

Portrait des yogourts et desserts laitiers disponibles au Québec 2018-2019



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.

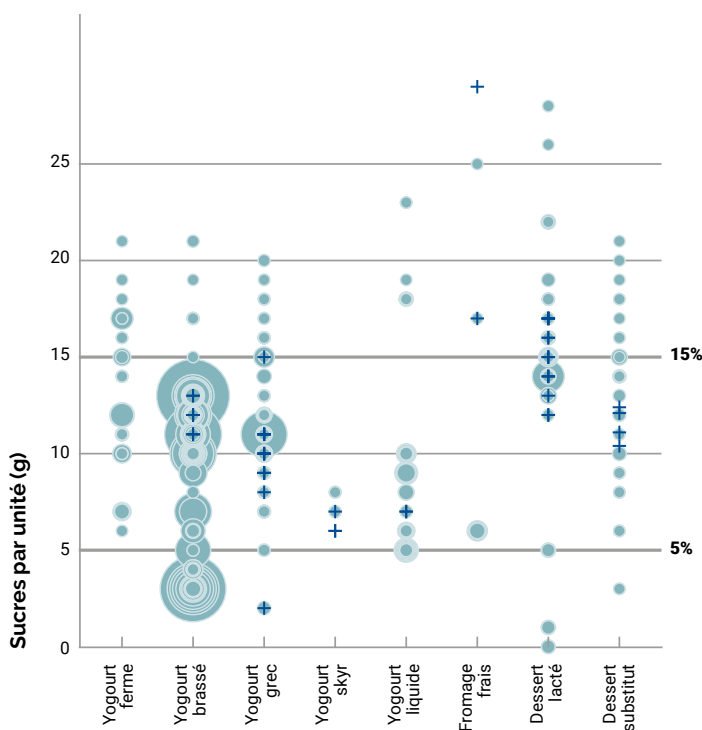
1 380 yogourts et desserts laitiers (ci-après nommés desserts laitiers) de format individuel répertoriés montrent que :

Environ le quart (26 %) des desserts laitiers offerts dépassent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne¹ pour les sucres. Plus spécifiquement, près des deux-tiers (60 %) des desserts lactés² dépassent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne pour les sucres.



12 % des desserts laitiers sont destinés aux enfants. Ceux-ci contiennent autant de sucres que ceux destinés à la population générale.

Les desserts laitiers aux fruits³ contiennent moins de sucres, moins de sodium et plus de protéines que ceux sucrés ou aromatisés (sans fruits).



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 Santé Canada, ce seuil représente une quantité élevée d'un nutriment pour une quantité de référence (une unité).

² Dessert lacté : Dessert laitier non fermenté. Inclut les poudings, les crèmes-desserts et les tapiocas.

³ Dessert laitier auquel des fruits, de la purée ou de la confiture de fruits ont été ajoutés.

2 Classification des desserts laitiers selon leur type, en ordre décroissant de variété :



Yogourt grec (25 %) :
Produit laitier fermenté de texture épaisse ayant été égoutté par filtration ou concentration. Malgré une grande diversité de produits offerts, ceux-ci représentent seulement 7 % des ventes de desserts laitiers.



Yogourt brassé (24 %) :
Produit laitier fermenté ayant une texture homogène et onctueuse qui a été brassé avant d'être mis en pot. Ceux-ci représentent 73 % des ventes de desserts laitiers.



Dessert lacté (17 %) :
Dessert laitier non fermenté. Inclut les poudings, les crèmes-desserts et les tapiocas.



Yogourt liquide (12 %) :
Produit laitier fermenté brassé auquel de l'eau et/ou du petit-lait ont été ajoutés pour obtenir une texture liquide.



Dessert substitut (10 %) :
Dessert sans produit laitier fait à partir de végétaux (p. ex., noix, soya).



Yogourt ferme (7 %) :
Produit laitier fermenté en pot ayant une texture compacte. S'il est aromatisé avec des fruits, ces derniers se retrouvent au fond.



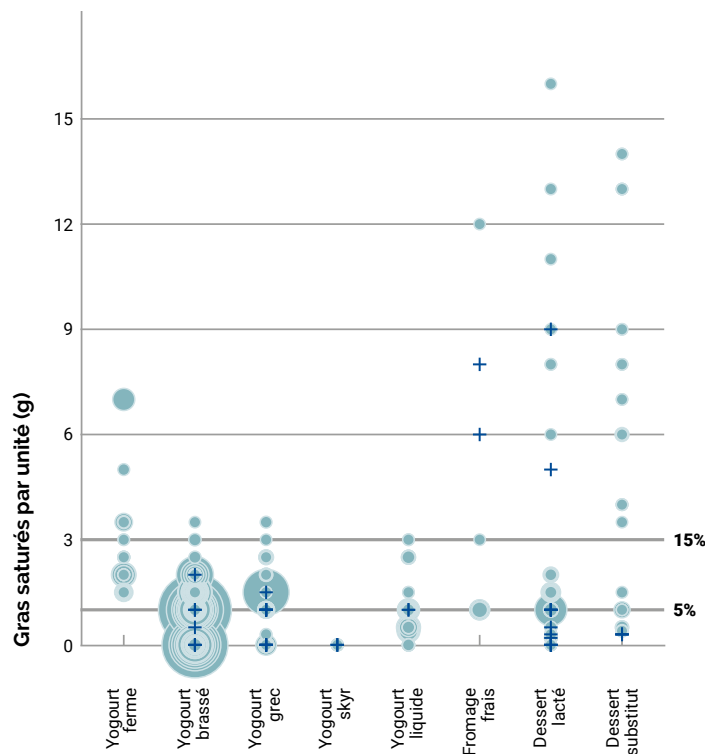
Fromage frais (3 %) :
Produit laitier obtenu par coagulation lactique.



Yogourt skyr (3 %) :
Produit laitier fermenté de style islandais se retrouvant à mi-chemin entre le fromage frais et le yogourt et ayant une texture très épaisse.

3 Les résultats sur les 380 desserts laitiers de format individuel répertoriés montrent que :

13 % des desserts laitiers offerts dépassent le seuil de 15 % de la valeur quotidienne **pour les gras saturés**. Les desserts substitués (62 %) et les fromages frais (40 %) sont ceux dépassant le plus souvent ce seuil.



4 Conclusion & pistes d'action

Considérant leur teneur élevée en sucres et leur grande variabilité en gras saturés, des stratégies de suivi et d'amélioration de l'offre devraient viser davantage les **desserts lactés**. En raison de leurs ventes élevées ainsi que leur grande variabilité en sucres, les **yogourts brassés** mériteraient également d'être améliorés.

Les données de ce portrait des yogourts et desserts laitiers proviennent :



Composition nutritionnelle



Achats des consommateurs

Couverture du marché

86 % de l'offre
82 % des ventes

Les étapes pour réaliser ce portrait sont :

