturés et faible en fibres, des stratégies de suivi et d'amélioration de l'offre devraient viser davantage les barres de **sucreries** et celles ayant un **enrobage**.

³ Aspartame, sucralose, maltitol, sorbitol, stévia ou polydextrose.

Les données de ce portrait des barres granola proviennent :



Composition nutritionnelle



Achats des consommateurs

Couverture du marché

77 % de l'offre
75 % des ventes

Les étapes pour réaliser ce portrait sont :

