



Suivi du portrait des
**Boissons lactières et
végétales**
disponibles au Québec
2022-2025

**OBSERVATOIRE**
DE LA QUALITÉ DE L'OFFRE ALIMENTAIRE

AUTEURS

Dylan Guillemette M.Sc. – Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval
Sonia Pomerleau Dt.P., M.Sc. – Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval
Clara-Jane Rhéaume B.Sc. – Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval
Véronique Provencher Dt.P., Ph.D. – Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval

AVEC LA COLLABORATION DE

Laurélie Trudel M.Sc. – Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval

MEMBRES DU COMITÉ DE LECTURE

Pascale Chaumette Dt.P., M.Sc. – Direction régionale de santé publique de la Capitale-Nationale
Véronique Garneau Dt.P., M.Sc. – Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval
Steve Labrie Ph.D. – Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels, Université Laval

REMERCIEMENTS

Les auteurs souhaitent remercier Marianne Auclair, Catherine Gaudet, Catherine Pelletier, Coralie Robichaud et Josianne Simard, ainsi que les membres du comité scientifique de l'Observatoire pour leur précieuse collaboration.

Cette publication est rendue possible grâce à la participation financière du ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec, du ministère de l'Économie et de l'Innovation, de la Fondation canadienne pour l'innovation et de l'Institut sur la nutrition et les aliments fonctionnels de l'Université Laval.

Ce document est disponible intégralement en format électronique (PDF) sur le site Web de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire au observatoire.inaf.ulaval.ca
Les données contenues dans le document peuvent être citées, à condition d'en mentionner la source.

Référence bibliographique suggérée : Guillemette D., Pomerleau S., Rhéaume C.-J. et Provencher V. (2026). Suivi du portrait des boissons laitières et végétales disponibles au Québec en 2022 et 2025. Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire. 67 pages. [En ligne] observatoire.inaf.ulaval.ca

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2026

ISBN : [978-2-924986-37-0](https://www.isbn-international.org/product/978-2-924986-37-0) (version PDF)

© Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire

Table des matières

1. Faits saillants.....	4
2. Mise en contexte et problématique.....	6
2.1 Ventes et consommation de boissons laitières et végétales.....	7
2.2 Composition nutritionnelle.....	8
2.3 Impact sur la santé.....	9
2.4 Importance de l'information sur l'emballage.....	10
2.5 Reformulation de produits.....	12
2.5.1 Protéines.....	12
2.5.2 Propriétés sensorielles.....	13
2.6 Changements dans les politiques publiques et dans le contexte alimentaire.....	14
2.7 Retour sur le portrait initial.....	15
2.8 Évolution de la catégorie.....	16
3. Objectifs.....	17
4. Méthodologie.....	18
4.1 Données de composition nutritionnelle.....	18
4.2 Classifications des produits et définitions.....	19
4.3 Données d'achats alimentaires.....	22
4.4 Croisement avec les données nutritionnelles.....	23
4.5 Analyses statistiques.....	23
5. Résultats et interprétation des données.....	25
5.1 Diversité des boissons laitières et végétales (objectif 1).....	25
5.2 Composition nutritionnelle et prix de vente (objectif 2).....	29
5.2.1 Comparaison avec les seuils de la valeur quotidienne.....	34
5.2.2 Symbole nutritionnel.....	37
5.2.3 Comparaison selon les statuts.....	40
5.3 Composition nutritionnelle et prix de vente selon les informations présentes sur l'emballage (objectif 3).....	43
5.4 Comparaison des plus grands vendeurs.....	46
6. Discussion.....	48
7. Conclusion et perspectives.....	57
8. Références.....	59
9. Annexes.....	63

Faits saillants

Ce rapport dresse le suivi de la composition nutritionnelle des boissons laitières^a et végétales offertes et vendues au Québec entre 2022 et 2025. Il établit plusieurs constats relatifs à l'évolution de la composition nutritionnelle de ces boissons selon l'origine de leur ingrédient principal (p. ex., noix, animale) et selon les informations présentes sur l'emballage (p. ex., présence de sucres ajoutés, affichage d'une mention en lien avec l'écoresponsabilité)^b. Des analyses sont également présentées en fonction du statut de ces boissons laitières et végétales (nouvelles, identiques, modifiées ou retirées) toujours en comparaison avec le portrait initial de 2022. Voici un sommaire des principaux résultats :

- Un échantillon de 183 boissons laitières et végétales a été recensé, comparativement à 203 en 2022. Ceci représente une diminution de 20 produits, soit 10 %. Les données de ventes étaient disponibles pour 77 % des produits récoltés. Le total des ventes pour les produits récoltés représente 81 % des ventes de l'ensemble de la catégorie (comparativement à 76 % en 2022).
- En termes de **diversité** de produits offerts comparativement à 2022 :
 - Les boissons à base de noix sont toujours les plus présentes sur le marché (n=68/183; 37 % de l'offre) tout comme en 2022;
 - Bien qu'elles aient connu des diminutions de diversité et de ventes depuis 2022, les boissons d'origine animale demeurent les plus vendues en 2025 (36 % des volumes de ventes totales de la catégorie);
- Concernant le **statut** des 183 boissons laitières et végétales répertoriées en 2025 :
 - 14 sont demeurées identiques en composition et en information sur l'emballage (8 % de l'offre et 5 % des ventes);
 - 104 ont été modifiées en composition et/ou en information sur l'emballage (57 % de l'offre et 76 % des ventes);
 - 65 sont de nouveaux produits (35 % de l'offre et 19 % des ventes);
 - En comparaison avec 2022, 85 produits ont été retirées du marché (42 % de l'offre de 2022 représentant alors 12 % des ventes).
- L'analyse de la **composition nutritionnelle** a été réalisée sur une portion de 250 mL, représentant également la quantité de référence établie par Santé Canada pour ce type de produits. Cette analyse indique que seules des teneurs significativement plus faibles en vitamine D et des teneurs significativement plus élevées en vitamine A ont été notées comparativement à 2022.

^a À noter que le lait de vache nature était exclu de la collecte. Néanmoins, ses données de composition nutritionnelle ont tout de même été utilisées à des fins de comparaison.

^b Pour plus de détails concernant les termes employés dans ce sommaire, veuillez consulter la section 4 (Méthodologie).

- Tant en 2025 qu'en 2022, une proportion de 84 % de boissons laitières et végétales respecte le **seuil maximal de 15 % de la valeur quotidienne (VQ) en gras saturés** par portion indiquée sur l'emballage. Lorsque les données sont pondérées pour les ventes, cette proportion passe de 89 à 69 % entre 2022 et 2025. Pour les **sucres**, une proportion plus élevée de produits respecte ce seuil toujours en comparaison avec 2022 (62 % et 50 %, respectivement). De nouveau, lorsque les ventes sont considérées la proportion s'élève à 62 % des produits qui respectent ce seuil en 2025 contre 50 % en 2022.
- Si aucun changement de composition ne survient, 30 % des boissons laitières et végétales répertoriées en 2025 auraient à afficher le **symbole nutritionnel** de Santé Canada sur le devant de leur emballage indiquant une teneur élevée en gras saturés, en sucres et/ou en sodium. Cette proportion est plus faible qu'en 2022 (38 %). Plus spécifiquement :
 - 127 produits n'auraient aucun symbole (70 % de l'offre représentant 59 % des ventes);
 - 37 produits auraient le symbole pour un nutriment (20 % de l'offre représentant 14 % des ventes);
 - 15 produits auraient le symbole pour deux nutriments (8 % de l'offre représentant 27 % des ventes);
 - 4 produits auraient le symbole pour les trois nutriments (2 % de l'offre représentant 0,4 % des ventes).
- Afin de suivre l'évolution des boissons laitières et végétales, la composition nutritionnelle a été étudiée selon le **statut** des produits. D'abord, les **nouvelles** boissons fournissent moins de sucres que les produits d'un autre statut. Les changements observés dans les produits **modifiés** sont généralement une diminution de leur contenu en gras saturés, en sucres et/ou en protéines. Toutefois, ces variations moyennes n'étaient pas significatives.
- La composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales a été évaluée selon les **informations présentes sur l'emballage**. Les boissons de saveur nature et/ou sans agents sucrants ajoutés demeurent des choix à privilégier tout comme en 2022.

En somme

Les résultats de ce suivi montrent que dans l'ensemble, la catégorie des boissons laitières et végétales a connu quelques améliorations sur le plan de la composition nutritionnelle en 2025 par rapport à 2022. Moins du tiers des produits auraient à afficher le symbole nutritionnel sur le devant de leur emballage dû à un contenu élevé en gras saturés et/ou en sucres. Toutefois, ces améliorations ne sont pas suffisantes pour améliorer l'offre de manière significative. Cela peut s'expliquer principalement par la présence de boissons laitières contenant plus de gras saturés et de sucres que les boissons végétales, tout comme en 2022. De plus, ces boissons laitières occupent une majorité des ventes et ce, malgré une diminution à ce niveau. Le potentiel de réduction des gras saturés et/ou des sucres dans les boissons peut s'avérer limité, notamment dans les boissons avec un contenu important en protéines. Ce suivi relance la question de la pertinence derrière l'enrichissement en protéines dans les produits hautement transformés si la qualité nutritionnelle ne peut être maintenue.

Mise en contexte et problématique

La mission de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire (ci-après nommé Observatoire) est de caractériser et de suivre l'évolution de l'offre alimentaire afin de générer des connaissances nouvelles et d'agir collectivement à améliorer sa qualité et son accessibilité. Les études effectuées par l'Observatoire ont pour but d'analyser la composition nutritionnelle de certaines catégories d'aliments et de suivre son évolution dans le temps.

Ce rapport présente le suivi de la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales offertes et vendues au Québec trois ans après le portrait initial réalisé en 2022¹. À noter que le suivi de cette catégorie a été réalisé plus tôt par rapport aux autres suivis de catégories effectués par l'Observatoire (écart habituel de quatre ou cinq ans entre le portrait initial et le suivi). La raison de ce devancement est que la date butoir de l'apposition du symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage lancé par Santé Canada est le 1^{er} janvier 2026². Ainsi, il est voulu que ce rapport puisse faire état des modifications apportées par l'industrie bioalimentaire relativement à l'offre de produits ainsi que les changements dans les comportements d'achats des consommateurs et ce, avant l'arrivée de ce symbole.

Cette première section de mise en contexte propose une mise à jour de la littérature scientifique et de la littérature grise parues au cours des trois dernières années sur les boissons laitières et végétales. Les articles visés pouvaient concerner divers aspects de la catégorie d'aliments en question (p. ex., ventes, composition nutritionnelle, information sur l'emballage). Par la suite, les changements observés dans les politiques publiques et dans le contexte alimentaire au fil des années y sont exposés. De plus, les principaux constats du portrait initial des boissons laitières et végétales sont résumés afin de bien exposer la problématique dans laquelle se situe ce rapport. Enfin, le recensement d'études portant sur le suivi de la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales y est présenté à des fins de comparaison et de discussion.

2.1 Ventes et consommation de boissons laitières et végétales

Les boissons laitières et végétales continuent de maintenir une cote de popularité importante au Québec depuis la parution du portrait initial de cette catégorie d'aliments en 2022. D'une part, les boissons laitières ont connu des augmentations dans leurs ventes en dollars entre 2022 et 2023, soit 2,7 % pour les laits frais et 7,8 % pour les laits frappés³.

Les boissons de soya ont vu leurs ventes diminuer de 3,3 % entre 2022 et 2023 au Québec.

D'autre part, les boissons végétales suivent également ces tendances à la hausse en termes de ventes. Selon les données rapportées par le Gouvernement du Québec, les boissons d'origine végétale ont vu leurs ventes augmenter de 1,8 % entre 2022 et 2023³. Ces tendances varient en

fonction de la source protéique utilisée pour concevoir la boisson. Les boissons à base d'avoine ou d'amandes ont connu des augmentations de 10,7 % et 4,4 % dans leurs ventes, respectivement. Toutefois, les boissons de soya ont plutôt vu leurs ventes diminuer de 3,3 % durant cette même période (2022-2023). À noter que l'ensemble de ces variations de ventes en dollars ne tiennent pas compte de l'inflation.

Les tendances de ventes des boissons végétales diffèrent aux États-Unis. D'un côté, le *Good Food Institute* a rapporté une diminution de 4 % des ventes en dollars des boissons végétales entre 2022 et 2024⁴. D'autre part, les ventes pour ces produits ont été estimées à 2,8 milliards de dollars en 2024 et environ 40 % des ménages américains avaient acheté des boissons végétales cette année-là. Par ailleurs, une étude s'est intéressée à la proportion de participants qui consommaient des boissons de soya de façon régulière (au moins une fois par semaine)⁵. Les participants provenaient de deux éditions d'une grande cohorte représentative de la population aux États-Unis, soit celle du *National Health and Nutrition Examination Survey* (2015-16 et 2017-20). Parmi les 5264 participants de la cohorte de 2015-16 qui ont complété entièrement le questionnaire associé à l'étude, seulement 132 d'entre eux (moins de 3 %) s'étaient identifiés comme étant des consommateurs réguliers de boisson de soya. Quant à la cohorte de 2017-20, ce sont 187 participants sur 8511 (environ 2 %) qui consommaient des boissons de soya.

En Europe, le *Good Food Institute* a également publié un rapport sur les ventes de boissons végétales entre 2020 et 2022⁶. Il a été spécifié que les ventes pour ces produits avaient augmenté de 19 % entre 2020 et 2022. Les boissons d'avoine étaient parmi les plus grands vendeurs de la catégorie, tandis que les boissons à base d'amandes ou de soya avaient vu leurs ventes diminuer depuis 2020. L'Allemagne, l'Espagne, l'Italie le Royaume-Uni et la France étaient les pays d'Europe qui occupaient les plus grandes parts de ventes des boissons végétales.

En France, l'Observatoire de l'alimentation (Oqali) avait réalisé un suivi des boissons rafraîchissantes sans alcool, incluant les boissons laitières aromatisées et les boissons végétales, entre 2013 et 2019⁷. Un total de 85 boissons laitières aromatisées a été

recensé en 2019, tandis qu'il y avait 317 boissons végétales pour cette même année. Parmi les 317 boissons végétales, plus de la moitié (n=167) ne contenait pas de sucres ou d'édulcorants ajoutés.

2.2 Composition nutritionnelle

Les tendances à la hausse des achats et de la consommation des boissons végétales amènent plusieurs questions relativement à leur composition nutritionnelle et leur impact sur la santé par rapport au lait de vache. Diverses études se sont penchées sur ces questions depuis le portrait initial réalisé par l'Observatoire en 2022.

Tout d'abord, des chercheurs au Royaume-Uni ont effectué une comparaison entre la composition nutritionnelle des boissons végétales par rapport à leurs homologues d'origine animale⁸. Au total, 191 boissons végétales et 195 boissons laitières ont été collectées durant l'étude en 2023-24. À noter que les yogourts à boire et les boissons aromatisées (p. ex., lait au chocolat, boisson à la vanille) étaient exclues de l'échantillonnage. Le tableau ci-dessous synthétise les résultats en lien avec la composition nutritionnelle et le prix pour l'ensemble des boissons laitières et végétales.

Tableau 1. Composition nutritionnelle et prix médian de boissons végétales et laitières retrouvées sur le marché du Royaume-Uni en 2023-24

Type de boissons	Gras saturés (g/100 mL)	Sucres (g/100 mL)	Protéines (g/100 mL)	Calcium (mg/100 mL)	Vitamine D (µg/100 mL)	Vitamine A (µg/100 mL)	Prix (£/L*)
Végétale (n = 191)	0,2	2,5	0,8	134**	128**	9**	1,95
Laitière (n = 195)	1,1	4,7	3,5	124,3	0***	19,7	1,19

*£ : Livre Sterling.

**Ces résultats ne tiennent pas compte des boissons non enrichies en ces micronutriments. Une majorité des boissons végétales (n = 154/191; 81 %) était enrichie en divers micronutriments.

***Au Royaume-Uni, le lait animal est rarement enrichi en vitamine D. Ainsi, seules de faibles traces de vitamine D sont détectées dans ces produits.

Les résultats ci-dessus montrent que la composition nutritionnelle des boissons végétales différait en plusieurs aspects par rapport aux boissons laitières. Tout d'abord, les produits d'origine végétale avaient une teneur plus faible en gras saturés par rapport à ceux d'origine animale. Ceci peut être expliqué en partie par la faible proportion de boissons à base de noix de coco (n=25/191; 13 %), leur teneur en gras saturés (1,2 g) étant très semblable à celle de l'ensemble des boissons laitières (1,1 g). D'un autre côté, les boissons végétales contenaient moins de sucres totaux (2,5 g) par rapport à celles d'origine animale (4,7 g). Finalement, les boissons végétales étaient plus dispendieuses que les boissons laitières.

Une étude semblable a été réalisée sur les boissons laitières et végétales vendues en Australie et à Singapour en 2019-20⁹. Au total, 903 boissons ont été analysées pour les

besoins de l'étude (374 en Australie et 529 à Singapour). Les principaux constats ressortis étaient les suivants :

- Les produits comportant une saveur (p. ex., chocolat, fraise) contenaient près de deux fois plus de sucres que ceux nature;
- Les boissons laitières contenaient quatre fois plus de gras saturés et deux fois plus de sucres que les boissons végétales.

D'autre part, une étude s'est intéressée à la composition nutritionnelle de différentes boissons végétales aux États-Unis en 2023 (n=219) par rapport au lait de vache¹⁰. Tout d'abord, la plupart des boissons végétales contenaient moins de protéines que le lait de vache nature par portion de 240 mL. Seulement 37 boissons végétales (17 %) en contenaient au moins 8 g par portion de 240 mL, la plupart d'entre elles étant à base de soya. En ce qui concerne les sucres ajoutés, 84 produits d'origine végétale (38 %) n'en contenaient aucun, tandis que 42 d'entre eux (19 %) contenaient au moins 10 g de sucres ajoutés par portion de 240 mL. Pour les gras saturés, seules les boissons à base de noix de coco contenaient plus de 4 g de ce nutriment pour 240 mL. Pour ce qui est du calcium, 151 produits (69 %) en contenaient au moins 260 mg pour 240 mL. Finalement, la majorité des boissons végétales (142/219; 65 %) contenaient entre 2 et 5,8 µg de vitamine D, soit entre 10 et 29 % de la valeur quotidienne (VQ) pour la vitamine D aux États-Unis.

Ces résultats sont semblables à ceux d'une autre étude réalisée plus tôt en 2022 aux États-Unis dans laquelle la composition nutritionnelle de 1042 boissons végétales avait été évaluée¹¹. En effet, les boissons végétales recensées en 2022 étaient caractérisées par une faible teneur en protéines, une teneur variable en sucres et/ou en sodium ajoutés et par la présence de micronutriments ajoutés par enrichissement. À peine 8 % de ces produits contenaient plus de 2,8 g/100 g de protéines et moins de 3,1 g/100 g de sucres ajoutés.

Une autre étude similaire a été réalisée en 2022 en Suisse et dans laquelle des chercheurs ont comparé la composition nutritionnelle de certaines boissons végétales offertes sur le marché (n=27) avec deux laits de vache nature¹². Une fois de plus, la plupart des boissons végétales contenait moins de protéines que le lait de vache, à l'exception des produits à base de soya. Ces mêmes constats ont été soulevés lors d'une étude sur ces types de produits en Nouvelle-Zélande en 2021¹³.

2.3 Impact sur la santé

Une revue systématique a analysé diverses études sur l'impact des boissons végétales sur la santé et la croissance des enfants et adolescents âgés entre 1 et 18 ans (n=15 815). Il a alors été constaté que la consommation de boissons végétales chez ces jeunes était associée à un indice de masse corporelle plus faible, à une taille plus petite et à un apport plus faible en certains micronutriments tels que le calcium et la vitamine D¹⁴. Ces conclusions sont très semblables à d'autres études parues sur le sujet. En effet, une étude

de cohorte réalisée au Canada sur 7 195 enfants âgés entre 1 et 10 ans a permis de constater que la consommation de boissons végétales était associée à un indice de masse corporelle et une taille plus faible¹⁵. Néanmoins, les résultats obtenus pour ces mesures anthropométriques demeuraient dans les valeurs attendues en fonction de l'âge des participants.

D'autre part, des chercheurs en Allemagne ont réalisé que la substitution du lait de vache par des boissons d'origine végétale vendus sur le marché réduirait l'apport en certains micronutriments comme le calcium et la vitamine B₁₂¹⁶. Ces réductions pourraient avoir des impacts négatifs sur la santé et la croissance des jeunes enfants, d'où l'importance d'assurer l'enrichissement en vitamines et minéraux dans ces types de produits. Ces impacts négatifs pourraient aussi compromettre la santé chez les personnes âgées¹⁷. C'est pourquoi, au Canada, il est recommandé de choisir des boissons végétales enrichies selon le Guide alimentaire canadien¹⁸.

2.4 Importance de l'information sur l'emballage

L'information retrouvée sur l'emballage des produits alimentaires joue un rôle majeur dans la prise de décision des consommateurs. Il est donc pertinent de porter un regard sur les plus récentes études qui ont analysé la nature de ces informations sur les emballages des boissons laitières et végétales.

En Espagne, une étude a évalué les scores pour différents index retrouvés sur l'emballage de produits à base de protéines végétales, dont les boissons¹⁹. Les trois index visés par l'étude étaient le Nutri-Score, la classification NOVA et l'Eco-Score (voir figure 1). À titre d'information, l'Eco-Score est un outil de mesure de l'impact environnemental développé en France en 2021²⁰. Il utilise le même système à base de lettres que le Nutri-Score (A à E; A indiquant un produit ayant un faible impact environnemental et E indiquant un produit ayant un grand impact environnemental)^c.



Figure 1. Logos du Nutri-Score, de la classification NOVA et de l'Eco-Score

Les résultats des trois index évalués par l'étude sur les boissons végétales sont résumés dans le tableau ci-dessous.

^c L'Eco-Score s'évalue à partir d'une analyse du cycle de vie du produit combinée avec cinq autres facteurs additionnels tels que la durabilité de la méthode de production et la distance parcourue du produit entre son lieu de production et ses points de vente.

Tableau 2. Évaluation du Nutri-Score, de la classification NOVA et de l'Eco-Score des boissons végétales retrouvées sur le marché espagnol en 2022 (n=313)

Nutri-Score		Classification NOVA		Eco-Score	
A	110 (35,14 %)	1	27 (8,63 %)	A	5 (1,60 %)
B	181 (57,83 %)	2	0 (0 %)	B	189 (60,38 %)
C	12 (3,83 %)	3	31 (9,9 %)	C	0 (0 %)
D	2 (0,64 %)	4	137 (43,77 %)	D	21 (6,71 %)
E	8 (2,56 %)			E	50 (15,97 %)
Absent sur l'emballage	0 (0 %)	Absent sur l'emballage	118 (37,70 %)	Absent sur l'emballage	48 (15,34 %)

Il est possible de constater en premier lieu que la plupart des boissons végétales évaluées dans l'étude ont obtenu un Nutri-Score de B ou de A. D'un autre côté, la grande majorité des boissons qui affichaient une classification NOVA sur leur emballage étaient ultra-transformés (NOVA 4). Par ailleurs, la majorité des boissons (environ 60 %) présentaient un Eco-Score de B. La classification NOVA était l'index le plus souvent absent sur l'emballage des boissons végétales vendues en Espagne à ce moment. Cette même étude s'est également penchée sur la présence d'allégations sur l'emballage de ces boissons végétales¹⁹. Le tableau à la page suivante résume les principaux résultats dénotés par les auteurs pour la plupart des allégations.

Tableau 3. Évaluation de la présence d'allégations nutritionnelles ou en lien avec les ingrédients sur l'emballage des boissons végétales retrouvées sur le marché espagnol en 2022 (n=313)

Nature de l'allégation	Source protéique			
	Amande (n=80)	Avoine (n=114)	Soya (n=119)	Total (n=313)
Faible en sel/sodium	4 (4,94 %)	4 (3,51 %)	2 (1,68 %)	10 (3,30 %)
Faible en lipides/gras saturés	9 (11,11 %)	11 (9,65 %)	8 (6,72 %)	28 (9,24 %)
Faible en sucres	0 (0 %)	0 (0 %)	21 (17,65 %)	21 (6,93 %)
Sans sucres ajoutés	29 (35,80 %)	38 (33,33 %)	2 (1,68 %)	69 (22,77 %)
Source de vitamines	17 (20,99 %)	14 (12,28 %)	42 (35,29 %)	73 (24,09 %)
Source de calcium	21 (25,93 %)	27 (23,68 %)	54 (45,38 %)	102 (33,66 %)
Source de fer	0 (0 %)	1 (0,88 %)	2 (1,68 %)	3 (0,99 %)
Source de fibres	0 (0 %)	6 (5,26 %)	0 (0 %)	6 (1,98 %)
Source de protéines	0 (0 %)	0 (0 %)	28 (23,53 %)	28 (9,24 %)
Sans agents de conservation	0 (0 %)	1 (0,88 %)	2 (1,68 %)	3 (0,99 %)
Sans colorants	1 (1,23 %)	3 (2,63 %)	3 (2,52 %)	7 (2,31 %)
Sans additifs	0 (0 %)	2 (1,75 %)	2 (1,68 %)	4 (1,32 %)

La distribution des allégations varie en fonction de la source protéique des boissons végétales. Les boissons à base d'amandes présentaient généralement des allégations en lien avec le contenu en sucres ajoutés ou le calcium. D'un autre côté, les boissons à base de soya sont celles affichant le plus souvent des allégations de type « source de ». Finalement, très peu de produits affichaient des allégations en lien avec les ingrédients (sans agents de conservation, colorants ou additifs).

Une autre étude réalisée en Espagne en 2023 s'est également intéressée à la présence d'allégations sur l'emballage des boissons végétales (n=136)²¹. Il y avait 75 produits (55 %) qui affichaient une allégation concernant l'absence de sucres ajoutés. Malgré la présence de cette allégation, ces boissons ne contenaient pas significativement moins d'énergie, de glucides et de sucres que celles n'affichant pas cette allégation. Dans un même ordre d'idées, les boissons végétales affichant une allégation en lien avec le calcium (n=46/136; 34 %) n'avaient pas une teneur en calcium plus élevée que celles n'ayant aucune allégation. Le même principe était observé entre les boissons végétales affichant une allégation sur la vitamine D (n=31/136; 23 %) et celles qui n'en avaient pas. Finalement, 87 produits (64 %) étaient certifiés biologiques, et ces derniers fournissaient plus d'énergie et de glucides que les boissons sans cette certification.

En Chine, une étude a évalué avec un questionnaire en ligne les facteurs influençant l'intention d'achat de boissons végétales par les consommateurs (n=1 052)²². La majorité des répondants était des femmes, âgée entre 18 et 30 ans et détenait un baccalauréat. Les trois facteurs les plus importants chez les participants étaient la valeur nutritive (environ 25 % des répondants), le goût (environ 23 %) et la teneur énergétique (un peu plus de 17 %). De plus, les boissons à base de noix de coco et celles à base de soya étaient les plus populaires auprès des participants. Pour finir, les hommes accordaient plus d'importance au contenu en protéines et en antioxydants dans les boissons végétales par rapport aux femmes, ces dernières étant davantage attirées vers des boissons faibles en énergie et additionnées de collagène, de fibres et/ou de probiotiques. Ces constats sont relativement semblables à ceux soulevés par une autre étude en Australie concernant les facteurs pouvant prédire l'intention d'achat des boissons végétales²³. Il avait alors été noté que le prix, le goût et les bénéfices liés à la santé étaient des facteurs clés derrière l'intention d'acheter ce type de produits.

2.5 Reformulation de produits

2.5.1 Protéines

Les boissons végétales ont un contenu en protéines généralement inférieur au lait de vache comme il a été mentionné à plusieurs reprises à la section 2.2. Cependant, l'enjeu des protéines dans les boissons végétales s'étend au-delà de la simple teneur. En effet, les protéines végétales utilisées comme base dans ces produits ne contiennent généralement pas l'ensemble des acides aminés essentiels, à l'inverse des protéines laitières²⁴. L'une des seules exceptions est le soya, ce qui en fait une base de choix pour la production de boissons végétales. Toutefois, malgré son profil idéal en acides aminés et ses excellentes propriétés technofonctionnelles, le soya présente certaines limites, notamment en ce qui a trait à son statut d'allergène prioritaire au Canada (au même titre que le lait de vache)²⁵.

Ainsi, l'utilisation d'une autre source protéique comme base dans les boissons végétales peut s'avérer judicieuse pour mieux rejoindre certaines cibles de marché. Puisque les autres sources de protéines végétales ne contiennent habituellement pas tous les acides aminés essentiels, les transformateurs peuvent alors opter pour une combinaison de ces protéines pour contrer ce manque. La combinaison de protéines de céréales (p. ex., avoine, riz) et de protéines de légumineuses (p. ex., pois, lentilles) assure la complémentarité et s'avère particulièrement efficace pour obtenir l'ensemble des acides aminés essentiels^{26,27}. Cependant, la combinaison d'ingrédients de différentes origines peut représenter un frein chez les consommateurs souffrant d'intolérance ou d'allergies à au moins l'un de ces ingrédients. Conséquemment, bien que la complémentarité des sources protéiques puisse représenter une avenue intéressante, l'allergénicité devrait être gardé en tête par les transformateurs. Il n'est pas essentiel que la complémentarité des acides aminés soit réalisée à chaque repas; elle peut être étalée sur une journée entière.

2.5.2 Propriétés sensorielles

La production de boissons végétales présente encore de nombreux défis relativement à leur qualité et leurs propriétés sensorielles (p. ex., goût, texture, stabilité à travers leur durée de vie).

L'utilisation de grains céréaliers et plus particulièrement de légumineuses amène habituellement des saveurs typiquement associées au domaine végétal (p. ex., goût terreux, amer et/ou de fève)²⁸. Ces saveurs présentent un frein à l'achat de ces produits auprès des consommateurs. Ces ingrédients peuvent aussi apporter des couleurs beige ou brune plus ou moins foncées, ce qui peut également nuire à l'intention d'achat de ces boissons²⁸. Finalement, la présence de particules en suspension dans les boissons végétales peut mener à un aspect granuleux en bouche, ce qui est une autre caractéristique peu appréciée des consommateurs.

Diverses solutions ont été développées pour résoudre ces problèmes de goût et de texture. En ce qui concerne le goût, l'utilisation de sucres ou d'édulcorants artificiels est une solution efficace pour limiter les saveurs végétales non-désirables, **mais elle ne devrait pas être privilégiée par les transformateurs alimentaires**. L'intégration d'arômes dans les boissons végétales permet de réduire les notes amères habituellement présentes dans les sources de protéines végétales et ce, sans devoir ajouter de grandes quantités de sucres ou d'édulcorants. Des choix appropriés concernant le contenu en protéines doivent être pris en considération par les transformateurs en début de développement, car celui-ci aura une incidence sur le goût notamment. Plus le contenu en protéines d'une boisson sera important, plus il sera difficile de contrer les saveurs indésirables sans augmenter les

Plus le contenu en protéines d'une boisson est élevé, plus il sera difficile de contrer les saveurs indésirables sans augmenter les quantités de sucres ou d'édulcorants nécessaires pour obtenir un goût acceptable.

quantités de sucres ou d'édulcorants nécessaires pour obtenir un produit final acceptable. Cela est vrai autant pour les boissons laitières que les boissons d'origine végétale.

Pour ce qui est des problèmes de texture liés à la séparation et la sédimentation, il existe différentes méthodes pour les contrer comme les traitements enzymatiques et l'homogénéisation à haute pression^{24,28}. L'ajout de certains ingrédients tels que des hydrocolloïdes (p. ex., amidons, gommes), des huiles végétales et/ou des émulsifiants peut aussi s'avérer efficace. Malgré cela, l'obtention d'une texture optimale demeure un enjeu de taille pour les transformateurs en raison de la complexité derrière l'exploration de toutes ces solutions potentielles. Une fois de plus, un contenu plus important en protéines dans une boisson végétale pourra se traduire par des problèmes de texture plus marqués qui nécessiteront une attention particulière lors de la phase de développement de produit.

2.6 Changements dans les politiques publiques et dans le contexte alimentaire

Depuis le portrait initial des boissons laitières et végétales, différentes réglementations et initiatives de santé publique ont été instaurées au niveau provincial. Le programme Alimentation santé lancé en 2018 se poursuit et permet également d'offrir du soutien financier aux entreprises alimentaires désirant améliorer la qualité nutritionnelle de leurs produits²⁹. En 2019, la Politique bioalimentaire – mise sur pied par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) – avait comme objectif l'amélioration de la valeur nutritive des aliments transformés au Québec³⁰. Cette politique mise à jour en 2025 vise à encourager les industries à reformuler leur offre de produits ou à développer de nouveaux produits plus intéressants d'un point de vue nutritionnel. Elle propose également des leviers financiers afin de les appuyer dans une telle démarche. L'initiative Amélioration alimentaire Québec (maintenant nommée A·mélior) a d'ailleurs été lancée en 2021 par le biais d'une entente entre le Conseil de la transformation alimentaire du Québec (CTAQ) et le MAPAQ afin de se doter d'une structure valorisant les produits à valeurs nutritives améliorées au Québec. L'ensemble de ces programmes demeurent d'actualité grâce à la mise à jour du plan d'action ministériel 2022-2025 de la Politique gouvernementale de prévention en santé et à la Politique bioalimentaire 2025-2035^{31,32}.

Au niveau fédéral, la réglementation concernant l'apposition d'un symbole nutritionnel sur le devant des emballages ayant des teneurs élevées en gras saturés, en sucres et/ou en sodium est en vigueur depuis 2022 et les transformateurs ont jusqu'au 1^{er} janvier 2026 pour s'y conformer. Cette réglementation a pu motiver l'industrie bioalimentaire à réduire leur teneur en ces nutriments d'intérêt³³. En 2022, Santé Canada a mis sur pied une consultation dans le but d'élaborer des lignes directrices pour l'affichage nutritionnel des aliments vendus par le biais des commerces en ligne³⁴. De nouvelles réglementations pourraient ainsi voir le jour dans les prochaines années.

Ainsi, l'ensemble de ces changements peut avoir modulé la qualité de l'offre et la nature des achats des boissons laitières et végétales au Québec entre 2022 et 2025.

2.7 Retour sur le portrait initial

L'Observatoire a présenté le portrait initial de la catégorie des boissons laitières et végétales en 2022¹. Un total de 203 produits avait alors été recensé. Les produits disponibles sur le marché étaient principalement des boissons à base de noix (34 % de l'offre) et des boissons laitières (29 % de l'offre). De plus, la plupart des boissons laitières et végétales présentaient une saveur autre que nature (60 % de l'offre). Aussi, une majorité de ces boissons contenait des sucres ajoutés (61 % de l'offre).

L'analyse de la **composition nutritionnelle** des boissons laitières et végétales a permis de souligner que les boissons à base de noix présentaient des teneurs plus faibles en énergie, en gras saturés, en sucres, en protéines et en vitamine A par rapport aux autres boissons. À l'inverse, les boissons laitières contenaient des teneurs plus élevées en ces cinq nutriments par rapport aux autres boissons. Par ailleurs, les boissons laitières contribuaient fortement aux apports en gras saturés, en sucres et en protéines par rapport à leur volume de ventes (44 % des ventes). Au total, 32 % des boissons laitières et végétales dépassaient le **seuil** de 15 % de la valeur quotidienne pour les sucres (15 g/250 mL). En ce qui concerne le seuil de 15 % pour les protéines (9 g/250 mL)^d, seulement 18 % des boissons le dépassait.

En ce qui concerne l'**information sur l'emballage**, les boissons laitières et végétales ayant une saveur autre que nature et/ou des sucres ajoutés contenaient davantage de gras saturés, de sucres, de protéines et de sodium que les autres boissons. D'un autre côté, les boissons ayant les sportifs comme clientèle cible fournissaient plus de protéines, de calcium et de vitamine B₁₂.

En somme, il existait une certaine variabilité dans la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales en 2022, ce qui peut devenir problématique considérant la présence parfois élevée de gras saturés et/ou de sucres dans ces produits. Il s'avère ainsi pertinent de faire un suivi concernant l'évolution des boissons laitières et végétales, sous différents angles, afin de vérifier si des améliorations nutritionnelles ont été apportées depuis la réalisation du premier portrait et comment les comportements d'achats ont varié à cet égard.

^d Les besoins quotidiens en protéines d'un individu moyen de 75 kg sont de 60 g, soit 0,8 g de protéines par kg de poids corporel.

2.8 Évolution de la catégorie

Il existe peu d'entités de recherche à travers le monde qui effectuent un suivi rigoureux des offres alimentaires disponibles, notamment en ce qui a trait à la composition nutritionnelle. L'une d'entre elles, l'Observatoire de l'alimentation (Oqali) en France, a effectué un suivi de la composition nutritionnelle des boissons rafraichissantes sans alcool entre 2013 et 2019⁷. Cette étude a permis de suivre l'évolution des teneurs en certains nutriments pour les boissons laitières aromatisées et les boissons végétales. Les deux nutriments d'intérêt à surveiller pour ces types de boissons étaient les gras saturés et les sucres. Les boissons laitières aromatisées avaient augmenté leur teneur en gras saturés de 0,6 g entre 2013 et 2019. Pour ce qui est des boissons végétales, elles avaient plutôt augmenté de 0,02 g et de 0,1 g leur teneur en gras saturés, dépendamment de si elles étaient sucrées ou non. En ce qui concerne la variation des teneurs en sucres, seules les boissons végétales sucrées étaient suivies à ce niveau. Il avait alors été remarqué que l'ensemble de l'offre avait diminué la teneur en sucres de 0,3 g entre 2013 et 2019.

2.9 Raison d'être et pertinence des travaux de l'Observatoire

Depuis le portrait initial des boissons laitières et végétales réalisé en 2022, d'autres études sont parues sur le sujet. Ceci démontre un certain intérêt toujours présent pour cette catégorie d'aliments. Toutefois, très peu d'études ont effectué un suivi dans le temps de la composition nutritionnelle de ces types de boissons, ainsi que leurs ventes. Le portrait initial des boissons laitières et végétales réalisé par l'Observatoire avait permis d'identifier que les gras saturés, les sucres et les protéines étaient des nutriments d'intérêt à surveiller dans cette catégorie. C'est pourquoi il s'avère nécessaire de recueillir des données québécoises afin de brosser un portrait de l'évolution de la catégorie de manière plus précise et appliqué au contexte actuel. Dans un tel contexte, les travaux de l'Observatoire s'avèrent pertinents afin de caractériser l'évolution de l'offre alimentaire des boissons laitières et végétales. Un tel suivi soutiendra à long terme les actions visant à améliorer la qualité nutritionnelle de l'offre alimentaire québécoise.

Objectifs

Les objectifs de cette étude portant sur le suivi des boissons laitières et végétales sont les suivants :

1. Répertorier les différences dans les types de boissons laitières et végétales disponibles au Québec, les informations présentes sur leur emballage et leurs ventes entre 2022 et 2025;
2. Comparer la composition nutritionnelle, le prix de vente et la contribution en nutriments des différents types de boissons laitières et végétales offerts et vendus au Québec entre 2022 et 2025 ainsi que leur statut (nouveau, identique, modifié ou retiré du marché);
3. Vérifier:
 - a) comment les informations présentes sur l'emballage sont associées à la teneur en certains nutriments d'intérêt et au prix de vente des boissons laitières et végétales;
 - b) dans quelle mesure ces associations diffèrent entre 2022 et 2025.

Méthodologie

4.1 Données de composition nutritionnelle

Pour répondre aux objectifs de recherche, une collecte de données en supermarchés (p. ex., Metro, IGA, Maxi), en magasins à grande surface (p. ex., Walmart, Costco) et en épiceries spécialisées (p. ex., Avril, Adonis) a d'abord été réalisée. Cette collecte s'est déroulée dans la ville de Québec et ses environs entre août et septembre 2025. Les magasins d'alimentation étaient sélectionnés en prenant soin d'intégrer les différentes bannières ainsi que les commerces de grande taille afin d'y retrouver une quantité importante et variée de produits. Toutes les boissons laitières et végétales rencontrées lors des visites dans les marchés d'alimentation ont été achetées une première fois jusqu'à atteinte de la saturation. Les boissons incluses dans cette étude étaient les suivantes :

- Boissons lactées ou laits frappés aromatisés;
- Boissons végétales aromatisées ou non, sucrées ou non sucrées.

Tous les autres types de boissons ont été exclus de la collecte (**y compris le lait nature**). Le lait nature était exclu puisque sa composition nutritionnelle est régulée telle que spécifiée dans le Règlement sur les aliments et drogues au Canada³⁵. Cependant, les données de composition nutritionnelle et de ventes des différents laits nature (0, 1, 2 ou 3,25 % de matières grasses) se trouvent tout de même dans certains tableaux à des fins de comparaison. Les informations retrouvées sur les emballages des produits ont été saisies en double-codeur dans un fichier Excel. Ainsi, dès qu'une différence entre les deux codeurs était détectée, l'erreur était corrigée en vérifiant sur l'emballage du produit. Les données saisies incluent, entre autres, la marque, le nom du produit, le code universel des produits (**CUP**), le TVN, la liste des ingrédients et les allégations. Plus spécifiquement, les 11 variables de composition nutritionnelle utilisées aux fins de la présente étude sont les suivantes : énergie (kcal), lipides (g), gras saturés (g), glucides (g), sucres totaux (g), protéines (g), sodium (mg), calcium (mg), vitamine D (μg), vitamine A (μg) et vitamine B₁₂ (μg). Le prix régulier par emballage a également été documenté en calculant la moyenne des prix observés dans les différents magasins d'alimentation visités et le prix de vente par portion a ensuite été calculé en faisant la moyenne des prix notés. **La portion de 250 mL a été utilisée dans les analyses afin de faciliter les comparaisons entre les deux années à l'étude.** Celle-ci correspond à la quantité de référence (QR) établie par Santé Canada pour les boissons laitières et végétales³⁶.

Au-delà de la composition nutritionnelle de manière absolue, certains nutriments ont été identifiés lors du portrait initial comme étant davantage d'intérêt pour la catégorie des

Les gras saturés, les sucres et les protéines sont considérés comme étant des nutriments d'intérêt pour la catégorie des boissons laitières et végétales.

boissons laitières et végétales. Il s'agit des gras saturés, des sucres et des protéines. Pour analyser plus en détails ces nutriments d'intérêt, le pourcentage de la VQ est utilisé. Le seuil de 5 % de la VQ est généralement utilisé afin de représenter une quantité faible d'un nutriment donné pour la portion indiquée sur le TVN, alors que le seuil de 15 % représente une

quantité élevée^e. Pour les protéines, il n'existe pas de valeur quotidienne. Ainsi, le seuil de 9 g par portion est utilisé puisqu'il représente environ 15 % des apports quotidiens pour ce nutriment^f.

Outre la comparaison avec la VQ, le seuil de 15 % est également utilisé par Santé Canada pour l'attribution d'un symbole nutritionnel sur le devant des emballages pour les produits préemballés riches en gras saturés, en sucres et/ou en sodium lorsque leur quantité de référence est supérieure à 30 g ou 30 mL². Ainsi, une autre façon d'interpréter ces résultats est de calculer la proportion de boissons qui auraient à afficher ce symbole. Le calcul se fait donc à partir de la portion indiquée sur le TVN ou à partir de la quantité de référence selon la valeur qui est la plus élevée entre les deux. À noter que les boissons laitières bénéficient d'une exemption d'afficher le symbole si elles sont vendues dans un contenant en verre réutilisable.

4.2 Classifications des produits et définitions

Les boissons laitières et végétales répertoriées ont été regroupées selon les classifications présentées dans le tableau 4. Ces classifications sont identiques à celles utilisées lors du portrait initial et ont été inspirées de la littérature grise et de la littérature scientifique.

^e Une note au sujet du pourcentage de la VQ se trouve au bas du TVN affiché sur les produits préemballés.

^f Puisque les protéines n'ont pas de VQ, le calcul a été fait à partir des apports nutritionnels de référence (c.-à-d., 0,8 g par kg de poids corporel par jour, ce qui représente l'apport nutritionnel recommandé). Un poids moyen d'environ 75 kg pour un adulte canadien a été utilisé à partir des données de l'ESCC 2004. Ainsi, l'apport nutritionnel quotidien a été estimé à 60 g et donc, le seuil de 15 % a été fixé à 9 g.

Tableau 4. Classifications des boissons laitières et végétales selon leur origine et les informations présentes sur l'emballage

Classifications		Définitions
Origine	Animale	Boisson laitière faite à partir de lait de vache ou de chèvre.
	Soya	Boisson végétale faite à partir de soya.
	Noix	Boisson végétale faite à partir d'amandes, de noix de cajou ou autres noix.
	Riz	Boisson végétale faite à partir de riz.
	Avoine	Boisson végétale faite à partir d'avoine.
	Légumineuses	Boisson végétale faite à partir de légumineuses (autre que le soya)
	Autre	Boisson végétale faite à partir d'autres ingrédients que ceux mentionnés ci-haut.
Saveur	Avec saveur	Boisson contenant une saveur ajoutée telle que mentionnée sur la face principale (vanille, chocolat, fraise, etc.).
	Sans saveur	Boisson originale ou nature ne contenant aucune saveur.
Arôme	Avec arôme	Boisson contenant un arôme, une saveur, un extrait, une essence (naturel ou artificiel) ou de la vanille tel que mentionné dans la liste des ingrédients.
	Sans arôme	Boisson ne contenant pas d'arôme, de saveur, d'extrait ni d'essence (naturel ou artificiel) tel que mentionné dans la liste des ingrédients.
Sucrée	Sucrée	Boisson à laquelle un agent sucrant a été ajouté. Inclut les édulcorants.
	Non sucrée	Boisson ne contenant pas de sucres ajoutés.
Enrichissement	Enrichie	Boisson enrichie en vitamines et minéraux (incluant les sources naturelles) ou faite à partir de lait enrichi.
	Non enrichie	Boisson non enrichie en vitamines et minéraux.
Écoresponsabilité	Avec mention	Boisson dont l'emballage affiche une mention reliée à la protection de l'environnement, l'écoresponsabilité, les GES, la quantité d'eau utilisée, l'utilisation d'ingrédients durables, les emballages recyclés, réutilisables ou faits de source responsable, etc. Inclut ou non une écocertification. Exclut emballage recyclable.
	Sans mention	Boisson sans mention environnementale.
Clientèle cible	Enfants	Boisson destinée en particulier aux enfants par son format et/ou l'emballage qui affiche un personnage/film/image/émission visant les enfants, une promotion destinée aux enfants, un thème amusant ou fantastique, des couleurs attrayantes, une police de caractère attirante ou le nom du produit destiné aux enfants ou mets de l'avant un enfant. Inclut les produits visant la famille.
	Diète	Boisson destinée en particulier aux personnes préoccupées par leur poids. Exclut les allégations mentionnant uniquement la quantité de calories.
	Santé	Boisson destinée en particulier aux personnes souhaitant prendre soin de leur santé ou de leur corps. Inclut l'image de marque. Exclut les allégations concernant les nutriments et/ou vitamines.
	Sportifs	Destinées aux gens sportifs ou mentionnant « boisson énergétique » ou « boisson protéinée » ou « boisson aux protéines » ou l'accent est mis sur les muscles, le sport ou la performance. N'inclut pas les allégations de contenu de protéines.
	Population générale	Boisson n'ayant pas de clientèle cible précise.
Caractéristique particulière	Biologique	Lorsqu'il est clairement inscrit sur l'emballage qu'il s'agit d'une boisson biologique.
	Aspect naturel	Lorsqu'un terme sur l'emballage désigne moins transformé, moins d'agents de conservation, naturel/nature (excluant la référence à la saveur) ou un terme dérivé. On exclut tous les termes faisant référence à la provenance ou l'origine des ingrédients (aspect local) et aux arômes ou saveurs naturelles ou artificielles. Exclut « sans édulcorant artificiel » et ingrédients simples.
	De base	Toutes boissons non classées dans biologique ou aspect naturel.

Les boissons ont d'abord été classifiées en fonction de l'**origine** de leur ingrédient principal. La figure 2 présente de manière imagée les six origines de boissons présentes dans la classification.

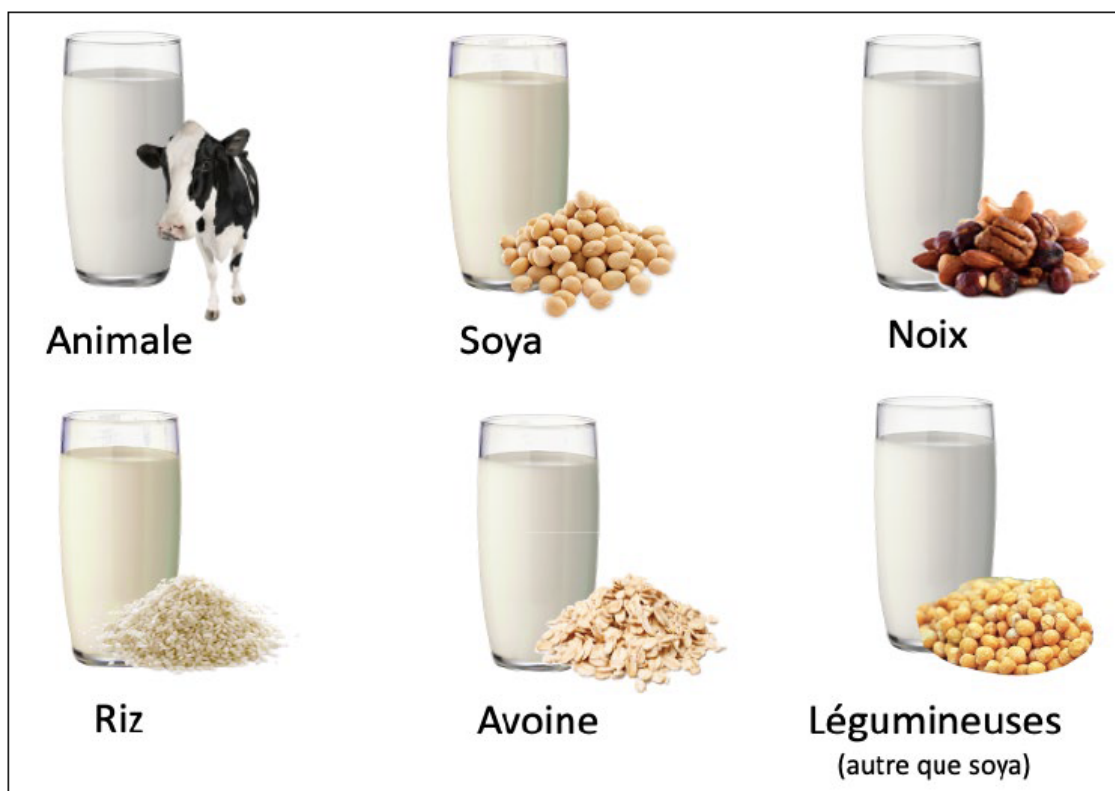


Figure 2. Présentation des différents types de boissons selon leur origine

Chaque produit a également été classifié selon certaines informations présentes sur l'emballage. Comme le montre le tableau 4, une classification selon la **saveur**, l'ajout d'**arômes**, l'ajout de **sucres** (et/ou d'édulcorants), l'**enrichissement** en vitamines et minéraux, la mention d'**écoresponsabilité**, la **clientèle cible** et la **caractéristique particulière**. Ce processus de classification a été réalisé en double-codeur (concordance de 96 %) et une tierce personne a été consultée lors de divergences, en vue d'un consensus.

En plus de ces classifications, les boissons laitières et végétales ont également été triées selon leur **statut** comparativement à 2022, c'est-à-dire si elles étaient de nouveaux produits, des produits identiques ou des produits modifiés. Les boissons de 2022 qui n'ont pas été répertoriées en 2025 ont reçu le statut de produits retirés du marché. Le tableau 5 ci-dessous présente les définitions des différents statuts.

Tableau 5. Définition des produits selon leur statut comparativement à 2022

Statuts	Définitions
Nouveau produit	Produit ne s'apparentant à aucun produit de la collecte de 2022 et ayant un CUP présent uniquement lors de l'étude de 2025.
Produit identique	Produit qui peut avoir un CUP différent entre les deux années de collecte tant que les informations suivantes sont identiques : nom du produit, liste des ingrédients, tableau de la valeur nutritive, allégations et emballage.
Produit modifié	Produit présent sur le marché en 2022 et en 2025 (le CUP peut être identique ou non), mais présentant des évolutions d'emballage (p. ex., images, logos, allégations, concours, promotions) et/ou de composition nutritionnelle (p. ex., liste des ingrédients, tableau de la valeur nutritive). Dès qu'un produit non identique s'apparente à un produit de l'année de référence, même s'il y a plusieurs changements, il est considéré comme modifié.
Produit retiré	Produit présent uniquement lors du portrait initial de 2022.

En ce qui a trait aux produits modifiés, certains changements sont permis sans devoir nécessairement changer le CUP³⁷. À cet égard, la ou les raisons expliquant qu'un produit s'est retrouvé avec le statut « modifié » ont également été prise(s) en compte. Ainsi, un produit modifié pouvait présenter une ou plusieurs de ces raisons :

- ✓ ajout(s), retrait(s) ou changement(s) dans le TVN;
- ✓ ajout(s), retrait(s) ou changement(s) dans la liste des ingrédients;
- ✓ ajout(s), retrait(s) ou changement(s) concernant les allégations ou logos à connotation santé ou nutritionnelle (p. ex., source de fibres ou faible en gras saturés);
- ✓ ajout(s), retrait(s) ou changement(s) concernant une toute autre information sur l'emballage (p. ex., fait de blé canadien ou sans agent de conservation);
- ✓ ajout(s), retrait(s) ou changement(s) d'apparence générale de l'emballage (p. ex., image, photo).

4.3 Données d'achats alimentaires

Une deuxième base de données a été utilisée dans le cadre de ce projet afin de croiser les données liées aux achats alimentaires à celles de leur composition nutritionnelle. Plus spécifiquement, les données de ventes des boissons laitières et végétales disponibles au Québec sont fournies par la compagnie NielsenIQ³⁸. La majorité de l'information qui s'y trouve provient de la lecture optique des produits achetés aux caisses, ce qui représente les achats effectués dans les supermarchés des principales chaînes d'alimentation et pharmacies du Québec (p. ex., Loblaws, Sobeys, Metro, Walmart [marques nationales seulement⁹]). Une partie de l'information provient toutefois d'une projection réalisée à partir des données d'achats d'un panel de consommateurs *Homescan* (soit 12 000 foyers à travers le Canada, statistiquement représentatifs de la population) et complète l'information pour les détaillants non participants, ce qui est entre autres le cas pour le

⁹ Marque qui a une notoriété à l'échelle nationale et qui est distribuée sur l'ensemble d'un territoire.

réseau des clubs entrepôts (p. ex., Costco) et les magasins à un dollar (p. ex., Dollarama). Finalement, puisque les petites chaînes (p. ex., Marché Richelieu) ne sont pas en mesure de fournir les informations de ventes pour la totalité de leurs magasins, un audit a été réalisé pour estimer le plus précisément possible le marché qu'ils représentent. Les dépanneurs et stations-service ne sont pas couverts par la base de données, mais ils représentent seulement 3 % des ventes de l'ensemble du marché. Il faut également noter que cette base de données couvre une période de 52 semaines se terminant le 13 septembre 2025. Les variables disponibles par produit sont les ventes en dollar canadien, les ventes en kilogramme et les ventes à l'unité.

4.4 Croisement avec les données nutritionnelles

Pour faciliter le croisement des deux bases de données, le CUP a été utilisé. Grâce à lui, il a été possible de combiner de manière automatisée les informations nutritionnelles et les données de ventes pour 126 boissons laitières et végétales. La vérification manuelle du nom des produits a ensuite permis de faire le croisement pour 15 boissons supplémentaires. Ainsi, sur les 183 boissons laitières et végétales recensées dans la base de données de composition nutritionnelle (produits récoltés en épicerie), les données de ventes étaient disponibles pour 141 d'entre elles, soit 77 % de l'échantillon. Le volume de ventes des produits pour lesquels les informations nutritionnelles et de ventes sont disponibles s'élève à plus de 44 millions de kilogrammes. Par rapport au volume de ventes totales de la base de données de NielsenIQ pour ces types de produits, qui totalise plus de 54 millions de kilogrammes, cela représente une couverture de 81 % du marché des boissons laitières et végétales au Québec.

4.5 Analyses statistiques

Afin d'offrir une description générale de l'offre et des achats des boissons laitières et végétales au Québec, de même que leur évolution, des tableaux de fréquence sont présentés. Les parts de marché de chaque classification de boissons en 2025 sont détaillées autant en nombre de produits qu'en volume de ventes (kg). L'évolution des parts de marché est exprimée en différence de points de pourcentage (pp)^h par rapport à 2022. L'évolution de la diversitéⁱ est exprimée en nombre de produits qui diffèrent avec l'année de référence (2022), puis les différences dans la répartition sont présentées en pp.

Chaque type de boissons laitières et végétales de 2025 est d'abord comparé aux autres types sur la base de sa composition nutritionnelle et de son prix. Ces analyses sont une fois de plus répétées en pondérant pour le volume de ventes, ce qui permet de mieux représenter ce que la population québécoise achète. Tout au long du présent rapport, les

^h Le point de pourcentage est une unité pour désigner la différence arithmétique entre deux pourcentages.

ⁱ La diversité représente le nombre de produits différents retrouvés sur le marché pour une année donnée. Un produit n'est pas considéré différent si seul le format de vente varie. Dans l'éventualité où plusieurs formats existent sur le marché, les ventes de chaque format sont additionnées.

données pondérées pour les ventes sont libellées comme étant « les achats » afin d'alléger le texte. Ensuite, l'évolution de ces informations entre 2022 et 2025 est présentée en unité et en pourcentage relatif pour chaque type de boissons laitières et végétales.

Des figures illustrant la moyenne des teneurs en nutriments d'intérêt pour cette catégorie sont présentées en annexe. D'autres figures illustrent l'évolution entre 2022 et 2025 de la proportion des produits offerts et des ventes en fonction des seuils de 15 % de la VQ pour les gras saturés et les sucres de même que l'équivalent (c.-à-d., 9 g) pour les protéines. Ces figures permettent de voir rapidement où se situent les produits par rapport aux seuils pour ces nutriments d'intérêt, et ce, pour chaque type de boissons.

Quant au symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage, les analyses descriptives présentent les proportions de boissons laitières et végétales qui auraient à porter ce symbole pour chaque nutriment. Ces analyses sont réalisées en fonction des seuils de Santé Canada présentés à la section 4.1.

Pour chaque classification (information présente sur l'emballage), la composition nutritionnelle et le prix de vente des produits de 2025 sont d'abord comparés à la classification de référence. Ensuite, la variation de la composition nutritionnelle et du prix entre 2022 et 2025 est évaluée en unité et en pourcentage relatif pour chaque classification de boissons laitières et végétales.

Finalement, la composition nutritionnelle et le prix de vente selon le statut (nouveau, identique, modifié ou retiré) ont été comparés en combinant l'ensemble des boissons laitières et végétales et des données de ventes des collectes de 2022 et de 2025. Des analyses descriptives détaillant la composition nutritionnelle et le prix en fonction du statut des boissons sont également présentées. Ces analyses permettent notamment d'évaluer si les produits modifiés depuis 2022 se sont améliorés quant à leur composition nutritionnelle.

Les tests utilisés sont le test de Kruskal-Wallis lorsque les données ne sont pas pondérées pour les ventes et des régressions sur les rangs lorsque pondérées. Pour tous les tests statistiques, le seuil de significativité ($\alpha=0,05$) a été corrigé à l'aide de la méthode de correction de Bonferroni pour prendre en compte les comparaisons multiples.

Résultats et interprétation des données

5.1 Diversité des boissons lactières et végétales (objectif 1)

Le tableau 6 présente le nombre de produits différents (diversité) en ordre décroissant, les ventes pour chaque classification ainsi que l'évolution comparativement à 2022.

La diversité est présentée en nombre de produits et en pourcentage que ce nombre représente sur l'entièreté de l'offre pour une année donnée. L'évolution de la diversité brute est exprimée en nombre de produits en comparaison avec l'année de référence (2022). Cette évolution est dite brute puisqu'elle représente l'évolution du nombre de produits d'une classification donnée. L'évolution de la diversité relative représente, quant à elle, l'évolution d'une classification relativement à l'ensemble des boissons lactières et végétales et est exprimée en points de pourcentage (pp). La diversité relative sera mise de l'avant tout au long du rapport.

Un total de 183 produits a été recensé en 2025 comparativement à 203 en 2022. Ceci représente une diminution de 20 produits, soit 10 %. Quant aux ventes, une diminution de l'ordre de 1 075 218 kg, soit 2 %, a été observée.

Tableau 6. Évolution de la diversité des boissons laitières et végétales et leurs ventes selon leur origine et l'information sur l'emballage

Classifications		Diversité 2022 (n(%))	Diversité 2025 (n(%))	Évolution de la diversité (n(pp ⁱ))	Ventes 2022 (% ⁱⁱ)	Ventes 2025 (% ⁱⁱⁱ)	Évolution des ventes (pp)
Origine	Noix	68 (34)	68 (37)	0 (+3)	26	32	+6
	Animale	58 (29)	49 (27)	-9 (-2)	43	36	-7
	Avoine	31 (15)	34 (19)	+3 (+4)	16	19	+3
	Soya	23 (11)	22 (12)	-1 (+1)	14	13	-1
	Légumineuse	12 (6)	8 (4)	-4 (-2)	0	0	0
	Riz	11 (5)	2 (1)	-9 (-4)	1	0	-1
Saveur	Sans saveur	82 (40)	79 (43)	-3 (+3)	32	42	+10
	Avec saveur	121 (60)	104 (57)	-17 (-3)	68	58	-10
Sucrée	Non sucrée	80 (39)	81 (44)	+1 (+6)	33	43	+10
	Sucrée	123 (61)	102 (56)	-21 (-6)	67	57	-10
Arôme	Sans arôme	40 (20)	32 (17)	-8 (-3)	11	11	0
	Avec arôme	163 (80)	151 (83)	-12 (+3)	89	89	0
Enrichissement	Enrichie	157 (77)	139 (76)	-18 (-1)	94	97	+3
	Non enrichie	46 (23)	44 (24)	-2 (+1)	6	3	-3
Écoresponsabilité	Sans mention	132 (65)	117 (64)	-15 (-1)	63	49	-14
	Avec mention	71 (35)	66 (36)	-5 (+1)	37	51	+14
Clientèle cible	Population générale	148 (73)	109 (60)	-39 (-13)	80	72	-8
	Santé	28 (14)	33 (18)	+5 (+4)	13	16	+3
	Sportif	18 (9)	27 (15)	+9 (+6)	1	1	0
	Enfant	9 (4)	9 (4)	0 (0)	6	4	-2
	Diète	0 (0)	5 (3)	+5 (+3)	0	7	+7
Caractéristique particulière	De base	111 (55)	103 (56)	-8 (+1)	60	64	+4
	Biologique	49 (24)	40 (22)	-9 (-2)	16	11	-5
	Aspect naturel	43 (21)	40 (22)	-3 (+1)	24	25	+1
Total		203	183	-20	45 515 431 kg	44 440 213 kg	

i pp : points de pourcentage.

ii Nombre de produits pour lesquels les données de ventes étaient disponibles en 2022 : 148.

iii Nombre de produits pour lesquels les données de ventes étaient disponibles en 2025 : 141.

Selon le tableau ci-dessus, les boissons à base de noix (n=68/183; 37 %) constituent la majorité des boissons offertes sur le marché lorsqu'analysées selon l'**origine**. C'était également le cas en 2022. De plus, leur diversité relative a augmenté de 3 pp depuis le portrait initial, tandis que leurs ventes ont augmenté de 6 pp. Toutefois, ce sont toujours les boissons laitières (origine animale) qui détiennent la majorité des parts de ventes (36 %) et ce, malgré des diminutions de diversité et de ventes de 2 pp et 7 pp depuis 2022, respectivement. D'un autre côté, les boissons à base d'avoine ont vu leur diversité et leurs ventes augmenter de 4 pp et 3 pp, respectivement. Quant à elles, les boissons de soya ne représentent que 12 % des produits offerts sur le marché (+1 pp de diversité relative depuis 2022) et 13 % des ventes de boissons laitières et végétales (-1 pp depuis 2022). Finalement, les boissons à base de légumineuses ou de riz n'occupent qu'une très faible part de marché (à peine 5 % de l'offre) et demeurent très peu vendues.

Ce sont toujours les boissons laitières qui détiennent la majorité des parts de ventes (36 %) en 2025 et ce, malgré des diminutions de diversité et de ventes depuis 2022.

En ce qui concerne la classification selon la **saveur**, les boissons laitières et végétales sans saveur spécifiée sur l'emballage ont connu des augmentations de diversité de 3 pp et de ventes de 10 pp depuis 2022. Malgré cela, les boissons avec une saveur demeurent les plus nombreuses (57 %) et les plus vendues (58 %). Quant à la classification selon la présence de sucres et/ou d'édulcorants ajoutés (**sucrée**), les boissons contenant ces ingrédients sont aussi les plus nombreuses (56 %) et les plus vendues (57 %). Elles ont également connu des diminutions de diversité et de ventes de 6 pp et 10 pp, respectivement. D'un autre côté, la classification selon l'ajout d'**arômes** a révélé que la plupart des boissons contiennent des arômes ajoutés (83 % de l'offre, +3 pp depuis 2022). Elles détiennent aussi la majorité des ventes (89 % des ventes, tout comme en 2022).

Quant à la classification selon l'**enrichissement**, la majorité des boissons laitières et végétales de 2025 sont enrichies en vitamines et minéraux (76 % de l'offre, représentant 97 % des ventes). D'autre part, la mention d'**écoresponsabilité** a été remarquée sur 36 % des boissons sur le marché (+1 pp depuis 2022). Elles détiennent aussi maintenant une majorité des parts de ventes en 2025 (51 % des ventes, +14 pp depuis 2022).

Les boissons affichant une mention d'écoresponsabilité détiennent la majorité des parts de ventes en 2025 (51 % des ventes, +14 pp depuis 2022).

La classification selon la **clientèle cible** a montré que davantage de boissons visent une clientèle spécifique en 2025 comparativement à 2022. En effet, les boissons laitières et végétales destinées à la population générale ont vu leur diversité et leurs ventes diminuer de 13 pp et 8 pp depuis 2022, respectivement. D'un autre côté, un plus grand nombre de boissons visent maintenant une clientèle soucieuse de sa santé (18 % de l'offre, +4 pp depuis 2022) ou une clientèle sportive (15 % de l'offre, +6 pp depuis 2022). Concernant la

caractéristique particulière, les boissons de base (sans caractéristique particulière) ont connu des augmentations de diversité de 1 pp et de ventes de 4 pp. Finalement, les produits d'aspect naturel représentent maintenant 25 % des ventes de la catégorie en 2025 (+1 pp par rapport à 2022).

Au-delà de la diversité de produits, la représentativité des boissons laitières et végétales peut être illustrée en considérant le **statut** des produits (c.-à-d., identique, modifié, nouveau ou retiré) en comparaison avec 2022. La figure 3 ci-dessous illustre le pourcentage de produits selon leur statut.

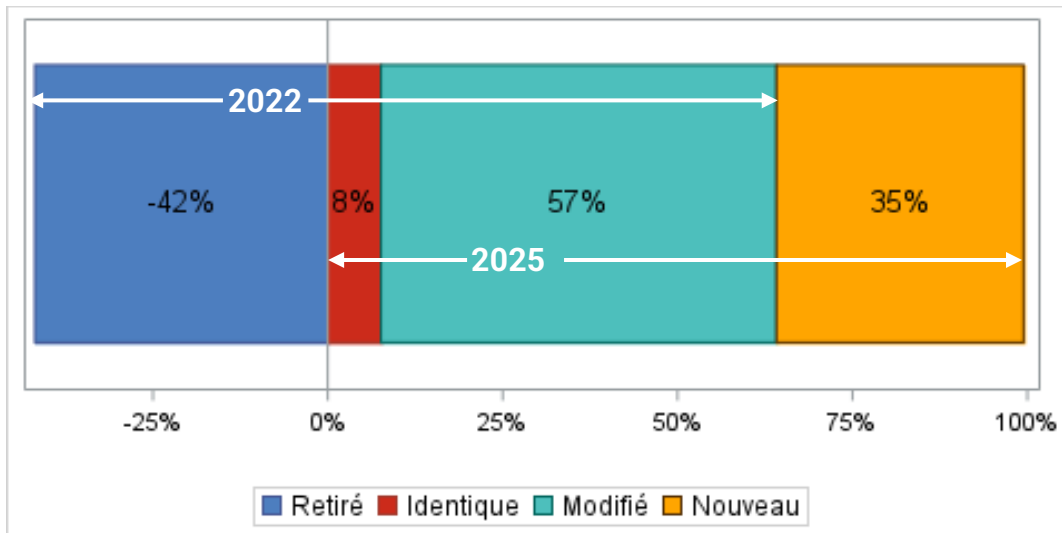


Figure 3. Statut de l'ensemble des boissons laitières et végétales recensées en 2025 comparativement à 2022

Pour l'ensemble de l'offre de 2025 :

- 8 % des produits sont demeurés identiques à 2022 (n=14/183; 5 % des ventes);
- 57 % des produits ont été modifiés depuis 2022 (n=104/183; 76 % des ventes);
- 35 % sont de nouveaux produits (n=65/183; 19 % des ventes);
- 42 % des produits ont été retirés depuis 2022 (n=85/203; 12 % des ventes en 2022).

Parmi les 104 produits modifiés, 86 % (n=89/104) ont eu un changement dans la liste des ingrédients, 74 % (n=77/104) dans le TVN et 55 % (n=57/104) au niveau de l'emballage. De plus, 69 % (n=72/104) ont de nouvelles informations relatives à la nutrition et la santé, alors que 61 % (n=63/104) ont de nouvelles informations portant sur autre chose que la nutrition ou la santé. Le nombre de raisons ayant mené à un statut modifié est présenté en annexe (tableau 13). Toujours concernant les produits modifiés, 79 % d'entre eux ont conservé le même CUP, alors que 21 % avaient un CUP différent. À ce sujet, il n'existe aucun lien statistique entre une modification du TVN et une modification du CUP.

La figure suivante présente la répartition du statut des produits selon l'origine des boissons recensées.

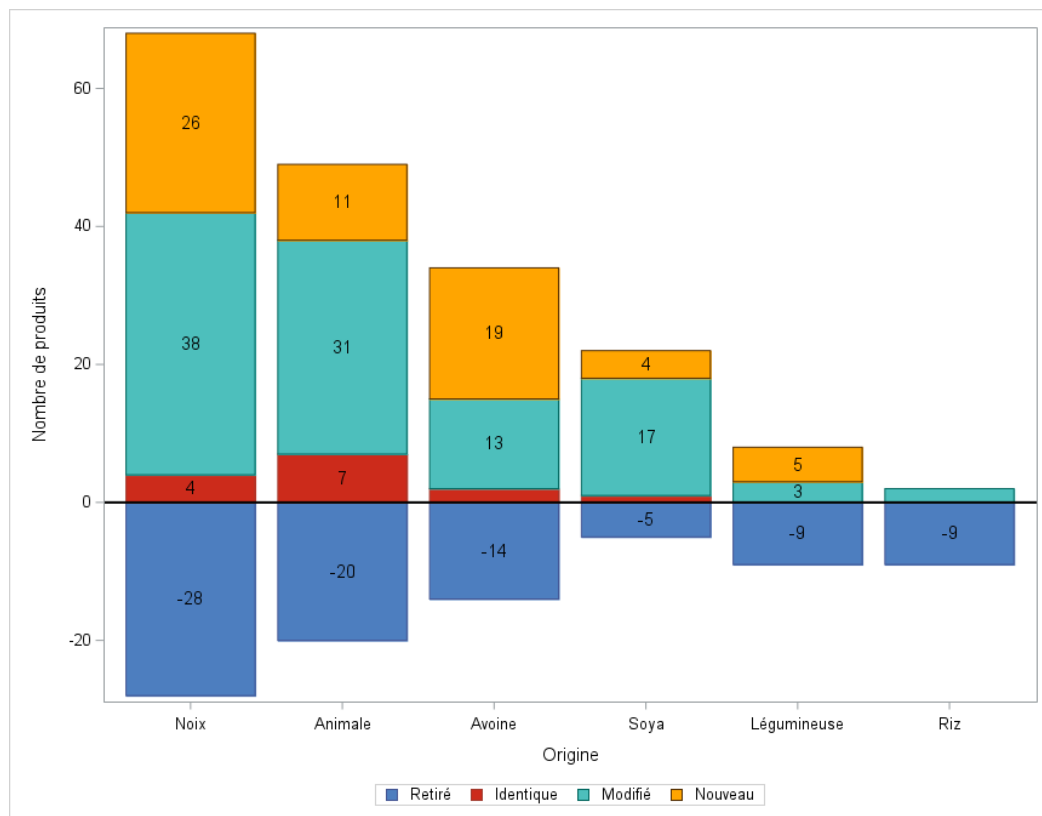


Figure 4. Répartition des boissons lactières et végétales par origine selon le statut en 2025 comparativement avec 2022

Selon la figure 4, il est possible de remarquer que les boissons à base de noix ou d'avoine proposent la plus grande quantité de nouveaux produits ($n=26/68$; 38 %^j pour celles à base de noix et $n=19/34$; 56 % pour les boissons à base d'avoine). Les produits à base de noix ont également la plus grande proportion de produits modifiés ($n=38/68$; 56 %), suivis par les boissons d'origine animale (31/49; 63 %).

5.2 Composition nutritionnelle et prix de vente (objectif 2)

Le tableau 7 à la page suivante présente la composition nutritionnelle et le prix de vente par 250 mL de boissons lactières et végétales sur le marché en 2025, ainsi que le pourcentage de variation comparativement aux produits de 2022. La variation en valeur absolue y est également présentée.

^j Les pourcentages des produits dans chacun des statuts se calculent comme suit : le même dénominateur sert à calculer le pourcentage des produits identiques, modifiés et nouveaux. Ce dénominateur est le nombre de produits retrouvés sur le marché en 2025 par origine de boissons. Quant au calcul concernant les produits retirés, le dénominateur utilisé est le nombre de produits de ce même type retrouvés sur le marché lors de l'année de référence (soit 2022).

Tableau 7. Composition nutritionnelle et prix de vente des boissons laitières et végétales offertes et vendues en 2025 (n=183) par portion de 250 mL et pourcentage de variation par rapport à 2022 (n=203)

	Énergie (kcal)		Lipides (g)		Gras saturés (g)		Glucides (g)		Sucres (g)		Protéines (g)		Sodium (mg)		Calcium (mg)		Vitamine D (µg)		Vitamine A (µg)		Vitamine B12 (µg)		Prix de vente (\$ constants)	
	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats
Valeur	107±50	111±52	3,8±1,9	3,4±1,1	1,0±1,2	1,0±0,9	12±10	15±11	8,6±9,2	11,9±10,4	6,3±6,0	5,0±3,7	127±55	139±43	278±138	287±57	3,4±2,1	2,9±1,2	111±30	120±29	1,1±0,9	1,0±0,1	1,29±0,81	0,91±0,30
Variation en unité	-7,9±5,6	-11,5±5,9	0,0±0,2	0,0±0,1	-0,2±0,1	-0,1±0,1	-2,8±1,1	-2,7±1,2	-2,5±1,0	-2,8±1,2	0,9±0,6	-0,2±0,4	-1,7±5,4	-9,5±5,3	-15,1±14,6	-11,1±8,0	-1,7±0,4	-2,1±0,4	21,3±4,8	12,1±3,9	0,1±0,1	0,0±0,0	0,05±0,09	0,01±0,04
Variation en %	-6,9±4,9	-9,4±4,9	-0,9±5,0	1,2±3,9	-13,7±11,4	-9,8±10	-18,7±7,1	-14,7±6,8	-22,3±9,0	-19,3±8,3	15,9±10,5	-4,1±7,7	-1,4±4,2	-6,4±3,5	-5,2±5,0	-3,7±2,7	-33,9±7,0	-42,6±7,0	23,9±5,3	11,1±3,6	5,9±8,7	-0,3±1,3	4,2±6,9	-0,9±4,3

Moyenne ± écart-type.

Offre=Composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales offerts sur le marché (n=183).

Achats=Composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales vendues (la moyenne a été pondérée selon le nombre de portions vendues) (n=141).

Les cases en orange signifient que la valeur est significativement supérieure à celle de 2022.

Les cases en bleu signifient que la valeur est significativement inférieure à celle de 2022.

Le seuil utilisé est 0,385% (p<0,00385) et correspond à la correction de Bonferroni (5 % / 13 ; seuil de signification / nombre de comparaisons effectuées).

Tout d'abord, il est possible de repérer les différences significatives entre 2022 et 2025 par l'entremise des cases de couleur. À cet égard, les boissons laitières et végétales contiennent moins de vitamine D (-34 %) et plus de vitamine A (+24 %) par portion de 250 mL qu'en 2022. À titre indicatif, les produits de 2025 fournissent 23 % de la VQ pour la vitamine D et 37 % de la VQ pour la vitamine A, alors que c'était 34 % et 30 % en 2022, respectivement.

D'autre part, la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales de 2025 présente quelques améliorations depuis 2022. En fait, bien que cette variation ne soit pas significative, les boissons offertes en 2025 ont moins de sucres (-22 %, $p=0,02139$) par rapport à 2022. De plus, cette diminution demeure présente lorsque les données sont pondérées en fonction des ventes (-19 %). Cela signifie que les consommateurs ont acheté des boissons avec moins de sucres et/ou que les grands vendeurs ont amélioré leurs produits à ce niveau. Quant aux protéines, celles-ci ont vu leur contenu augmenter de 16 % dans les boissons offertes, tandis que leur contenu a diminué de 4 % dans les boissons achetées. Encore une fois, cela signifie que l'augmentation du contenu protéique dans les boissons offertes ne s'est pas reflétée au niveau des ventes.

Les variations en nutriments d'intérêt (gras saturés, sucres et protéines) sont illustrées à la figure 5 tant pour l'offre que pour les achats. Tel que mentionné ci-haut, ces variations ne sont pas significatives.

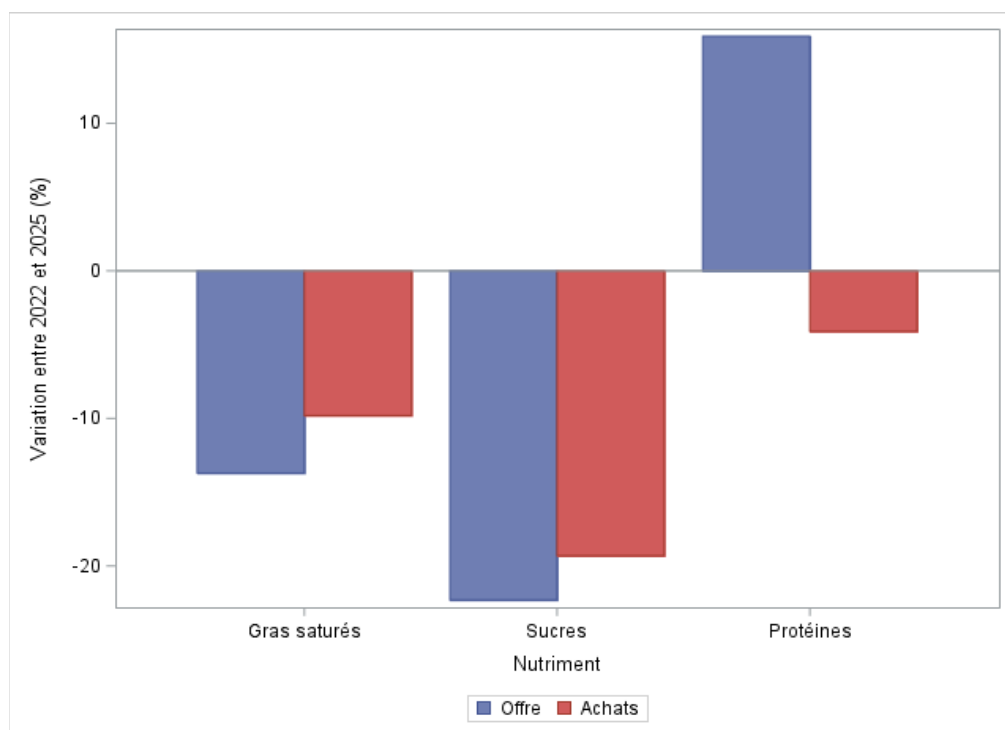


Figure 5. Pourcentage de variation des nutriments d'intérêt pour l'offre et les achats de l'ensemble des boissons laitières et végétales entre 2022 et 2025

Ces mêmes analyses ont été reprises selon les différents types de boissons lactières et végétales. Ainsi, le tableau 8 à la page suivante présente la composition nutritionnelle des produits de 2025 en comparaison avec 2022 en fonction de l'origine des boissons. Les données pour l'année 2025 y sont présentées et comparées avec l'année de référence (2022) en pourcentage de variation pour une portion de 250 mL. Les données pour le lait de vache nature (n=4; correspondant aux quatre types de produits possibles selon le pourcentage de matières grasses) sont également indiquées à des fins de comparaison supplémentaire. À noter que la composition nutritionnelle du lait nature est réglementée, ce qui explique l'absence de variations dans l'offre entre 2022 et 2025. Cependant, puisque les ventes pour ces produits diffèrent par rapport à 2022, les variations de composition nutritionnelle sont indiquées pour les achats.

Tableau 8. Composition nutritionnelle et prix de vente des boissons lactières et végétales de 2025 (n=183) selon l'origine par portion de 250 mL et variation par rapport à 2022 (n=203)

Origine		Énergie (kcal)		Lipides (g)		Gras saturés (g)		Glucides (g)		Sucres (g)		Protéines (g)		Sodium (mg)		Calcium (mg)		Vitamine D (µg)		Vitamine A (µg)		Vitamine B12 (µg)		Prix de vente (\$ constants)	
		Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats
Lait de vache (n=4) [§]	Teneur	121±30	130±18	4,0±3,5	5,2±2,1	2,5±2,0	3,2±1,2	13±0	15±11	13,2±0,2	13,1±0,1	8,5±0,3	8,4±0,2	114±5	117±5	310±13	307±10	2,6±0,0	2,6±0,0	152±22*	153±19*	1,3±0,1*	1,3±0,1*	N/A	N/A
	Unité ^α	-	1,7±12,5	-	0,2±1,5	-	0,1±0,8	-	0,0±0,1	-	0,0±0,1	-	0,0±0,1	-	0,0±0,0	-	-0,9±0,7	-	0,0±0,0	-	-1,5±12,7	-	0,0±0,0	-	-
	% ^{§§§}	-	1,3±9,7	-	4,0±29,7	-	3,5±26,6	-	-0,1±1,1	-	-0,1±0,8	-	-0,2±1,6	-	0,0±0,0	-	-0,3±2,3	-	0,0±0,0	-	-1,0±8,2	-	-0,3±5,0	-	-
Noix (n=68/32%) ^{§§}	Teneur	67±38**	52±24**	3,8±2,1	3,1±1,0	0,8±1,2**	0,5±0,8**	6±7**	5±6**	4,4±6,2**	3,8±6,08**	2,6±3,7**	1,6±2,1**	126±53	148±40	235±138	284±72	3,2±2,9	3,4±1,5	97±11	100±0	1,2±1,3	1,0±0,0	1,09±0,87*	0,69±0,12**
	Unité	10,3±5,7	-2,9±5,0	0,7±0,3	0,2±0,2	0,0±0,2	0,0±0,2	0,0±1,1	-1,6±1,3	-0,4±1,1	-1,6±1,2	1,3±0,5	0,4±0,3	-6,7±8,4	-8,0±8,0	-48,1±25,1	14,6±17,4	-1,7±0,7	0,6±0,4	26,0±5,5	15,6±4,7	0,1±0,2	0,0±0,0	0,27±0,11	-0,01±0,02
	%	18,2±10,0	-5,2±9,0	21,8±9,0	7,0±6,3	-2,2±26,6	-2,3±34,7	-0,6±18,5	25,0±19,3	-9,2±22,5	-29,0±22,9	101,2±37,3	33,7±27,4	-5,1±6,4	-5,1±5,2	-17,0±8,9	5,4±6,5	-35,0±13,4	21,3±15,3	36,7±7,8	18,5±5,6	10,4±18,1	-2,3±1,0	33,6±13,8	-1,6±3,4
Animale (n=49/36%)	Teneur	157±38*	168±12*	3,3±2,0	2,8±0,7**	1,9±1,2*	1,7±0,5*	19±11*	27±5*	17,7±10,7*	24,3±3,9*	13,1±5,4*	8,7±2,1*	164±43*	166±28*	360±113	283±57**	4,4±1,6*	2,9±0,8	138±43*	156±18*	1,3±0,3*	1,3±0,2*	1,87±0,72*	1,27±0,18*
	Unité	-20,3±8,1	3,3±3,0	-0,9±0,5	-0,1±0,2	-0,6±0,3	-0,1±0,2	-4,5±2,1	0,7±1,0	-4,1±2,1	-0,8±0,9	1,5±1,0	0,9±0,5	-4,0±8,4	-13,6±6,2	-10,5±21,0	-36,6±13,3	-1,6±0,6	-4,6±0,6	28,3±8,6	25,7±5,2	0,4±0,2	0,3±0,1	0,12±0,15	0,10±0,08
	%	-11,4±4,6	2,0±1,8	-22,1±10,6	-4,9±7,4	-24,1±10,9	-4,3±9,1	-18,9±8,7	2,6±3,7	-18,6±9,4	-3,0±3,5	13,2±8,6	11,6±6,7	-2,4±5,0	-7,6±3,4	-2,8±5,7	-11,5±4,2	-27,2±10,5	-61,4±7,7	25,8±7,8	19,7±4,0	50,5±17,9	31,7±12,8	6,9±8,7	8,5±6,5
Avoine (n=34/19%)	Teneur	109±30	108±27	4,1±1,8	4,4±1,1*	0,7±1,1	0,6±0,9	15±6	15±5	5,7±4,6	5,9±3,9	2,7±1,8	2,6±1,4	102±33**	113±19**	260±118	298±32	3,0±1,4	2,6±1,2	100±0	100±0	1,0±0,0	1,0±0,0	1,01±0,45	0,73±0,12
	Unité	-9,2±7,8	-16,4±6,7	0,0±0,5	0,1±0,3	0,2±0,2	0,2±0,2	-2,6±1,6	-3,7±1,2	-1,6±1,1	-0,8±1,0	-0,2±0,5	-0,9±0,3	6,2±9,2	1,0±7,2	18,5±33,0	20,3±17,6	0,9±0,3	0,6±0,2	15,8±8,6	0,0±0,1	0,0±0,0	0,0±0,0	-0,57±0,27	0,01±0,06
	%	-7,8±6,7	-13,2±5,3	1,0±11,2	1,8±7,1	46,1±40,9	35,3±33,9	-14,6±9,1	-19,5±6,6	-22,0±15,6	-12,1±14,2	-7,2±16,4	-25,7±9,6	6,5±9,5	0,9±6,4	7,7±13,7	7,3±6,4	41,2±14,0	29,5±11,9	18,8±10,2	0,0±0,1	3,8±2,7	0,4±0,4	-36,1±17,1	0,8±8,6
Soya (n=22/13%)	Teneur	108±26	104±22	4,3±0,8	4,3±0,7*	0,6±0,1	0,5±0,1	10±6	9±5	7,1±5,1	6,2±4,6	7,5±1,8	7,2±0,8	80±40**	85±31**	243±109	294±42	2,1±0,2**	2,0±0,1**	101±6	100±0	1,0±0,0	1,0±0,0	0,86±0,41	0,72±0,09
	Unité	-9,5±9,4	-9,4±8,3	0,0±0,2	0,0±0,2	-0,1±0,1	0,0±0,0	-2,5±2,1	-2,9±2,0	-2,4±2,0	-2,7±1,8	0,2±0,5	0,2±0,2	-3,2±11,6	0,8±9,9	-24,1±35,6	-13,8±18,0	-2,7±0,8	-1,5±0,7	20,6±8,8	6,5±4,5	-0,2±0,1	0,0±0,0	0,04±0,11	-0,02±0,05
	%	-8,1±8,0	-8,3±7,4	0,3±5,8	-0,6±5,4	-9,5±13,6	0,3±9,1	-20,9±17,0	-24,9±16,9	-25,6±21,0	-30,8±20,1	2,8±6,8	3,0±3,4	-3,9±13,9	0,9±11,7	-9,0±13,3	-4,5±5,9	-57,1±17,2	-43,3±19,8	25,4±10,9	6,9±4,8	-15,9±9,2	-4,4±2,2	4,8±13,6	-3,3±6,2
Légumineuse (n=8/0%)	Teneur	115±36	85±28	4,4±1,8	3,3±0,9	0,4±0,3	0,2±0,2	8±6	4±6	4,5±5,6	2,4±5,7	10,6±3,2	9,1±1,0	171±73	129±13	295±231	443±50	3,5±1,6	3,3±1,5	100±0	100±0	1,0±0,0	1,0±0,0	1,87±0,80	1,33±0,02
	Unité	20,7±15,1	-1,5±13,5	-0,3±0,8	-2,0±0,6	0,0±0,2	0,0±0,1	1,7±2,7	-0,4±2,9	-0,7±2,5	-1,2±2,7	4,0±1,4	4,3±0,7	42,9±27,7	-42,5±11,3	66,6±94,7	144,2±41,1	-1,5±0,7	-1,7±0,7	-50,0±67,1	-17,3±59,8	0,3±0,1	0,2±0,0	0,66±0,31	0,49±0,12
	%	22,0±16,0	-1,7±15,6	-5,6±16,7	-38,4±10,8	-3,6±36,7	-13,5±58,1	26,2±41,3	-9,1±61,2	-12,9±48,8	-32,1±74,9	59,5±20,5	38,8±14,5	33,5±21,6	-24,8±6,6	29,1±41,4	48,2±13,8	-29,1±13,0	-34,1±13,3	-33,3±44,7	-14,7±51,0	40,7±7,9	23,6±3,4	54,7±25,7	58,6±14,0
Riz (n=2/0%)	Teneur	130±0	130±0	2,5±0,0	2,5±0,0	0,3±0,0	0,3±0,0	26±0	26±0	14,0±0,0	14,0±0,0	1,0±0,0	1,0±0,0	45±0	45±0	300±0	300±0	2,0±0,0	2,0±0,0	100±0	100±0	1,0±0,0	1,0±0,0	0,90±0,04	0,88±0,01
	Unité	-16,2±7,7	-0,2±2,2	-1,0±0,5	0,0±0,1	-0,2±0,1	0,0±0,0	-1,7±1,2	0,0±0,3	-0,2±0,9	3,5±0,6	-0,4±0,3	-0,9±0,1	-45,9±6,0	-22,4±2,7	94,5±54,5	-81,7±17,3	-5,6±1,4	-7,0±0,1	8,0±2,0	10,0±0,1	-0,2±0,0	-0,2±0,0	-0,16±0,10	0,05±0,03
	%	-11,1±5,3	-0,2±1,7	-27,6±14,9	-1,2±4,2	-38,9±24,8	-2,8±9,4	-6,2±4,4	-0,2±1,1	-1,3±6,4	33,0±5,7	-27,6±19,6	-47,0±7,4	-50,5±6,6	-33,2±4,0	46,0±26,5	-21,4±4,5	-73,7±18,4	-77,8±1,1	8,7±2,2	11,1±0,2	-14,5±2,6	-16,7±0,2	-15,0±9,9	5,7±4,0

Moyenne ± écart-type.
 Offre=Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales offertes sur le marché (n=183).
 Achats=Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales vendues (la moyenne a été pondérée en fonction du nombre de portions vendues) (n=141).
 Teneur : Les cases ayant un * signifient que la valeur est significativement supérieure aux autres types de boissons lactières et végétales tandis que les cases ayant ** signifient que la valeur est significativement inférieure aux autres types de boissons lactières et végétales.
 Variation : Les cases en orange signifient que la valeur est significativement supérieure aux boissons lactières et végétales de la même origine en 2022 tandis que les cases en bleu signifient que la valeur est significativement inférieure aux boissons lactières et végétales de la même origine en 2022.
 Le seuil utilisé est 0,0549% (p<0,000549) et correspond à la correction de Bonferroni (5% / 91 ; seuil de signification / nombre de comparaisons effectuées).
 § Inclut les quatre types de lait nature possibles selon le pourcentage de matières grasses (0, 1, 2 ou 3,25 %).
 §§ Le n représente la variété de produits offerts et les pourcentages indiquent le pourcentage du volume de ventes. Le volume de ventes, plutôt que le nombre de produits, détermine la puissance des tests effectués pour les achats.
 §§§ = variation en % (2025 vs 2022).
 α = variation en unité (2025 vs 2022).

Les astérisques présentés au tableau 8 permettent d'identifier les différences de composition nutritionnelle au sein des boissons laitières et végétales de 2025 selon leur origine. Le lait de vache nature a été utilisé comme référence dans cette étude. Il contient plus de vitamine A et de vitamine B₁₂ que les autres boissons. Quant aux boissons à base de noix, ces dernières fournissent notamment moins de gras saturés, de sucres et de protéines que les autres boissons laitières et végétales. Les boissons de noix sont également vendues à un prix de vente supérieur, tout comme les boissons d'origine animale. Ces dernières fournissent plus de gras saturés, de sucres, de protéines, de sodium et des différentes vitamines par rapport au lait nature et aux boissons végétales. En ce qui concerne les autres boissons végétales (avoine, soya, légumineuse ou riz), celles-ci présentent peu de différences significatives dans leur composition nutritionnelle par rapport aux autres produits recensés dans la catégorie. Cela dit, les boissons de soya continuent d'être les plus comparables au lait de vache nature en termes de contenu protéique (7,5 g contre 8,5 g, respectivement). De plus, les boissons à base de légumineuses fournissent maintenant une teneur moyenne en protéines supérieure au lait de vache (10,6 g).

Les boissons à base de noix fournissent moins de gras saturés, de sucres et de protéines que les boissons laitières et les autres boissons végétales.

Les variations de la composition nutritionnelle de 2025 comparativement à 2022 sont repérables au tableau 8 par les cases de couleur. Il est possible de constater que ces variations significatives ne concernent que les vitamines et minéraux ajoutés. Les boissons à base de noix offertes en 2025 fournissent plus de vitamines A et B₁₂ par rapport à 2022. D'autre part, les boissons achetées à base de riz ainsi que celles d'origine animale contiennent moins de calcium et de vitamine D par rapport à 2022. Finalement, les boissons achetées à base de riz fournissent également plus de vitamine A et moins de vitamine B₁₂ qu'en 2022.

5.2.1 Comparaison avec les seuils de la valeur quotidienne

Au-delà de la valeur nutritive absolue présentée par portion de 250 mL, il est également possible d'illustrer la composition nutritionnelle selon le pourcentage de la VQ. Le seuil de 5 % de la VQ représente généralement une faible quantité d'un nutriment donné alors que le seuil de 15 % représente une quantité élevée, le tout pour la portion indiquée sur le TVN.

Les figures suivantes illustrent donc la variation en points de pourcentage des produits respectant le seuil de 15 % de la VQ pour les gras saturés (figure 6) et les sucres (figure 7) de même que pour le seuil de 9 g de protéines (figure 8). Ces variations sont illustrées par portion affichée sur l'emballage en 2025 comparativement à 2022. Les différences significatives sont illustrées par des astérisques. Pour toutes ces figures, les bandes bleues illustrent l'offre et les bandes rouges illustrent les achats. En ce qui concerne les teneurs en nutriments d'intérêt des boissons laitières et végétales en comparaison avec 2022, les figures se trouvent en annexe (figures 11, 12 et 13).

La figure 6 montre les variations – entre 2022 et 2025 – de la proportion (en points de pourcentage) des boissons laitières et végétales respectant le seuil de 15 % de la VQ pour les **gras saturés** (<3 g par portion indiquée sur l’emballage), selon leur origine, et ce, tant pour l’offre que pour les achats.

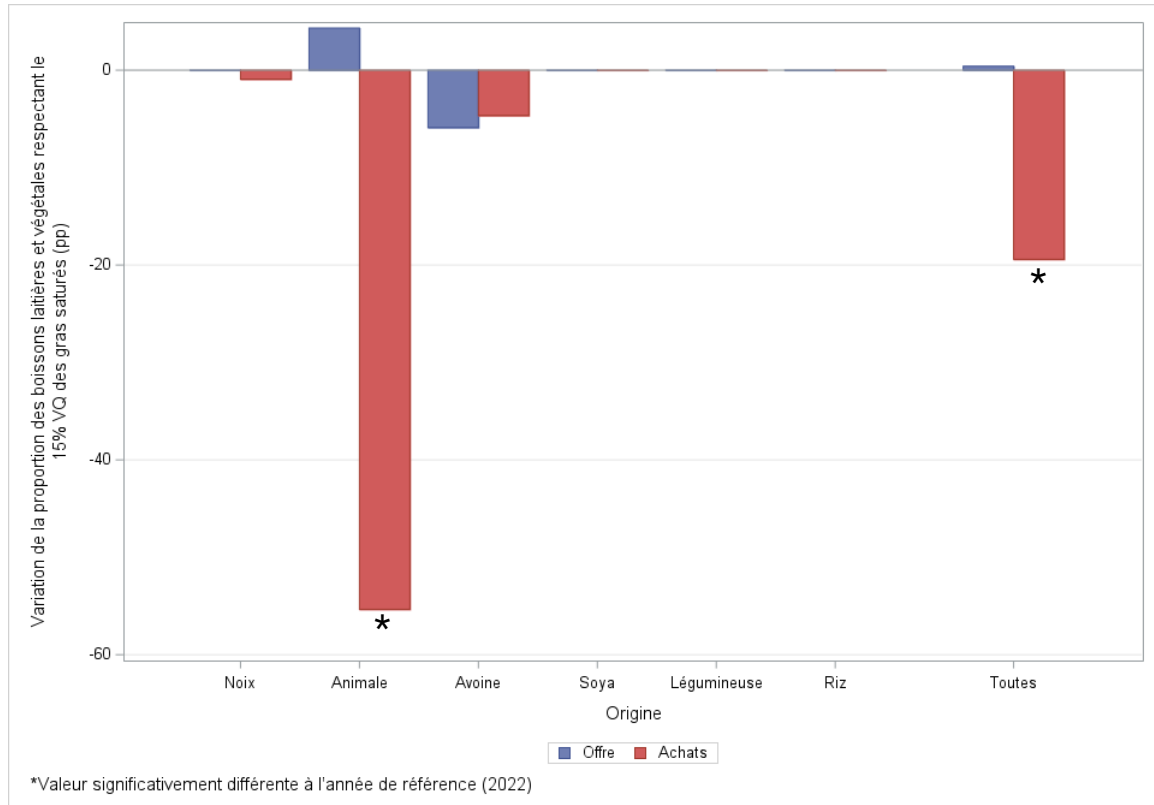


Figure 6. Évolution (2022 à 2025) de la proportion des boissons laitières et végétales de l’offre et des achats respectant le seuil de 15 % de la VQ pour les gras saturés, par portion indiquée sur l’emballage

Dans l’ensemble, une proportion identique de boissons laitières et végétales offertes en 2025 respecte le seuil de 15 % de la VQ pour les gras saturés par rapport à 2022 (84 %). Lorsque les données sont pondérées en fonction des ventes, moins de boissons respectent ce seuil en 2025 en comparaison avec 2022 (69 % contre 89 %). Cette différence est significative, tout comme celle observée pour les boissons achetées d’origine animale. En effet, ces boissons respectent moins le seuil pour les gras saturés par rapport à 2022 (22 % en 2025 contre 77 % pour 2022).

La figure 7 illustre les variations – entre 2022 et 2025 – de la proportion des boissons laitières et végétales respectant le seuil de 15 % de la VQ pour les **sucres** (<15 g par portion affichée sur l’emballage), selon leur origine, tant pour l’offre que pour les achats.

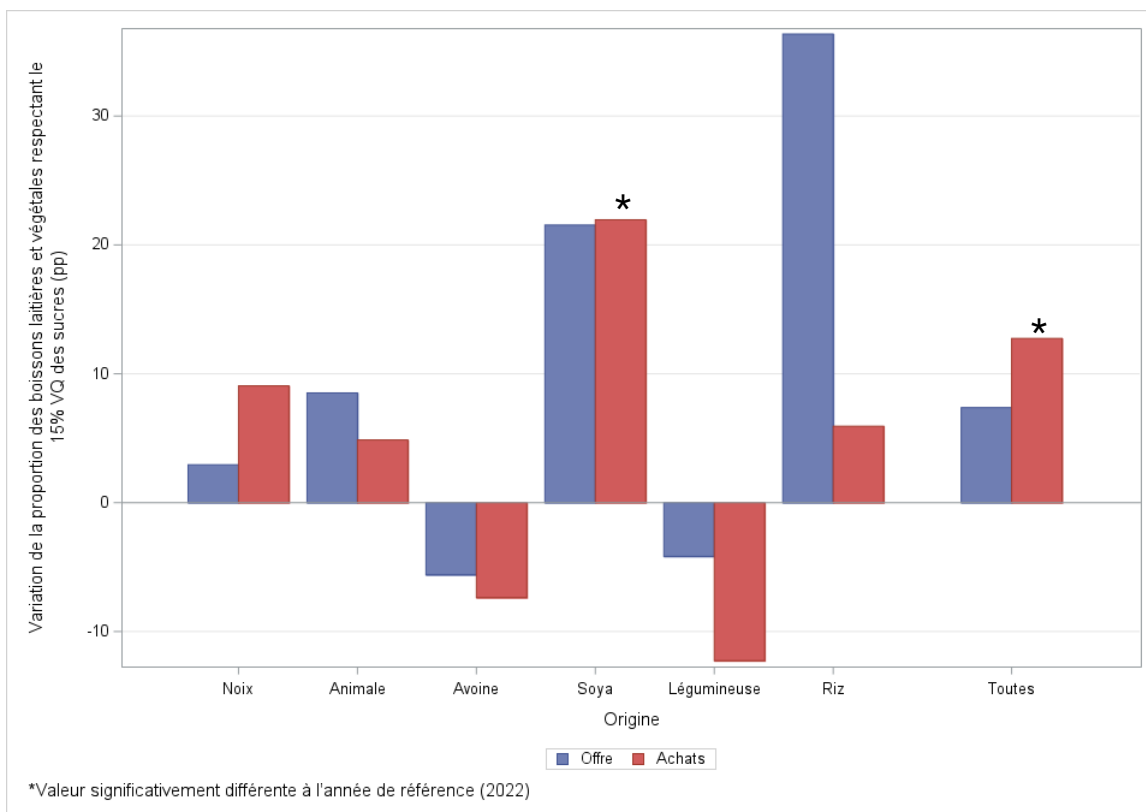


Figure 7. Évolution (2022 à 2025) du pourcentage des boissons laitières et végétales de l'offre et des achats respectant le seuil de 15 % de la VQ pour les sucres, par portion affichée sur l'emballage

De façon globale, les boissons laitières et végétales respectent davantage le seuil de 15 % de la VQ pour les sucres en 2025 par rapport à 2022. Cela est particulièrement vrai pour l'ensemble des boissons achetées pour lesquelles la différence est significative (62 % en 2025 et 50 % en 2022). L'autre différence significative se trouve dans les boissons de soya achetées en 2025, celles-ci respectant plus le seuil pour les sucres par rapport à 2022 (près de 100 % contre 78 %). À noter que la grande différence observée pour les boissons de riz offertes (+36 pp) n'est pas significative en raison du faible nombre de produits.

La figure 8 montre les variations de la proportion des boissons laitières et végétales offertes et achetées, selon leur origine, qui atteignent le seuil pour les **protéines**, soit ≥ 9 g par portion indiquée sur l'emballage. Pour plus de détails concernant le seuil, voir la note de bas de page à la page 19.

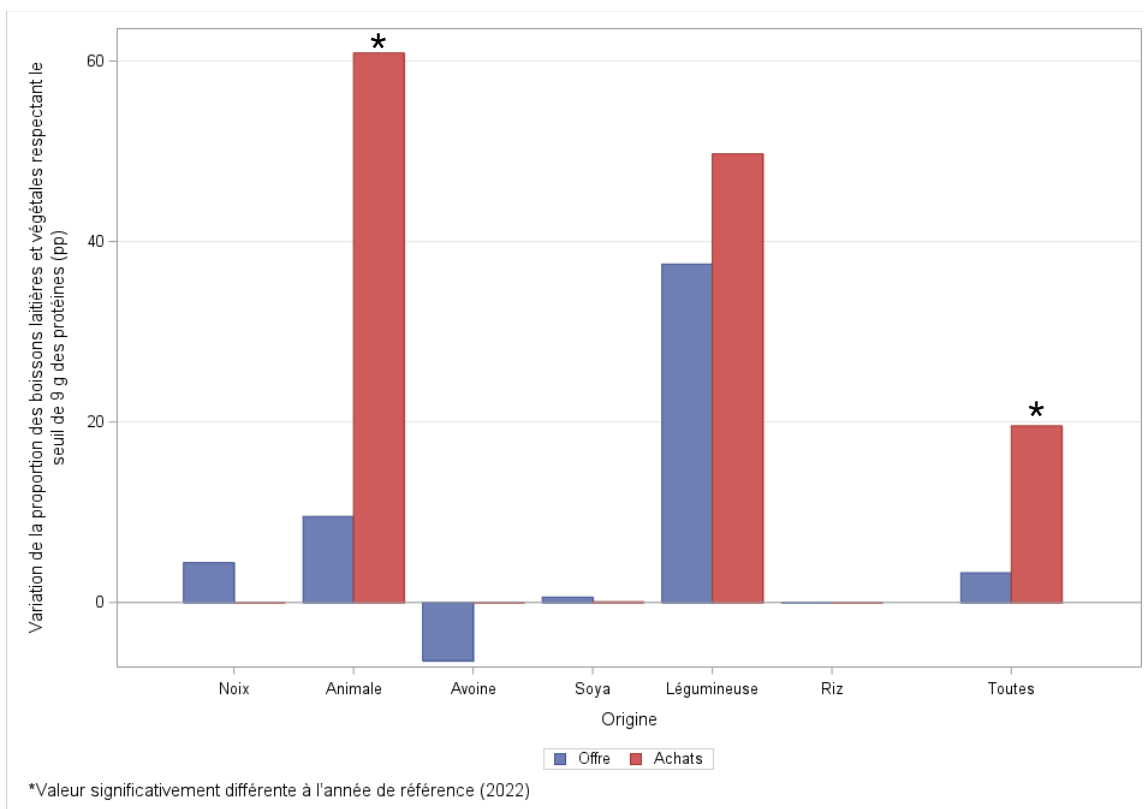


Figure 8. Évolution (2022 à 2025) de la proportion des boissons laitières et végétales de l'offre et des achats respectant le seuil de 9 g pour les protéines, par portion indiquée sur l'emballage

Dans la figure 8, il est possible de remarquer que dans l'ensemble, une plus grande proportion de boissons respecte le seuil de 9 g pour les protéines, particulièrement lorsque les ventes sont prises en considération (32 % en 2025 contre 12 % en 2022). Les boissons d'origine animale achetées présentent également une différence significative dans la proportion de produits respectant ce seuil en 2025 (88 % contre 27 % en 2022).

5.2.2 Symbole nutritionnel

Une autre façon d'interpréter ces résultats est de déterminer les boissons laitières et végétales qui devraient porter le **symbole nutritionnel sur le devant de leur emballage** signifiant que ces produits sont élevés en gras saturés, en sucres et/ou en sodium². Le tableau 9 ci-dessous présente la proportion de boissons en 2022 et 2025 qui afficheraient le symbole pour les différents nutriments autant pour l'offre que les achats. À titre de rappel, les boissons laitières vendues dans un emballage en verre réutilisable sont exemptées d'afficher le symbole. Seulement un produit recensé en 2025 pouvait bénéficier de cette exemption.

Tableau 9. Proportion de boissons laitières et végétales qui aurait à porter le symbole nutritionnel sur le devant de l'emballage

	Proportion de produits avec le symbole pour les gras saturés (%)		Proportion de produits avec le symbole pour les sucres (%)		Proportion de produits avec le symbole pour le sodium (%)		Proportion de produits avec le symbole pour au moins un nutriment (%)	
	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats
2022 (n=203)	15	11	31	50	1	3	38	53
2025 (n=183)	15	31	25	38	3	0	30	41
Variation en %	0	+20	-6	-12	+2	-3	-8	-12

Si aucun changement ne survient dans la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales actuellement disponibles, 30 % d'entre elles auraient le symbole nutritionnel sur le devant de leur emballage pour au moins un des trois nutriments. Cela représente une diminution de 8 pp depuis 2022. De plus, les boissons affichant le symbole détiennent une plus faible part des achats par rapport à 2022 (diminution de 12 pp). Plus précisément, 15 % des boissons laitières et végétales offertes en 2025 (représentant 31 % des ventes) auraient le symbole pour les gras saturés et 25 % d'entre elles l'auraient pour les sucres (représentant 38 % des ventes). Seulement 3 % des produits afficheraient le symbole concernant le sodium (représentant 0 % des ventes). En somme :

- 127 produits n'auraient aucun symbole (représentant 59 % des ventes);
- 37 produits auraient le symbole pour un nutriment (représentant 14 % des ventes);
- 15 produits auraient le symbole pour deux nutriments (représentant 27 % des ventes);
- 4 produits auraient le symbole pour trois nutriments (représentant 0,4 % des ventes).

La figure 9 suivante représente visuellement le changement dans la proportion de boissons laitières et végétales **modifiées** entre 2022 et 2025 et qui devraient porter le symbole nutritionnel pour les gras saturés et les sucres, respectivement.

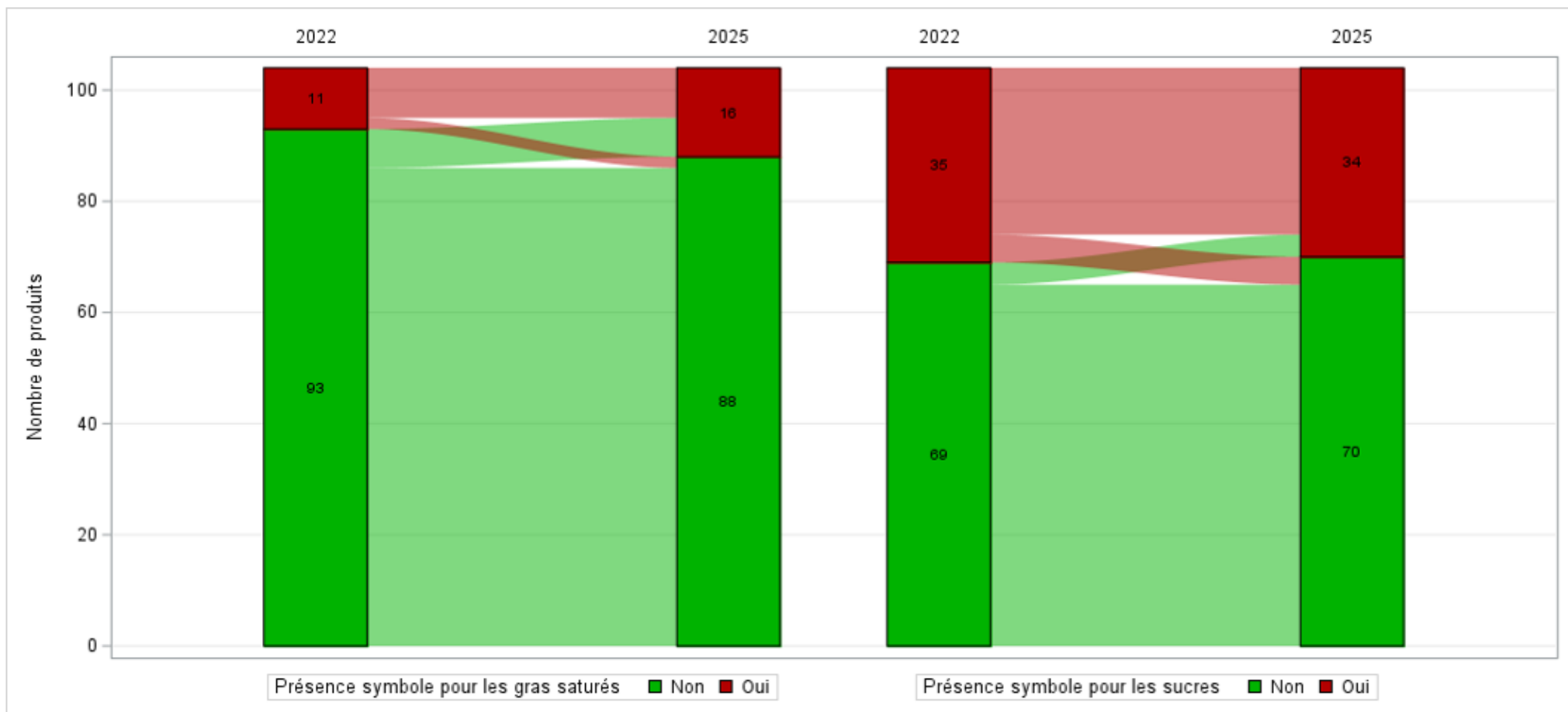


Figure 9. Évolution de l’affichage théorique du symbole nutritionnel sur le devant de l’emballage pour les gras saturés et le sucres des boissons laitières et végétales entre 2022 et 2025

La ligne passant du vert au rouge pour les gras saturés à la figure 9 est plus large que celle allant du rouge au vert. Cela signifie qu'une plus grande proportion de boissons laitières et végétales modifiées aurait à afficher le symbole pour les gras saturés en 2025 depuis 2022. À l'inverse, la ligne allant du vert au rouge est légèrement plus petite que celle allant du rouge au vert pour les sucres, ce qui signifie qu'il y a moins de boissons modifiées qui afficheraient le symbole pour les sucres en 2025 comparativement à 2022.

5.2.3 Comparaison selon les statuts

Au-delà des résultats concernant les différentes origines de boissons, la composition nutritionnelle peut également être analysée selon le statut des produits. Le tableau 10 présente donc la composition nutritionnelle des nouveaux produits (2025), des produits identiques (2022 et 2025), des produits modifiés (2025) et des produits retirés (2022). Il ne s'agit pas d'une mesure d'évolution dans le temps mais c'est plutôt chaque statut qui est mis en comparaison avec les autres statuts en fonction d'une portion de 250 mL. Par exemple, les nouvelles boissons laitières et végétales sont comparées aux produits identiques, modifiés et retirés du marché.

Tableau 10. Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales offertes et vendues selon leur statut par rapport à 2022, par portion de 250 mL

	Énergie (kcal)		Lipides (g)		Gras saturés (g)		Glucides (g)		Sucres (g)		Protéines (g)		Sodium (mg)		Calcium (mg)		Vitamine D (µg)		Vitamine A (µg)		Vitamine B12 (µg)		Prix de vente (\$ constants)	
	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats
Statut																								
Nouveaux (n=65/17%) *	103±42	75±38	4,4±2,3	3,4±1,2	1,1±1,4	0,7±1,0	10±8	7±6	5,5±6,7	3,9±4,6	6,1±6,0	4,0±4,5	118±62	136±37	241±156	310±70	3,6±3,2	4,0±1,3	107,1±36,6	103,1±12,1	1,3±1,5	1,0±0,1	1,40±0,89	0,73±0,17
Identiques (n=14/4%)	103±55	95±63	3,2±1,1	3,9±1,1	1,5±1,2	2,3±1,4	10±10	9±10	7,9±8,8	8,1±9,6	8,4±6,9	4,8±4,9	146±71	145±85	311±102	316±37	3,4±1,9	2,1±0,2	101,0±16,1	111,7±21,2	1,0±0,1	1,0±0,1	1,61±1,10	0,82±0,24
Modifiés (n=104/68%)	109±54	121±50	3,5±1,6	3,3±1,1	0,9±1,1	0,9±0,7	13±10	18±11	10,7±10,0	14,1±10,5	6,2±5,8	5,3±3,3	131±47	140±40	296±126	280±52	3,2±1,5	2,7±1,0	113,2±28,7	125,3±30,6	1,0±0,1	1,0±0,1	1,18±0,69	0,96±0,31
Retirés (n=85/11%)	117±61	137±58	4,2±2,1	3,8±1,4	1,4±1,7	2,1±1,6	16±12	20±11	11,7±10,7	18,2±11,0	4,2±4,1	5,8±3,2	124±51	149±67	270±153	248±114	5,7±3,4	4,6±3,2	99,0±65,4	118,7±39,8	1,1±0,4	1,0±0,2	1,22±0,81	0,86±0,65

Moyenne ± écart-type.

Offre=Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales offertes sur le marché (n=183).

Achats=Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales vendues (la moyenne a été pondérée en fonction du nombre de portions vendues) (n=141).

Les cases en orange signifient que la valeur est significativement supérieure aux boissons lactières et végétales des autres statuts tandis que les cases en bleu signifient que la valeur est significativement inférieure aux boissons lactières et végétales des autres statuts. Le seuil utilisé est 0,0962% (p<0,000962) et correspond à la correction de Bonferroni (5 % / 52 ; seuil de signification / nombre de comparaisons effectuées).

* Le n représente la variété de produits offerts et les pourcentages indiquent le pourcentage du volume de ventes. Le volume de ventes, plutôt que le nombre de produits, détermine la puissance des tests effectués pour les achats.

Le tableau 10 montre que les **nouvelles** boissons laitières et végétales de 2025 fournissent moins de sucres que les boissons avec un autre statut. Lorsque les ventes sont prises en considération, les nouveaux produits fournissent également moins d'énergie, de gras saturés, de glucides et plus de calcium que les boissons ayant un autre statut et ce, pour un prix de vente inférieur. Quant à elles, les boissons laitières et végétales restées **identiques** depuis 2022 ne diffèrent pas en termes de composition nutritionnelle par rapport aux produits d'un autre statut. En ce qui a trait aux boissons **modifiées** depuis 2022, elles fournissent plus de glucides, de sucres et moins de calcium que les autres boissons laitières et végétales, mais seulement lorsque les données sont pondérées pour les ventes. D'ailleurs, elles se vendent également à un prix supérieur comparativement aux boissons d'un autre statut. Finalement, les boissons **retirées** du marché depuis 2022 contenaient plus de vitamine D que les produits avec un autre statut.

Des analyses supplémentaires ont été réalisées pour les boissons laitières et végétales **modifiées** afin de mieux comprendre les changements observés dans le temps. Puisque les nouvelles boissons n'y étaient pas en 2022, que les retirées n'y sont plus en 2025 et que les identiques n'ont pas changé, seules les boissons modifiées ont pu être considérées pour cette analyse. La figure 10 qui suit illustre l'évolution des nutriments d'intérêt et sa variation moyenne. Plus précisément, l'axe horizontale présente la proportion de produits modifiés qui ont une teneur diminuée, inchangée ou augmentée pour chaque nutriment (exprimée en % de produits modifiés). À l'intérieur des bandes, le chiffre indique l'ampleur de la variation moyenne (en g).

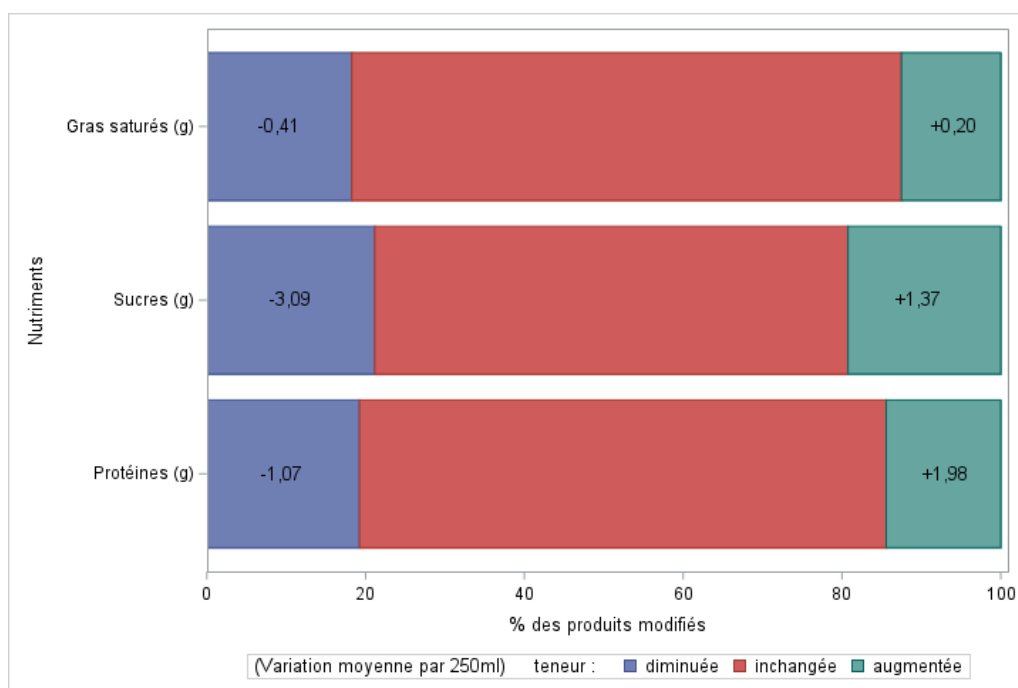


Figure 10. Variation en nutriments d'intérêt des boissons laitières et végétales modifiées entre 2022 et 2025 (n=104), par portion de 250 mL

La figure précédente montre que la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales modifiées s'est généralement améliorée depuis 2022. En effet, 18 % d'entre elles ont diminué leur teneur en gras saturés, alors que 13 % l'ont augmenté. De plus, l'ampleur de la diminution est plus importante que celle de l'augmentation (-0,41 g contre +0,20 g, respectivement). D'autre part, une proportion un peu plus grande de boissons modifiées a diminué sa teneur en sucres (21 % contre 19 % l'ayant augmentée). Encore une fois, l'ampleur de la diminution est supérieure à celle de l'augmentation (-3,09 g contre +1,37 g). D'un autre côté, une proportion plus importante de produits modifiés a réduit sa teneur en protéines (19 % contre 15 % l'ayant augmentée). Cependant, la diminution est plus faible que l'augmentation (-1,07 g contre +1,98 g). À noter qu'aucune variation n'était significative pour ces trois nutriments.

5.3 Composition nutritionnelle et prix de vente selon les informations présentes sur l'emballage (objectif 3)

Le tableau 11 présente la composition nutritionnelle et le prix de vente selon les classifications relatives à la saveur, à la présence de sucres ou d'édulcorants, à l'enrichissement, à la présence d'une mention d'écoresponsabilité, à la clientèle cible et à la caractéristique particulière. À noter que la classification selon la présence d'arômes ne se trouve pas dans le tableau en raison de l'absence de variations significatives pertinentes.

À nouveau, les données pour l'année 2025 y sont présentées et comparées avec les données de l'année de référence (2022) en pourcentage de variation et ce, par portion de 250 mL. Les astérisques permettent d'identifier les différences de composition nutritionnelle au sein des boissons laitières et végétales de 2025 selon l'information sur l'emballage, tandis que les cases de couleur indiquent les différences avec l'année de référence (2022).

Tableau 11. Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales offertes et vendues en 2025 selon les informations sur l'emballage, par portion de 250 mL et variation par rapport à 2022

	Quantité	Énergie (kcal)		Lipides (g)		Gras saturés (g)		Glucides (g)		Sucres (g)		Protéines (g)		Sodium (mg)		Calcium (mg)		Vitamine D (µg)		Vitamine A (µg)		Vitamine B12 (µg)		Prix de vente (\$ constants)	
		Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats	Offre	Achats
Saveur																									
Sans saveur† (n=79 / 42%)	Teneur	84±36	74±33	4,1±2,0	3,8±1,2	0,8±1,2	0,6±0,9	8±7	7±6	4,0±4,2	3,4±3,3	3,6±3,2	3,1±2,8	100±52	117±41	241±136	290±57	2,8±1,2	2,8±1,3	99±7	100±0	1,0±0,0	1,0±0,0	0,98±0,48	0,71±0,12
	Variation %	10,2±7,3	-5,2±7,7	11,7±7,5	4,4±5,4	11,3±24,3	11,6±27,0	1,7±14,2	-16,9±13,6	-2,2±16,3	-13,1±15,2	26,2±16,7	-4,7±14,3	-7,1±7,4	0,1±6,8	-11,0±8,3	7,0±5,3	-38,3±10,3	4,2±13,4	18,0±8,6	11,7±4,5	-5,8±4,0	-1,6±1,1	5,3±8,5	-0,1±3,9
Avec saveur (n=104 / 58%)	Teneur	124±53*	137±47*	3,6±1,8	3,1±1,0**	1,2±1,2	1,2±0,8*	15±10*	21±10*	12,1±10,3*	17,9±9,5*	8,4±6,7*	6,5±3,6*	148±48*	155±36*	305±133	285±57	3,8±2,5	2,9±1,0	118±37	135±31*	1,2±1,3	1,0±0,1	1,52±0,93*	1,05±0,32*
	Variation %	-11,9±5,3	-4,2±4,9	-9,5±6,6	-3,6±5,2	-21,1±12,5	-7,3±10,2	-22,9±7,3	-5,3±6,3	-23,4±8,8	-9,3±7,4	16,3±11,5	3,9±8,7	3,1±4,4	-5,2±3,6	-0,7±6,1	-8,4±3,0	-30,9±9,0	-51,2±7,7	27,8±6,8	15,4±4,4	19,1±18,0	1,8±2,5	5,4±8,9	3,7±5,5
Sucrée																									
Non sucrée† (n=81 / 43%)	Teneur	76±39	72±38	3,9±1,9	3,8±1,2	0,6±0,7	0,5±0,7	7±8	7±7	2,3±3,5	2,3±3,3	3,5±3,7	2,8±2,7	108±50	119±41	257±130	288±62	2,8±1,2	2,9±1,3	99±11	100±0	1,0±0,0	1,0±0,0	0,96±0,44	0,70±0,12
	Variation %	-2,3±8,7	-11,2±8,9	9,2±7,5	2,6±5,6	-15,7±19,2	9,8±22,6	-25,5±15,5	-25,1±15,2	-35,7±19,3	-21,3±19,6	42,0±21,0	-9,1±14,1	1,6±7,4	-0,9±6,4	1,4±9,1	6,8±5,4	-35,8±11,4	12,0±13,6	23,3±8,2	11,3±4,5	-7,4±4,1	-1,4±1,0	-4,7±8,6	0,1±4,3
Sucrée (n=102 / 57%)	Teneur	132±44	140±40*	3,7±1,9	3,1±0,9**	1,4±1,4	1,3±0,9*	16±9	22±9*	13,8±9,1	18,9±8,0*	8,6±6,4	6,7±3,5*	144±54*	154±37*	294±14*	287±54	3,8±2,5	2,9±1,0	119±37	135±31*	1,3±1,4	1,0±0,1	1,55±0,94	1,06±0,31*
	Variation %	-5,4±4,8	-2,3±4,3	-7,1±6,6	-2,8±5,0	-8,7±13,1	-5,4±10,7	-12,4±6,9	-3,5±5,7	-14,6±8,0	-8,1±6,0	16,1±10,8	5,6±8,3	-0,8±4,7	-5,4±3,8	-7,5±5,8	-8,3±2,9	-30,6±8,8	-52,6±7,3	26,3±6,9	15,1±4,4	22,7±19,8	1,6±2,5	11,8±9,2	3,6±5,4
Enrichissement																									
Enrichie† (n=139 / 97%)	Teneur	105±49	112±51	3,6±1,7	3,4±1,1	0,9±1,0	0,9±0,8	12±9	16±11	8,4±8,7	12,0±10,4	6,6±6,0	5,1±3,7	133±45	140±41	330±83	295±36	3,4±2,2	2,9±1,2	110±30	120±29	1,1±0,9	1,0±0,1	1,20±0,82	0,90±0,30
	Variation %	-5,9±5,6	-10,8±5,3	-1,3±5,6	0,1±4,4	-20,4±12,6	-12,8±10,7	-17,1±8,3	-16,0±7,4	-24,8±10,0	-20,7±9,1	15,6±11,6	-5,9±8,4	-0,7±4,1	-6,8±3,9	-6,0±2,7	-6,6±1,6	-33,9±7,0	-42,6±7,0	4,3±3,9	6,2±3,0	5,9±8,7	-0,3±1,3	4,6±8,1	-1,5±4,9
Non enrichie (n=44 / 3%)	Teneur	113±53	83±64	4,4±2,3	3,7±1,7	1,5±1,6	1,5±1,6	13±11	10±12	9,4±10,5	7,6±11,3	5,5±5,6	2,6±2,8	110±76	126±74	116±147**	57±105**	4,0±0,0	4,0±0,0	161±0	161±0	0,0±0,0	-	1,56±0,72*	1,04±0,40
	Variation %	-10,4±10,2	1,3±17,4	-0,5±10,5	26,3±12,4	2,0±24,0	98,8±53,0	-23,6±14,2	-14,3±25,8	-11,9±20,4	-16,5±31,4	18,4±24,0	1,4±25,5	-2,5±12,4	-6,6±13,5	20,4±34,1	71,2±78,5	0,0±0,0	0,0±0,0	0,0±0,0	0,0±0,0	0,0±0,0	-	1,6±12,9	13,8±8,5
Écoresponsabilité																									
Sans mention† (n=117 / 49%)	Teneur	115±53	145±43	3,6±1,9	3,0±0,9	1,1±1,2	1,4±0,7	14±10	22±10	10,4±10,0	19,2±9,1	7,4±6,5	7,4±3,1	128±60	146±46	272±154	277±72	3,2±1,4	2,7±0,7	118±38	142±29	1,0±0,1	1,1±0,1	1,39±0,72	1,14±0,27
	Variation %	-4,1±6,1	1,9±4,7	-1,5±6,5	-4,2±4,8	-11,0±12,9	-3,5±8,8	-13,9±9,0	2,9±6,7	-19,1±10,6	-3,0±7,1	19,6±12,6	9,4±6,6	-7,3±5,2	-8,3±4,4	-14,7±6,0	-8,7±4,1	-46,2±7	-61,2±6,0	38,2±7,2	25,2±5,2	-5,6±4,0	0,0±3,0	15,1±7,5	6,6±4,4
Avec mention (n= 66 / 51%)	Teneur	92±42	78±36**	4,2±1,8	3,7±1,2*	0,8±1,3	0,6±0,8**	9±7	9±7**	5,4±6,3	4,6±5,3**	4,5±4,4	2,7±2,7**	126±45	133±38	286±104	297±34*	3,6±2,8	3,1±1,4	101±9	100±2**	1,2±1,2	1,0±0,0**	1,10±0,92**	0,68±0,09**
	Variation %	-12,2±7,8	-14,3±7,7	-0,4±7,6	2,3±5,9	-19,1±22,9	13,2±28,2	-28,5±11,1	-29,5±11,6	-30,0±14,3	-28,0±15,6	7,8±17,1	-3,8±16,1	12,2±6,9	0,5±5,8	18,2±8,4	2,4±2,9	6,4±15,8	47,9±10,7	3,5±8,6	0,1±0,9	18,3±16	0,2±0,7	-14,2±13,6	1,9±4,5
Clientèle cible																									
Population générale† (n=109 / 72%)	Teneur	103±55	115±54	4,1±2,0	3,4±1,1	1,2±1,4	1,0±0,9	13±11	17±12	9,0±10,0	12,9±11,0	4,2±3,7	5,0±3,2	119±58	139±41	240±133	277±55	3,0±1,5	2,6±1,0	110±25	125±29	1,0±0,0	1,0±0,0	1,08±0,51	0,94±0,31
	Variation %	-7,6±6,7	-2,2±6,2	-0,4±6,0	2,8±4,8	-8,8±15,1	9,3±12,6	-15,8±9,5	-2,9±8,8	-18,9±11,9	-5,0±10,9	2,3±11,4	-0,4±8,9	-4,9±5,4	-3,1±4,4	-9,5±6,4	-4,2±3,2	-35,8±7,9	-42,9±8,6	25,8±6,8	16,4±4,5	-2,3±3,2	1,2±1,0	-1,4±7,0	2,5±4,8
Santé (n=33 / 16%)	Teneur	93±38	99±34	3,4±1,1	3,4±1,1	0,6±0,7	0,6±0,6	11±7	13±7	6,9±5,9	9,2±6,5	4,6±4,8	4,6±4,3	132±57	144±50	286±104	314±35*	2,8±1,2	3,2±1,4	102±9	100±4	1,1±0,2	1,0±0,1	0,97±0,51	0,77±0,19
	Variation %	-12,8±10,6	-27,3±8,8	6,9±7,9	-4,1±7,7	-19,3±28,1	-60,7±19,7	-26,3±15,1	-45,1±11,8	-34,5±18,4	-56±13,9	1,3±24,6	-4,7±17,4	3,9±11,1	-14,4±8,3	-11,5±9,6	-4,3±4,9	-56,0±11,5	-47,8±13,1	15,4±7,4	-8,5±5,7	-5,3±3,9	-8,7±2,8	0,4±12,4	5,0±7,4
Sportif (n=27 / 1%)	Teneur	130±33	147±14	3,0±2,3	2,4±0,4	0,9±0,6	1,4±0,3	10±6	13±2	7,2±6,7	11,8±2,3	16,9±4,1*	17,8±1,5	148±45	79±16	405±146*	543±30*	4,7±4,0	3,9±0,5	111±53	99±5	2,4±3,4*	1,2±0,0*	2,54±0,93*	1,09±0,22
	Variation %	-2,7±8,3	-13,1±4,3	16,1±25,4	-51,7±4,1	-20,1±20,7	-53,0±6,3	-13,0±19,1	-0,9±7,3	-19,8±23,3	-1,0±8,6	0,4±7,0	-0,9±3,7	4,5±9,4	-53,5±3,7	-11,0±8,6	-1,0±2,7	-13,9±34,1	93,2±9,1	22,1±17,9	-50,5±1,1	96,4±0,0	-0,4±1,1	7,6±12,3	34,1±10,6
Enfant (n=9 / 4%)	Teneur	151±27	139±41	3,9±1,8	3,4±1,0	1,6±0,7	1,3±0,7	21±9	18±12	18,6±9,7	15,0±11,8	8,2±0,5	8,4±0,4	138±31	132±36	311±80	274±25	4,0±1,3	2,4±0,6	149±43	150±43	1,0±0,0	1,0±0,0	1,63±1,02	1,09±0,38
	Variation %	0,9±7,8	6,8±2,2	4,3±21,7	1,9±15,5	19,6±30,5	48,5±25,6	-2,4±9,5	0,9±4,3	7,1±19,8	-3,2±4,1	15,3±16,8	15,8±3,4	-7,7±19,2	-7,8±5,0	-1,7±19,2	-14,4±3,3	-28,5±25,2	-69,6±14,2	36,7±14,2	53,2±8,1	0,0±0,0	0,0±0,0	-28,6±28,4	-6,7±20,0
Diète (n=5 / 7%)	Teneur	87±50	75±47	4,2±1,4	3,5±1,3	0,9±1,3	0,7±1,1	8±8	8±7	5,0±9,3	5,4±7,8	3,3±3,6	2,5±2,9	140±48	148±37	300±0	300±0	4,5±1,2	4,6±1,0	108±20	107±17	1,0±0,0	1,0±0,0	0,73±0,10	0,70±0,09
	Variation %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Caractéristique particulière																									
De base† (n=103 / 64%)	Teneur	109±49	123±53	3,7±2,0	3,1±1,0	1,2±1,3	1,2±0,9	12±9	18±11	8,8±9,4	15,0±11,0	6,8±6,5	5,9±3,9	140±54	151±38	286±146	283±62	3,8±1,5	3,3±1,2	115±37	131±31	1,0±0,1	1,0±0,1	1,37±0,78	1,01±0,31
	Variation %	2,7±6,7	-8,6±5,8	2,1±6,9	6,7±5,2	1,6±15,4	-14,4±10,4	-7,7±10,4	-15,6±7,6	-11,4±13,1	-22,5±8,3	5,8±8,9	-3,3±5,3	0,4±5,1	-11,1±3,6	-3,8±6,9	-1,5±4,0	-24,8±9,5	-46,7±7,6	37,0±9,2	16,0±5,2	3,4±2,9	3,0±1,7	5,8±8,9	-3,3±5,3
Biologique (n=40 / 11%)	Teneur	104±44	97±36	4,4±1,8	4,0±1,0	0,9±1,2	0,7±0,8	11±8	10±7	6,7±5,7	6,8±5,2	5,5±4,5	5,3±2,7	92±42**	78±38**	236±131	276±81	3,1±3,8**	2,0±0,3**	100±10	100±1	1,3±1,7	1,0±0,0	1,29±1,03	0,78±0,09
	Variation %	-10,2±8,9	-7,2±9,2	2,9±9,2	-1,4±6,6	-9,5±28,5	33±34	-25,6±13,4	-9,5±18,2	-24,8±15,4	-12,2±19,4	15,5±19,4	5,3±4,2	-0,3±9,0	-10,0±10,8	-2,6±12,3	-10,0±6,7	-44,9±16,9	-45,3±17	29,2±8,8	5,3±3,4	23,6±31	-4,6±1,7	15,5±19,4	5,3±4,2
Aspect naturel (n=40 / 25%)	Teneur	103±60	87±46	3,4±1,5	3,9±1,1*	0,9±1,1	0,5±0,7**	13±11	11±8	10,1±11,1	6,0±6,5	6,0±5,6	2,8±2,5	129±55	136±30	297±114	302±16*	2,6±0,9	2,1±0,3**	108±25	103±13**	1,0±0,0	1,0±0,0	1,05±0,57	0,70±0,20**
	Variation %	-23,6±10,8	-16,8±11,5	-11,3±11,5	-3,5±7,1	-46,9±20,2	-17,8±30,2	-33,4±13,8	-23,4±14,8	-39,1±16,1	-18,7±23,2	-13,0±10,2	0,0±6,2	-10,2±8,1	-0,7±5,0	-11,9±7,6	-5,7±3,4	-44,3±12,1	-28,7±16,0	-2,2±5,6	-2,9±4,7	-8,3±9,2	-1,1±2,7	-13,0±10,2	0,0±6,2

Moyenne ± écart-type.
 Offre=Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales offertes sur le marché (n=183).
 Achats=Composition nutritionnelle des boissons lactières et végétales vendues (la moyenne a été pondérée en fonction du nombre de portions vendues) (n=141).
 †= catégorie de référence.
 Teneur : Les cases ayant un * signifient que la valeur est significativement supérieure à la catégorie de référence tandis que les cases ayant ** signifient que la valeur est significativement inférieure à la catégorie de référence.
 Variation : Les cases en orange signifient que la valeur est significativement supérieure aux boissons lactières et végétales du même groupe en 2022 tandis que les cases en bleu signifient que la valeur est significativement inférieure aux boissons lactières et végétales du même groupe en 2022.
 Le seuil utilisé est 0,0350% (p<0,000350) et correspond à la correction de Bonferroni (5% / 143 ; seuil de signification / nombre de comparaisons effectuées).
 ‡Le n représente la variété de produits offerts et les pourcentages indiquent le pourcentage du volume de ventes. Le volume de ventes, plutôt que le nombre de produits, détermine la puissance des tests effectués pour les achats.
 - : aucune donnée pour 2025 ou pour 2022.

Tout d'abord, la classification selon la **saveur** montre que les produits indiquant une saveur spécifique sur l'emballage (p. ex., vanille, chocolat) ont généralement une composition nutritionnelle moins intéressante que les boissons nature. D'une part, les boissons avec une saveur contiennent plus de protéines que les boissons nature. Cependant, elles fournissent plus d'énergie, de sucres et de sodium que les produits

Les boissons avec une saveur fournissent plus d'énergie, de sucres et de sodium que les produits nature, en plus d'être vendues à un prix de vente supérieur.

nature, en plus d'être vendues à un prix de vente supérieur. En ce qui concerne la présence de sucres et/ou d'édulcorants ajoutés (**sucrée**), les boissons contenant ces ingrédients fournissent plus de sodium et de calcium que les boissons non sucrées. Par ailleurs, les boissons sucrées offertes en 2025 fournissent 13,8 g de sucres par portion de 250 mL, alors que c'est 2,3 g pour les boissons non sucrées. Cette différence n'est pas significative en

raison l'écart-type important dans la teneur en sucres des boissons contenant des sucres ajoutés ($\pm 9,1$ g). Lorsque les données sont pondérées pour les ventes, les boissons sucrées fournissent plus d'énergie, de gras saturés, de sucres, de protéines, de sodium et de vitamine A que les boissons non sucrées.

Quant à elle, la classification selon l'**enrichissement** en vitamines et minéraux permet de voir que les boissons non enrichies fournissent moins de calcium que celles ayant été enrichies. Les boissons non enrichies sont aussi plus dispendieuses que celles enrichies. En ce qui concerne la classification sur l'**écoresponsabilité**, les boissons ayant une telle mention fournissent plus de lipides et de calcium que celles sans mention. Elles contiennent également moins d'énergie, de gras saturés, de sucres, de protéines, de vitamines A et B₁₂ que les boissons ne portant pas de mention sur l'écoresponsabilité. Toutes les différences énumérées ne sont significatives que lorsque les ventes sont prises en considération.

Pour ce qui est de la **clientèle cible**, seules les boissons pour sportifs présentent des différences par rapport aux boissons destinées à la population générale. En effet, les boissons visant les sportifs contiennent plus de protéines et de calcium que les boissons visant la population générale, en plus d'être plus dispendieuses. En ce qui concerne la classification selon la **caractéristique particulière**, les boissons biologiques contiennent moins de sodium et de vitamine D que les boissons sans caractéristique particulière (de base). Pour finir, les boissons d'aspect naturel (p. ex., sans agents de conservation) contiennent plus de lipides et de calcium, ainsi que moins de gras saturés, de vitamines D et A que les boissons de base lorsque les ventes sont prises en considération.

Il existe également certaines différences significatives entre 2022 et 2025 pour les classifications présentées au tableau 11. Toutefois, la plupart de ces différences ne concernent que les vitamines et minéraux. Tout d'abord, la plupart des boissons achetées en 2025 fournissent maintenant moins de calcium qu'en 2022. À l'inverse, plusieurs

boissons offertes en 2025 contiennent plus de vitamine A qu'en 2022. Finalement, outre les variations en vitamines et minéraux, d'autres différences significatives entre 2022 et 2025 sont notées dans le tableau 11. En effet, il y a une diminution de la teneur en lipides pour les boissons sportives achetées de même qu'une augmentation de la teneur en protéines dans les boissons pour enfants achetées.

5.4 Comparaison des plus grands vendeurs

Considérant les variations d'un type de boissons laitières et végétales à l'autre et selon l'offre et les achats, des analyses supplémentaires ont été effectuées en séparant l'ensemble des boissons par quintile de ventes (voir tableaux 14 à 16 en annexe). Il en ressort que les boissons laitières et végétales les plus vendues (quintiles 4 et 5) ont davantage diminué leurs teneurs en gras saturés et en sucres entre 2022 et 2025 par rapport aux plus petits vendeurs (quintiles 1 à 3). D'un autre côté, les tendances de variation sont nettement plus inégales pour les protéines.

Outre les ventes annuelles totales, il est possible d'interpréter les résultats en considérant les **50 boissons laitières et végétales les plus vendues** (kg par année) tant pour l'année 2025 que pour l'année de référence (2022). À cet égard, le tableau 12 met en évidence les types de boissons contribuant le plus aux nutriments d'intérêt par rapport à leur volume de ventes, ainsi que l'évolution notée entre 2022 et 2025.

Tableau 12. Contribution et évolution (2022 à 2025) des 50 boissons laitières et végétales les plus vendues

Type de boissons	Nombre de produits (n)		% des ventes (\$)		% des ventes (kg)		% contribution* gras saturés		% contribution* sucres		% contribution* protéines	
	2022	2025	2022	2025	2022	2025	2022	2025	2022	2025	2022	2025
Noix	23	21	20,9	36,2	22,6	27,4	8,6	13,5	8,5	8,5	5,4	8,8
Animale	10	9	40,8	12,5	41,4	34,1	70,0	60,2	70,5	69,6	60,7	58,5
Avoine	5	12	14,2	10,9	14,1	16,7	6,6	10,3	6,7	8,3	9,7	8,3
Soya	11	8	12,3	18,2	12,4	11,3	6,6	6,5	7,6	5,7	16,6	16,1
Riz	1	0	0,5	0,0	0,5	0,0	0,1	0,0	0,3	0,0	0,2	0,0
Total	50	50	88,8	77,8	91,1	89,5	91,9	90,5	93,6	92,1	92,6	91,6

* Pourcentage de la contribution en nutriments des grands vendeurs par rapport à l'ensemble de tous les types de boissons.

Le tableau 12 permet d'abord d'observer que la contribution aux ventes des 50 meilleurs vendeurs a diminué depuis 2022, et ce, tant en dollars qu'en kg (-11 pp et -1,6 pp, respectivement). En parallèle, la contribution totale aux nutriments d'intérêt de ces 50 meilleurs vendeurs a également diminué pour l'ensemble des nutriments. Par exemple, les grands vendeurs contribuent à 91,6 % de l'apport en protéines de la catégorie, soit une

diminution de 1 pp depuis 2022. Les 50 meilleurs vendeurs de boissons laitières et végétales en 2025 fournissent donc un plus faible pourcentage du total des gras saturés et des sucres que les 50 meilleurs vendeurs de 2022, ce qui représente un changement positif. Toutefois, ces meilleurs vendeurs fournissent également un plus faible pourcentage du total des protéines de la catégorie. Les boissons d'origine animale les plus vendues, bien qu'elles ne soient que neuf, sont celles qui contribuent le plus aux trois nutriments d'intérêt dans la catégorie. Par ailleurs, un plus grand nombre de boissons d'avoine sont maintenant parmi les plus grands vendeurs de la catégorie. À l'inverse, les grands vendeurs de boissons de soya sont moins nombreux qu'en 2022.

Discussion

Le suivi des boissons laitières et végétales disponibles au Québec en 2025 a mené à divers constats concernant l'évolution de cette catégorie d'aliments depuis le portrait initial de 2022. D'entrée de jeu, il importe de mettre en contexte la situation dans laquelle le suivi de cette catégorie d'aliments a été effectué. En effet, l'important phénomène d'inflation des dernières années a pu affecter de manière significative le prix des aliments, ce qui a pu influencer les comportements d'achats des consommateurs et les amener à acheter des produits moins dispendieux et potentiellement, de qualité nutritionnelle moindre³⁹. Les problèmes d'approvisionnement liés à la guerre en Ukraine en 2022 peuvent également avoir créé une certaine rareté influençant ainsi le prix de certains ingrédients plus que d'autres^{40,41}.

Les analyses de 2025 ont été réalisées sur un plus petit échantillon, soit sur 183 produits comparativement à 203 en 2022. Cela représente une diminution de 20 produits, ce qui

Les analyses de 2025 ont été réalisées sur un plus petit échantillon, soit sur 183 produits comparativement à 203 en 2022.

correspond à une diminution de 10 % de l'offre depuis 2022. De plus, une diminution des ventes de 2 % a été remarquée. Contrairement aux autres catégories d'aliments suivies par l'Observatoire, celle des boissons laitières et végétales est l'une des seules qui ont connu des diminutions quant à leur diversité et

leurs ventes totales depuis le portrait initial. Une hypothèse quant à cette diminution pourrait être que le marché relativement récent de ces boissons se soit davantage stabilisé depuis 2022. En fait, un total de 38 entreprises fabriquant ce type de produits a été relevé en 2025, alors que c'était 43 en 2022. De plus, les problèmes d'approvisionnement et d'incertitude reliés à la pandémie et à la guerre en Ukraine ont pu motiver les entreprises à recentrer leurs efforts sur un nombre plus limité de produits. Cela pourrait expliquer la diversité totale plus faible en 2025 pour la catégorie des boissons laitières et végétales. En termes de représentativité du marché, les produits pour lesquels les données de ventes étaient disponibles représentent 81 % du marché des boissons laitières et végétales au Québec (comparativement à 76 % en 2022).

Évolution de la diversité et des ventes

Une première série d'analyses a d'abord porté sur l'évolution de la **diversité** des boissons laitières et végétales entre 2022 et 2025. Mises à part les boissons à base de

légumineuses ou de riz, les boissons d'origine végétale ont généralement vu leur diversité relative et leurs ventes augmenter. Les hausses les plus marquées ont été notées dans les boissons à base de noix ou d'avoine. À l'inverse, les boissons laitières ont connu des baisses de diversité relative et de ventes. Plus particulièrement, les boissons laitières représentaient 43 % des ventes en 2022, alors que c'est maintenant 36 % en 2025. Bien qu'elles demeurent les boissons les plus vendues, cette diminution s'inscrit dans la tendance où les boissons végétales gagnent en popularité²⁶. L'intention d'achat de boissons végétales plutôt que d'origine animale peut s'étendre bien au-delà du prix de vente. Que ce soit pour des motifs de santé, de prévention d'allergie/d'intolérance au lactose ou des raisons environnementales, nombreuses sont les raisons qui peuvent amener les consommateurs à acheter des produits transformés d'origine végétale, dont les boissons végétales^{14,42}.

D'un autre côté, bien que les boissons avec une saveur et/ou des sucres ajoutés demeurent les plus vendues en 2025, ces dernières ont vu leurs ventes diminuer de 10 pp depuis 2022. Les boissons avec des arômes ajoutés offrent une plus grande diversité (+3 pp) tout en ayant maintenu 89 % des ventes totales de la catégorie. L'utilisation d'arômes dans cette catégorie d'aliments s'avère souvent essentielle, notamment pour les produits d'origine végétale. Le recours aux arômes permet de limiter les goûts indésirables associés aux protéines végétales. En ce qui concerne l'enrichissement en vitamines et minéraux, celle-ci demeure couramment employée dans le secteur des boissons laitières et végétales en 2025 (76 % de l'offre, représentant 97 % des ventes). Par ailleurs, une telle pratique s'inscrit dans les recommandations émises par Santé Canada dans le plus récent Guide alimentaire, ces dernières stipulant de choisir des boissons végétales enrichies non sucrées¹⁸.

L'enrichissement en vitamines et minéraux demeure couramment employé dans le secteur des boissons laitières et végétales en 2025 (76 % de l'offre, représentant 97 % des ventes).

Les boissons portant une mention quant à l'écoresponsabilité semblent être de plus en plus privilégiées par les consommateurs. En effet, bien que de telles boissons ne représentent que 36 % de l'offre en 2025, ces produits occupent 51 % des ventes totales, ce qui représente une augmentation de 14 pp depuis 2022. Au-delà des facteurs comme le prix et le goût, les mentions d'écoresponsabilité peuvent être un motif supplémentaire pour inciter un consommateur à acheter un produit plutôt qu'un autre. Toutefois, les données récoltées par l'Observatoire ne permettent pas de savoir si les boissons portant une mention d'écoresponsabilité ont été achetées en raison d'une telle mention.

La notion de clientèle cible s'avère particulièrement intéressante dans la catégorie des boissons laitières et végétales, car une plus grande proportion de produits vise maintenant des segments de clientèle plus spécifiques en 2025 qu'en 2022. D'une part, bien que les boissons visant la population générale représentent 60 % de l'offre, elles ont

connu une diminution de 13 pp depuis 2022. D'autre part, les produits visant une clientèle soucieuse de sa santé ou une clientèle sportive offrent maintenant 18 % et 15 % des produits, respectivement. Toutefois, ceci ne s'est pas répercuté sur les ventes.

Évolution selon le statut des produits

Dans le contexte du suivi de l'offre, les boissons laitières et végétales ont été regroupées selon leur **statut**, c'est-à-dire si elles étaient nouvelles, identiques, modifiées ou retirées du marché comparativement à 2022. À l'instar des autres catégories suivies par l'Observatoire, celle des boissons laitières et végétales affiche un important taux de

La catégorie des boissons laitières et végétales affiche un important taux de roulement des produits (35 % nouveaux produits et 42 % produits retirés depuis 2022).

roulement des produits. En effet, 35 % des produits sont nouveaux, tandis que 42 % des produits de 2022 ont été retirés des tablettes en épicerie. Ailleurs dans le monde, il existe très peu d'études qui ont effectué un suivi de l'offre de ces types de boissons. La seule étude repérée concerne l'Oqali en France, qui a fait un suivi de l'ensemble des

boissons sans alcool entre 2013 et 2019, y compris les boissons laitières et végétales⁷. La proportion de produits retirés en France pour l'ensemble de ces boissons (48 %) était plutôt semblable à ce qui a été souligné dans le présent rapport. Toutefois, la proportion de nouveaux produits était nettement plus élevée (69 %). Cela peut s'expliquer à la fois par la collecte de plus longue durée (6 ans au lieu du 3 ans pour le présent suivi) et la variété nettement plus considérable des produits récoltés par l'Oqali (p. ex., boissons sucrées, jus de fruits).

Évolution de la composition nutritionnelle

Une deuxième série d'analyses a porté sur l'évolution de la **composition nutritionnelle** et la contribution en nutriments des boissons laitières et végétales. Ces dernières fournissent moins de vitamine D et plus de vitamine A par portion de 250 mL qu'en 2022, ces différences étant les seules à être significatives. La diminution du contenu en vitamine D peut s'expliquer par le fait qu'il s'agit d'une composante très sensible à la lumière et à la chaleur. De plus, cette dernière est liposoluble, ce qui peut poser un problème de stabilité dans certaines boissons végétales plus faibles en lipides. Ces facteurs peuvent avoir incité les transformateurs à diminuer le contenu en cette vitamine dans leurs produits. Pour la vitamine A, l'augmentation pourrait être expliquée par le fait que cette vitamine n'a plus l'obligation d'être affichée sur le TVN depuis le portrait initial de la catégorie en 2022. Dans la méthodologie du présent rapport, seuls les produits affichant une teneur en vitamine A étaient considérés dans les analyses pour cette vitamine. Or, si le produit affiche la vitamine A dans son TVN, il y a de très fortes chances qu'il soit enrichi en cette vitamine. Conséquemment, la teneur moyenne en vitamine A peut avoir augmentée si les produits

Les boissons laitières et végétales offertes en 2025 contiennent en moyenne 1,0 g de gras saturés, 8,6 g de sucres et 6,3 g de protéines par portion de 250 mL.

qui affichaient 0 % de vitamine A en 2022 n'affichent tout simplement pas la vitamine en question. Cela dit, il existe d'autres différences non significatives qui méritent d'être soulignées. En s'attardant sur les nutriments d'intérêt pour la catégorie (gras saturés, sucres et protéines), la composition nutritionnelle moyenne s'est généralement améliorée. Plus précisément, les boissons lactières et végétales offertes en 2025 contiennent en moyenne 1,0 g de gras saturés (-14 % depuis 2022, différence non significative), 8,6 g de sucres (-22 % depuis 2022) et 6,3 g de protéines (+16 % depuis 2022) par portion de 250 mL. Ces améliorations s'avèrent davantage limitées lorsque les données sont pondérées en fonction des ventes. En effet, les boissons achetées en 2025 fournissent plutôt en moyenne 1,0 g de gras saturés (-10 % depuis 2022), 11,9 g de sucres (-19 % depuis 2022) et 5,0 g de protéines (-4 % depuis 2022). Cela signifie que les consommateurs ont acheté des boissons plus sucrées et moins riches en protéines. Il se peut aussi que les grands vendeurs produisent des boissons ayant plus de sucres et moins de protéines.

Les analyses de composition nutritionnelle réalisées selon l'**origine** de l'ingrédient principal des boissons ne permettent pas de faire ressortir beaucoup de nouvelles variations significatives entre 2022 et 2025. Les différences significatives concernent les vitamines et minéraux ajoutés (p. ex., augmentation de la vitamine A dans les boissons à base de noix, diminution du calcium dans les boissons lactières achetées). Dans l'ensemble, les différents types de boissons ont connu quelques améliorations depuis 2022, mais celles-ci ne sont pas suffisamment importantes pour avoir un impact significatif sur la composition nutritionnelle de la catégorie.

En parallèle, il était spécifié dans le portrait initial des boissons lactières et végétales qu'une amélioration des boissons à base de noix et des boissons lactières serait bénéfique pour les consommateurs considérant qu'elles représentent une majorité de l'offre et des ventes de la catégorie¹. En 2025, les boissons à base de noix fournissent moins de gras saturés et de sucres (teneurs moyennes de 0,8 g et 4,4 g respectivement) que les autres boissons. Toutefois, malgré une augmentation de 101 % de la teneur en protéines des boissons de noix offertes depuis 2022, ces dernières ne fournissent que 2,6 g de protéines en moyenne par portion de 250 mL. De telles teneurs en protéines sont nettement insuffisantes si les consommateurs les choisissent à titre de substitut au lait de vache qui lui contient 8,5 g de protéines pour une même portion. À l'inverse, les boissons lactières contiennent plus de protéines en 2025 (13,1 g/250 mL, augmentation de 13 % depuis 2022). Elles continuent aussi de fournir davantage de gras saturés et de sucres par rapport aux boissons végétales. Les teneurs plus élevées en sucres dans les boissons lactières peuvent être – en partie – expliquées par le fait que ce sont toutes des boissons avec saveur qui sont additionnées de sucres, le lait nature étant exclu de cette analyse. À l'inverse, les boissons végétales contiennent à la fois des boissons sucrées et d'autres non sucrées, ce qui

Les gras saturés et les sucres demeurent relativement élevés pour les boissons lactières.

amène une teneur moyenne en sucres plus faible que celle des boissons laitières. Toutefois, si l'analyse se réalise en g/g de protéines plutôt que par portion de 250 mL, le constat est différent. Par exemple, les boissons d'origine animale fournissent 0,15 g de gras saturés par gramme de protéines, alors que les boissons à base de noix fourniraient maintenant 0,30 g de gras saturés par grammes de protéines. Cependant, puisque la population générale du Québec n'est typiquement pas en carence de protéines, cet avantage pour les boissons d'origine animale se retrouve atténué. Malgré des diminutions de 24 % des gras saturés et de 19 % des sucres, ces nutriments demeurent relativement élevés pour les boissons laitières (moyenne de 1,9 g de gras saturés et 17,7 g de sucres par 250 mL). Or, Santé Canada recommande de limiter la consommation d'aliments hautement transformés riches en gras saturés, en sucres et/ou en sodium¹⁸.

Au-delà de l'évolution de la composition nutritionnelle, il est pertinent de porter un bref regard à l'échelle internationale pour voir comment les boissons laitières et végétales disponibles au Québec se comparent à ceux retrouvés dans d'autres pays. Au Royaume-Uni, une étude a évalué l'offre des boissons laitières et végétales entre 2023 et 2024⁸ (voir tableau 1). Selon les données du Québec présentées au tableau 8, ces boissons végétales auraient une composition nutritionnelle semblable à celles du Royaume-Uni. La majorité des boissons végétales recensées au Royaume-Uni étaient à base de noix ou d'avoine, tout comme au Québec. D'un autre côté, les données de 2019 récoltées par l'Oqali en France⁷ montraient que la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales était généralement moins intéressante que celle du Québec. En France, les boissons laitières fournissaient plus de gras saturés et de sucres, ainsi que moins de protéines que leurs homologues au Québec. De plus, les boissons végétales contenaient plus de gras saturés et de sucres en France qu'au Québec.

L'évolution de la composition nutritionnelle des boissons étudiées par l'Observatoire a également été analysée en utilisant les **seuils de 15 % de la VQ** pour les gras saturés et les sucres de même qu'un seuil équivalent pour les protéines. Il a été remarqué qu'il y a maintenant davantage de boissons au-dessus du seuil pour les gras saturés qu'en 2022 mais uniquement lorsque les données sont pondérées pour les ventes. Ceci signifie que les consommateurs ont acheté plus de boissons qui ne respectaient pas le seuil pour les gras saturés. À l'inverse, plus de boissons achetées respectaient ce seuil pour les sucres comparativement à 2022, notamment chez les boissons d'origine animale achetées. Finalement, une plus grande proportion de boissons achetées fournissait au moins 9 g de protéines par portion indiquée sur l'emballage en 2025. Cette observation s'aligne avec l'intérêt croissant des consommateurs envers les produits riches en protéines^{43,44}. Or, un produit riche en protéines peut tout de même fournir un excès de gras saturés, de sucres et/ou de sodium.

D'ici le 1^{er} janvier 2026, si aucun changement ne survient dans la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales, 30 % d'entre elles auraient à afficher le

symbole sur le devant de leur emballage indiquant une teneur élevée pour au moins un nutriment visé par ce symbole. Dans l'ensemble, cela représente une amélioration par rapport à 2022, puisque des diminutions respectives de 8 et 12 pp ont été notées pour

Si aucun changement ne survient dans la composition nutritionnelle des boissons laitières et végétales, 30 % d'entre elles auraient à afficher le symbole sur le devant de leur emballage indiquant une teneur élevée pour au moins un nutriment.

l'offre et les achats des boissons qui devraient afficher le symbole. Contrairement à 2022, les produits qui n'afficheraient pas le symbole en 2025 occupent une majorité des parts de ventes (59 % contre 47 % en 2022). Les sucres sont le nutriment le plus souvent visé par le symbole dans cette catégorie (25 % de l'offre). Ainsi, il sera pertinent de

suivre l'évolution de cet indicateur dans les prochaines années. Si les transformateurs ne souhaitent pas apposer le symbole sur l'emballage de leurs produits, des changements dans leur formulation devront être entrepris. Par conséquent, il est possible que des changements dans l'offre des boissons laitières et végétales surviennent prochainement, soit par des reformulations de produits existants ou par la mise en marché de nouveaux produits de meilleure qualité nutritive.

La composition nutritionnelle a également été évaluée selon le **statut** des boissons laitières et végétales (nouvelles, identiques, modifiées ou retirées) en les comparant entre elles. De façon globale, la composition nutritionnelle de l'offre des boissons laitières et végétales ne varie pas beaucoup en fonction du statut attribué. En fait, les seules différences significatives observées étaient des teneurs plus faibles en sucres dans les produits nouveaux et des teneurs plus élevées en vitamine D dans les produits retirés depuis 2022. Toutefois, quelques différences significatives supplémentaires deviennent visibles lorsque les achats sont considérés. À ce niveau, les produits nouveaux achetés présentent la meilleure composition nutritionnelle, car ils contiennent moins de gras saturés, de sucres et plus de calcium que les produits achetés d'un autre statut. À l'inverse, les boissons modifiées achetées fournissent plus de sucres et moins de calcium que les autres boissons achetées. Malgré ce constat, les boissons modifiées ont partiellement amélioré leur composition nutritionnelle depuis 2022. En effet, les diminutions des teneurs en gras saturés et en sucres sont plus importantes que les augmentations pour ces mêmes nutriments dans les produits modifiés. Ces variations négatives (-0,41 g pour les gras saturés et -3,09 g pour les sucres) ne sont pas significatives, ce qui peut expliquer pourquoi les boissons modifiées offertes n'ont pas une composition nutritionnelle différente des boissons offertes avec un autre statut.

Des analyses ont également été réalisées pour vérifier comment les **informations présentes sur l'emballage** sont associées aux nutriments et au prix de vente des boissons laitières et végétales. Peu de différences significatives pertinentes entre 2022 et 2025 ont été remarquées dans la composition nutritionnelle des boissons en fonction de l'information sur l'emballage. Une fois de plus, la plupart de ces différences significatives

ne concernent que certaines teneurs en vitamines et minéraux (p. ex., augmentation de la teneur en vitamine A dans les boissons non sucrées, diminution de la teneur en vitamine D dans les boissons sans mention sur l'écoresponsabilité).

Néanmoins, la classification des boissons en fonction de l'information affichée sur l'emballage permet de repérer des choix de produits qui présenteraient une composition nutritionnelle associée à une meilleure qualité nutritionnelle. Les boissons nature et/ou sans agents sucrants ajoutés continuent de présenter un choix adéquat chez les consommateurs désirant limiter leur consommation de gras saturés et de sucres. Ces boissons ont également des teneurs plus faibles en protéines par rapport aux boissons aromatisées et/ou sucrées puisque ces dernières sont majoritairement des boissons laitières. Le lait nature étant exclu de cette analyse, cela signifie que les boissons nature sont toutes des boissons d'origine végétale, d'où la teneur moyenne en protéines plus faible. Néanmoins, les boissons nature et/ou sans sucres ajoutés devraient tout de même être privilégiées, comme il est recommandé dans le Guide alimentaire canadien¹⁸. Ces boissons devraient être perçues comme un complément de protéines lors des repas ou des collations plutôt qu'une source complète de protéines.

Les boissons nature et/ou sans agents sucrants ajoutés continuent de présenter un choix adéquat chez les consommateurs désirant limiter leur consommation de gras saturés et de sucres.

D'un autre côté, la présence de certaines autres informations sur l'emballage peut mener à une qualité nutritionnelle plus difficile à évaluer. Par exemple, les boissons achetées qui affichaient une mention en lien avec l'écoresponsabilité fournissaient moins de gras saturés, de sucres et plus de calcium que celles n'ayant pas ce type de mention. Cependant, elles fournissent aussi moins de protéines, de vitamines A et B₁₂ que les boissons n'ayant pas de mention d'écoresponsabilité. Un constat semblable a été noté dans les boissons d'aspect naturel par rapport aux boissons sans caractéristique particulière. Cela signifie que l'achat d'une boisson plutôt qu'une autre peut présenter à la fois des bénéfices et des limites sur le plan nutritionnel, d'où l'intérêt des consommateurs ayant des besoins particuliers de consulter le TVN. Finalement, la classification selon la clientèle cible a permis de révéler qu'à l'exception des teneurs en protéines et en calcium plus élevées dans les boissons pour sportifs, les boissons visant des clientèles particulières ne présentaient pas une composition nutritionnelle différente de celles visant la population générale.

Évolution des 50 plus grands vendeurs

Des analyses supplémentaires ont été entreprises afin d'examiner plus spécifiquement l'évolution des **grands vendeurs**. Il a été remarqué que les plus grands vendeurs de boissons laitières et végétales contribuent généralement un peu moins aux trois nutriments d'intérêt pour la catégorie par rapport à 2022. Malgré ces diminutions, les 50 plus grands vendeurs occupent encore près de 78 % des ventes de la catégorie et sont responsables de plus de 90 % des apports en nutriments pour l'ensemble des boissons

Les boissons laitières sont celles qui contribuent le plus à l'apport total en gras saturés, en sucres et en protéines de toute la catégorie.

laitières et végétales. Les boissons laitières sont celles qui contribuent le plus à l'apport total en gras saturés, en sucres et en protéines de l'ensemble de la catégorie. D'un autre côté, les boissons de soya sont moins représentées chez les grands vendeurs en 2025, alors que les grands vendeurs de boissons d'avoine sont plus nombreux. Cela peut représenter un changement

négatif, considérant que les boissons de soya fournissent une teneur en protéines comparable au lait nature, alors que ce n'est pas le cas dans les boissons à base d'avoine. Aussi, les boissons de soya ne fournissent pas plus de gras saturés ou de sucres que les autres boissons sur le marché.

Enjeux de reformulation

Parmi les catégories suivies par l'Observatoire, celle des boissons laitières et végétales fait partie des catégories ayant les plus faibles proportions de produits qui devraient afficher le symbole de Santé Canada sur le devant de l'emballage. Il peut alors être pertinent de se questionner sur la pertinence et la faisabilité d'améliorer les boissons qui devraient afficher le symbole pour au moins un nutriment (30 % de l'offre). Or, bien qu'une proportion plus faible de produits doive afficher le symbole en 2025 par rapport à 2022, il en demeure que certaines boissons sont problématiques. Par exemple, les 15 produits qui afficheraient le symbole pour deux nutriments (soit à peine 8 % de l'offre) occupent toute de même 27 % des ventes totales de la catégorie.

Les boissons d'origine animale demeurent les produits à surveiller en priorité pour l'apposition du symbole en raison de leurs teneurs en gras saturés et en sucres généralement plus élevées que les boissons végétales. Très peu de moyens existent pour permettre la réduction des gras saturés dans les boissons laitières. Le retrait de la crème et l'utilisation de laits davantage écrémés avec une teneur en matières grasses réduite seraient les principales solutions pour éviter l'apposition du symbole pour les gras saturés. Quant aux sucres, certaines études ont rapporté qu'il était possible de réduire de 40 à 50 % la teneur en ce nutriment dans des laits au chocolat sans influencer l'acceptation du consommateur et l'innocuité du produit⁴⁵. Toutefois, pour pouvoir atteindre de telles réductions, l'utilisation d'édulcorants artificiels serait à envisager en combinaison avec le sucre. Une réduction de sucres à plus faible niveau pourrait tout de même être considérée par les transformateurs, mais celle-ci ne serait pas nécessairement

suffisante pour éviter l'apposition du symbole sur le devant de l'emballage pour ce nutriment. L'ajout d'édulcorants ne devrait pas être privilégié afin de mieux répondre aux recommandations émises par l'Organisation mondiale de la santé⁴⁶.

En somme

Dans l'ensemble, la catégorie des boissons laitières et végétales a présenté certaines améliorations en termes de composition nutritionnelle entre 2022 et 2025. D'une part, les nouveaux produits mis en marché en 2025 contiennent moins de sucres que les autres produits qui étaient déjà sur le marché depuis 2022. De plus, une proportion plus faible de boissons aurait à afficher le symbole de Santé Canada pour au moins un nutriment, et ces dernières occupent une plus faible part des ventes par rapport à 2022. Cependant, lorsque l'offre globale des boissons laitières et végétales est considérée, celle-ci n'a pas subi beaucoup de changements significatifs entre 2022 et 2025. En effet, les améliorations précisées ci-dessus n'ont pas été suffisantes pour faire varier significativement les teneurs en nutriments d'intérêt pour l'ensemble de la catégorie. Cela peut être expliqué par la présence de boissons laitières (toutes avec saveur et sucres ajoutés) présentant une composition nutritionnelle moins intéressante, notamment à ce qui a trait aux teneurs en gras saturés et en sucres. Considérant que les boissons laitières demeurent les plus vendues et qu'elles contribuent de façon significative aux apports en nutriments d'intérêt dans la catégorie, il y aurait intérêt à reformuler plus spécifiquement ces produits.

7 Conclusion et perspectives

Le suivi de la composition nutritionnelle de la catégorie des boissons laitières et végétales offertes et vendues au Québec en 2025 a mené à certaines constatations et mises en perspective par rapport à 2022.

Dans l'ensemble, **peu de changements significatifs** ont été observés dans la composition nutritionnelle de l'offre des boissons laitières et végétales entre 2022 et 2025. Seules une teneur plus faible en vitamine D et une teneur plus élevée en vitamine A par rapport à 2022 ont été notées comme changements significatifs dans l'ensemble de la catégorie. Un regard plus approfondi sur l'évolution de la composition nutritionnelle en fonction de l'origine des boissons a permis de constater que la plupart des produits ont diminué leurs teneurs en sucres, tout en ayant augmenté leurs teneurs en protéines. Ces changements se reflètent dans l'ensemble de l'offre, mais ils ne sont pas suffisants pour être significatifs.

D'autres changements positifs ont pu être soulevés dans la catégorie entre 2022 et 2025. Une proportion plus faible de produits aurait à afficher le **symbole nutritionnel** sur le devant de l'emballage (**30 % de l'offre représentant 41 % des ventes**). Bien que cette proportion ait été calculée de manière théorique, ceci laisse présager que moins du tiers des produits aurait à afficher ce symbole pour au moins un nutriment si aucune reformulation n'est entreprise d'ici le 1^{er} janvier 2026. Cela représente une amélioration par rapport à 2022 où c'était alors **38 % de l'offre** aurait eu à afficher le symbole (représentant **53 % des ventes**). D'un autre côté, l'évaluation de la composition nutritionnelle en fonction du statut (nouveau, identique, modifié ou retiré) a permis de constater que les nouvelles boissons de 2025 fournissaient moins de sucres que celles déjà sur le marché depuis 2022. De plus, bien que ces variations ne soient pas significatives, les produits modifiés ont généralement davantage réduit plutôt qu'augmenté leurs teneurs en gras saturés et en sucres depuis 2022.

L'analyse de la composition nutritionnelle selon l'**information sur l'emballage** a révélé que les choix les plus sains demeurent semblables à ceux identifiés en 2022 lors du portrait initial. Conséquemment, les boissons à saveur nature de même que celles sans sucres et/ou édulcorants ajoutés demeurent parmi les choix les plus appropriés pour la catégorie des boissons laitières et végétales. D'autres classifications comme la présence d'une mention d'écoresponsabilité ou l'aspect naturel (p. ex., sans agents de conservation) sont également associés à une composition nutritionnelle plus intéressante, comme des teneurs réduites en gras saturés et/ou en sucres, mais seulement lorsque les achats sont considérés. De plus, ces avantages sont parfois accompagnés de quelques compromis tels que des teneurs réduites en certains vitamines et minéraux. À l'inverse, les boissons laitières fournissent généralement plus de gras saturés et de sucres que les boissons végétales, tout comme en 2022. **Ainsi**, bien qu'elles fournissent plus de protéines que les boissons végétales, **les boissons laitières aromatisées devraient être des aliments à consommer avec modération**. De plus, les efforts de reformulation et la mise en marché de nouveaux produits de meilleure composition nutritionnelle devraient se faire pour ce type de produits.

La catégorie des boissons laitières et végétales peut présenter des produits à la composition nutritionnelle compatible à une saine alimentation. Cependant, plusieurs de ces boissons ne devraient pas être consommées comme une source de protéines en tant que telle, mais plutôt comme un complément aux autres protéines consommées durant la journée. En effet, les boissons végétales les plus populaires, c'est-à-dire les boissons de noix ou d'avoine, ont généralement de faibles teneurs en protéines (à peine 3 g/250 mL en moyenne). L'augmentation de la quantité de protéines dans une boisson amène une panoplie de défis technologiques et sensoriels lors de la fabrication de ces produits. Ces défis ne peuvent être résolus de manière rentable que par des solutions parfois incompatibles avec une saine alimentation, telles que l'ajout important de sucres.

En somme, la catégorie des boissons laitières et végétales remet en lumière la question de la **pertinence** de l'ajout de **protéines** dans les aliments transformés **si la qualité nutritionnelle ne peut être maintenue**. L'engouement croissant pour des aliments hautement transformés riches en protéines demeure un enjeu d'actualité. La consommation d'aliments hautement transformés qui se positionnent comme étant riches en protéines ne devrait pas se faire au détriment des aliments constituant une alimentation équilibrée⁴⁷. Une teneur trop élevée en protéines ne bénéficiera pas à la plupart des consommateurs sur le plan de leur santé, surtout si cet apport en protéines vient avec des teneurs trop grandes en gras saturés, en sucres et/ou en sodium. Le secteur des boissons laitières et végétales aurait alors intérêt à ne pas s'inscrire dans une telle tendance contradictoire à la saine alimentation.

Références

1. Corriveau A, Pomerleau S, Perron J, Gagnon P, Provencher V. (2022). Portrait des boissons laitières et végétales disponibles au Québec 2022. 63 pages. [En ligne]. <https://observatoire.inaf.ulaval.ca>.
2. Gouvernement du Canada. Règlement modifiant le Règlement sur les aliments et drogues (symboles nutritionnels, autres dispositions d'étiquetage, vitamine D et graisses ou huiles hydrogénées) : DORS/2022-168. 2022 (<https://gazette.gc.ca/rp-pr/p2/2022/2022-07-20/html/sor-dors168-fra.html>).
3. Gouvernement du Québec. Ventes au détail de produits alimentaires dans les grands magasins au Québec 2023. 2024 (<https://www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Publications/Ventesdetailproduitsalimentaires.pdf>).
4. The Good Food Institute. U.S. retail market insights for the plant-based industry. 2025 (<https://gfi.org/marketresearch/>).
5. Storz MA, Brommer M, Lombardo M, Rizzo G. Soy Milk Consumption in the United States of America: An NHANES Data Report. *Nutrients* 2023;15(11). DOI: 10.3390/nu15112532.
6. The Good Food Institute Europe. Europe plant-based food retail market insights. 2023 (https://gfieurope.org/wp-content/uploads/2023/04/2020-2022-Europe-retail-market-insights_updated-1.pdf).
7. Observatoire de l'alimentation. Boissons rafraîchissantes sans alcool - Évolution de l'offre et de la qualité nutritionnelle entre 2010, 2013 et 2019. 2024.
8. Nowson GK, Fallaize R, Earl KE. Exploring the Nutritional Profile and Cost of Plant-Based Milk Alternatives Compared with Dairy Milk in the UK with Consideration of Environmental Impact Data. *Curr Dev Nutr* 2025;9(6):107436. DOI: 10.1016/j.cdnut.2025.107436.
9. Brooker PG, Anastasiou K, Smith BPC, Tan R, Cleanthous X, Riley MD. Nutrient composition of milk and plant-based milk alternatives: A cross-sectional study of products sold in Australia and Singapore. *Food Res Int* 2023;173(Pt 2):113475. DOI: 10.1016/j.foodres.2023.113475.
10. Johnson AJ, Stevenson J, Pettit J, Jasthi B, Byhre T, Harnack L. Assessing the Nutrient Content of Plant-Based Milk Alternative Products Available in the United States. *J Acad Nutr Diet* 2025;125(4):515-527 e8. DOI: 10.1016/j.jand.2024.06.003.
11. Drewnowski A. Most Plant-Based Milk Alternatives in the USDA Branded Food Products Database Do Not Meet Proposed Nutrient Standards or Score Well on Nutrient Density Metrics. *Nutrients* 2022;14(22). DOI: 10.3390/nu14224767.
12. Walther B, Guggisberg D, Badertscher R, et al. Comparison of nutritional composition between plant-based drinks and cow's milk. *Front Nutr* 2022;9:988707. DOI: 10.3389/fnut.2022.988707.

13. Smith NW, Dave AC, Hill JP, McNabb WC. Nutritional assessment of plant-based beverages in comparison to bovine milk. *Front Nutr* 2022;9:957486. DOI: 10.3389/fnut.2022.957486.
14. Soczynska I, da Costa BR, O'Connor DL, et al. A Systematic Review on the Impact of Plant-Based Milk Consumption on Growth and Nutrition in Children and Adolescents. *J Nutr* 2024;154(11):3446-3456. DOI: 10.1016/j.tjnut.2024.09.010.
15. Soczynska I, da Costa BR, O'Connor DL, et al. Plant-Based Milk Consumption and Growth in Children 1-10 Years of Age. *J Nutr* 2024;154(3):985-993. DOI: 10.1016/j.tjnut.2023.12.046.
16. Kersting M, Kalhoff H, Zahn K, Belgardt AJ, Sinnigen K, Lucke T. Replacing cow's milk with plant-based drinks: consequences for nutrient intake of young children on a balanced diet in Germany. *J Health Popul Nutr* 2025;44(1):93. DOI: 10.1186/s41043-025-00836-z.
17. Lawrence AS, Russo-Batterham D, Doyle K, Tescari E. Time to consider more than just calcium? The impact on protein, riboflavin, vitamin B12 and iodine intake of replacing cows' milk with plant-based milk-like drinks-an Australian usual intake dietary modelling study. *Eur J Nutr* 2025;64(4):182. DOI: 10.1007/s00394-025-03697-8.
18. Gouvernement du Canada. Guide alimentaire canadien. 2025 (<https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/>).
19. Rodriguez-Martin NM, Cordoba P, Sarria B, et al. Characterizing Meat- and Milk/Dairy-like Vegetarian Foods and Their Counterparts Based on Nutrient Profiling and Food Labels. *Foods* 2023;12(6). DOI: 10.3390/foods12061151.
20. Berden J, & Hung Y. Effectiveness of the Eco-score food label: An information experiment combined with Nutri-score label in Belgium. *Appetite* 2025;204:107759. DOI: 10.1016/j.appet.2024.107759.
21. Perez-Rodriguez ML, A S-C, Garcia-Herrera P, Camara-Hurtado M, Sanchez-Mata MC. Plant-based beverages as milk alternatives? Nutritional and functional approach through food labelling. *Food Res Int* 2023;173(Pt 1):113244. DOI: 10.1016/j.foodres.2023.113244.
22. Wang A, Tan C, Yu W, Zou L, Wu D, Liu X. Consumer Preference and Purchase Intention for Plant Milk: A Survey of Chinese Market. *Foods* 2025;14(7). DOI: 10.3390/foods14071240.
23. Dorina I, Nikpour A, Mullan B, Uren H. Health, Environment or Taste? Using the Theory of Planned Behaviour to Predict Plant-Based Milk Consumption. *Foods* 2025;14(11). DOI: 10.3390/foods14111970.
24. Silva A, Santelli RE, Braz BF, et al. A Comparative Study of Dairy and Non-Dairy Milk Types: Development and Characterization of Customized Plant-Based Milk Options. *Foods* 2024;13(14). DOI: 10.3390/foods13142169.
25. Santé Canada. Allergènes alimentaires les plus courants. 2023 (<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/aliments-nutrition/salubrite-aliments/allergies-alimentaires-intolerances-alimentaires/allergies-alimentaires.html>).
26. Karoui R, & Bouaicha I. A review on nutritional quality of animal and plant-based milk alternatives: a focus on protein. *Front Nutr* 2024;11:1378556. DOI: 10.3389/fnut.2024.1378556.

27. Bonke A, Sieuwerts S, & Petersen IL. Amino Acid Composition of Novel Plant Drinks from Oat, Lentil and Pea. *Foods* 2020;9(4). DOI: 10.3390/foods9040429.
28. Ifeh C, Whitaker B, Nazemi N, Greenwood M, Miles M, Kuo WY. A Review of Processing, Marketing, and Demographic Influence on Consumer Perception of Pulse Milk- Insights From Traditional and AI-Facilitated Research. *J Food Sci* 2025;90(7):e70403. DOI: 10.1111/1750-3841.70403.
29. Ministère de l'Agriculture d'PedIAM. Programme alimentation santé. 2022.
30. Ministère de l'Agriculture des Pêcheries et de l'Alimentation. Politique Bioalimentaire 2018-2025. 2018.
31. Gouvernement du Québec. Plan d'action interministériel 2022-2025 de la politique gouvernementale de prévention en santé. 2022.
32. Gouvernement du Québec. Nourrir nos ambitions - Politique bioalimentaire 2025-2035. 2025 (https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/agriculture-pecheries-alimentation/publications-adm/dossier/politique-bioalimentaire/PO_politique-bioalimentaire-2025-2035_MAPAQ.pdf).
33. Santé Canada. Consultation sur l'étiquetage proposé sur le devant des emballages. Programmes et élaboration de politiques Disponible au <https://www.canadaca.fr/sante-canada/programmes/consultation-etiquetage-devant-des-emballages-cgihtml> 2018.
34. Gouvernement du Canada. Consultation sur l'élaboration de lignes directrices d'application volontaire pour la fourniture de renseignements sur les aliments vendus aux consommateurs au moyen du commerce électronique. Disponible au: <https://inspection.canada.ca/a-propos-de-l-acia/transparence/consultations-et-participation/terminees/aliments-commerce-electronique/consultation/fra/1651586699412/1651587147659#a4>. 2022.
35. Gouvernement du Canada. Règlement sur les aliments et drogues (C.R.C., ch. 870). 2025 (https://laws-lois.justice.gc.ca/fra/reglements/c.r.c.,_ch._870/).
36. Santé Canada. Étiquetage nutritionnel - Tableau des quantités de référence pour les aliments. 2025 (<https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/documents-techniques-exigences-etiquetage/etiquetage-nutritionnel-tableau-quantites-reference-aliments.html>).
37. GS1. GTIN Allocation Rules. Disponible au: https://www.gs1qt.org/servicios/publicaciones/descargas/gs1_gtin.pdf. 2007.
38. Nielsen MarketTrack. Milk & Milkshakes - Soya Rice Alternative Beverages. Quebec All Channels, 52 weeks ended September 13th, 2025. 2025.
39. Statistique Canada. Essayer différents magasins pour composer avec le taux d'inflation élevé : les ventes d'aliments des magasins d'alimentation et magasins de marchandises diverses. 2023 (<https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/36-28-0001/2023007/article/00005-fra.htm>).
40. Massoud R, & Zoghi A. The effects of the COVID-19 pandemic on food systems: limitations and opportunities. *Discover Food* 2024;4(1). DOI: 10.1007/s44187-024-00183-8.
41. Leal Filho W, Fedoruk M, Paulino Pires Eustachio JH, et al. How the War in Ukraine Affects Food Security. *Foods* 2023;12(21). DOI: 10.3390/foods12213996.

42. Sharma N, Yeasmen N, Dube L, Orsat V. Rise of Plant-Based Beverages: A Consumer-Driven Perspective. *Food Reviews International* 2024;40(10):3315-3341. DOI: 10.1080/87559129.2024.2351920.
43. Koop J, Fedde S, Hagele FA, Beunink C, Muller MJ, Bosy-Westphal A. Nutritional value and environmental aspects of high-protein ultra-processed foods on the German market. *Public Health Nutr* 2024;27(1):e211. DOI: 10.1017/S1368980024001836.
44. International Food Information Council. 2024 Food & Health Survey. June 20, 2024. <https://foodinsight.org/2024-foodhealth-survey/>.
45. Reyes M, Smith Taillie L, Popkin B, Kanter R, Vandevijvere S, Corvalan C. Changes in the amount of nutrient of packaged foods and beverages after the initial implementation of the Chilean Law of Food Labelling and Advertising: A nonexperimental prospective study. *PLoS Med* 2020;17(7):e1003220. (Research Support, Non-U.S. Gov't) (In English). DOI: <https://dx.doi.org/10.1371/journal.pmed.1003220>.
46. Organisation mondiale de la Santé. Use of non-sugar sweeteners: WHO guideline. 2023 (<https://www.who.int/publications/i/item/9789240073616>).
47. Vaccaro CM, Guarino G, Danza F, Fraulino A, Bracale R. Changing food choices: the option for high-protein foods and the move away from the Mediterranean diet. *Eat Weight Disord* 2024;29(1):39. DOI: 10.1007/s40519-024-01668-2.

Annexes

Tableau 13. Nombre de raisons justifiant le statut de produit modifié

Nombre de raisons	Nombre de produits	% des produits
1	12	12
2	15	14
3	27	26
4	15	14
5	35	34

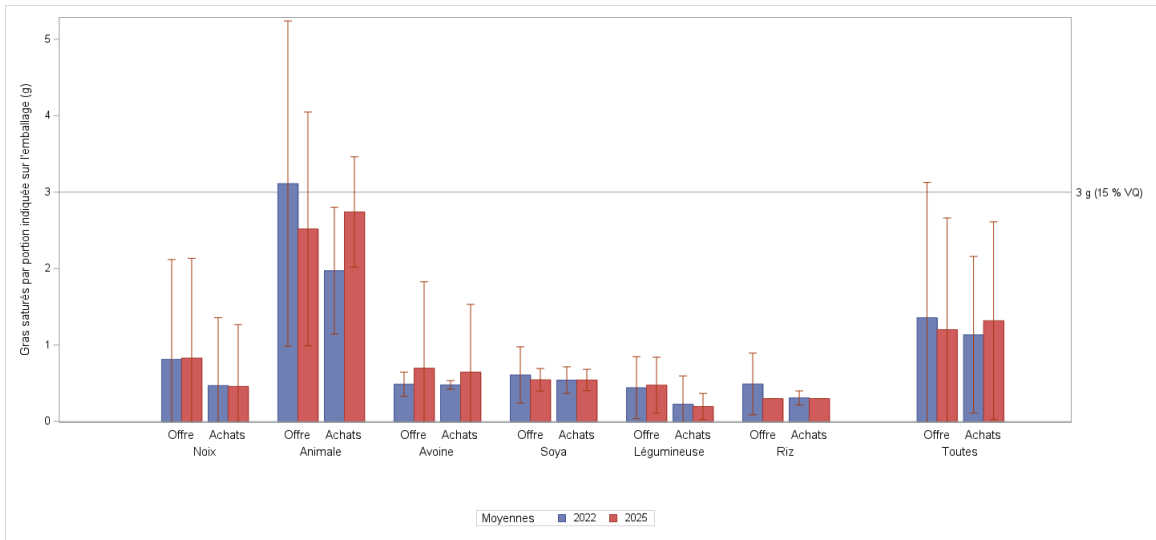


Figure 11. Teneurs en gras saturés des boissons lactières et végétales en 2022 et 2025, par portion indiquée sur l'emballage

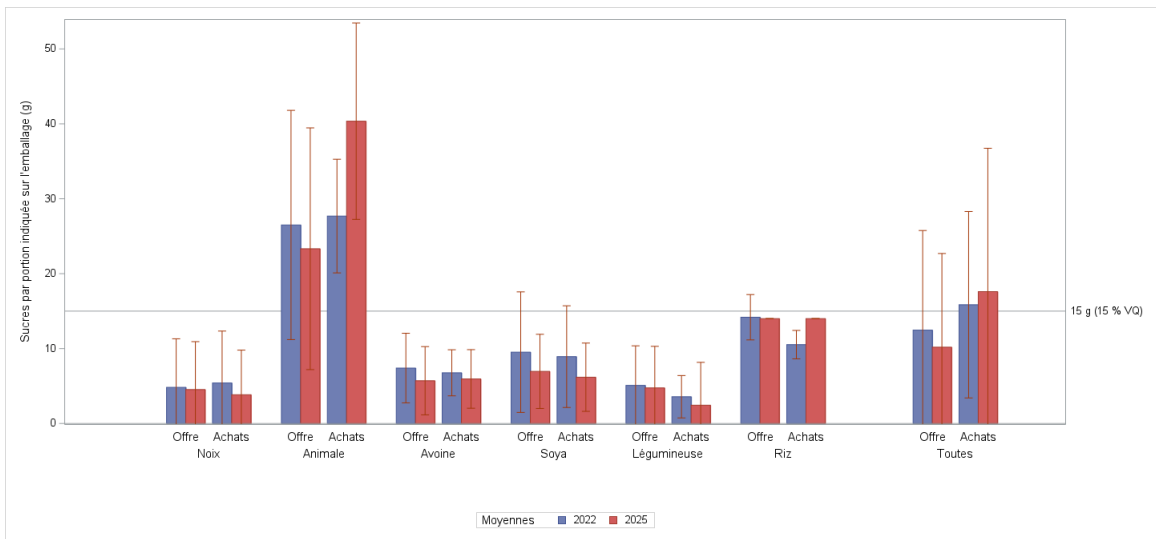


Figure 12. Teneurs en sucres des boissons lactières et végétales en 2022 et 2025, par portion indiquée sur l'emballage

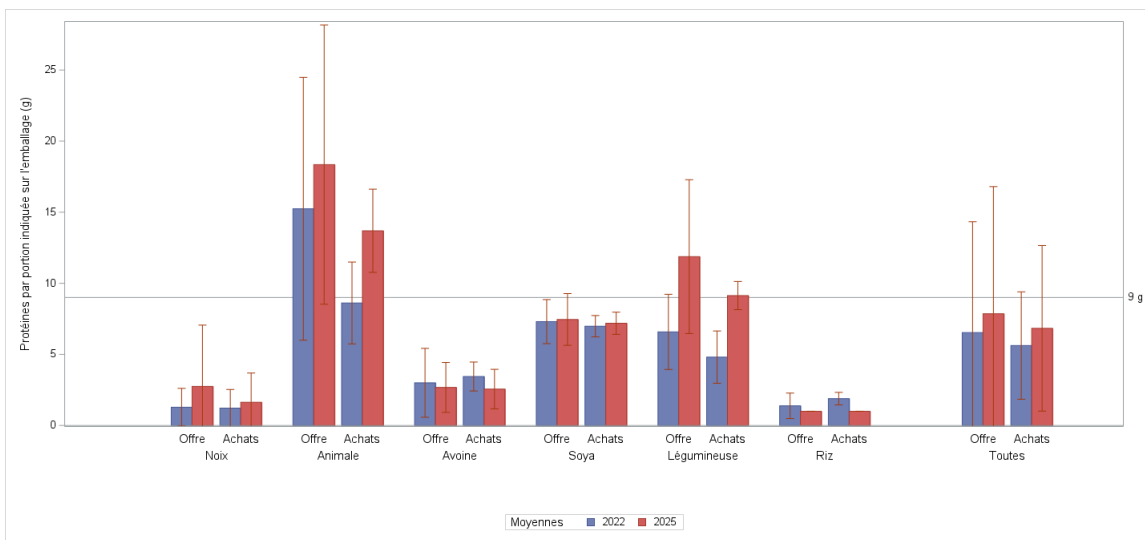


Figure 13. Teneurs en protéines des boissons lactières et végétales en 2022 et 2025, par par portion indiquée sur l'emballage

Tableau 14. Moyenne des teneurs en gras saturés par année et par quintile de ventes

Quintiles*	Offre**			Achats**		
	2022	2025	Variation	2022	2025	Variation
1	0,6	1,0	+0,4	0,7	1,1	+0,4
2	1,3	1,5	+0,3	1,2	1,6	+0,5
3	1,3	0,9	-0,4	1,1	0,8	-0,3
4	0,9	0,8	-0,1	0,9	0,9	-0,1
5	0,8	0,8	0,0	1,1	1,0	-0,1

*Quintile 5 : plus grands vendeurs

**Offre : données non pondérées pour les ventes / Achats : données pondérées pour les ventes.

Tableau 15. Moyenne des teneurs en sucres par année et par quintile de ventes

Quintiles*	Offre**			Achats**		
	2022	2025	Variation	2022	2025	Variation
1	8,9	10,1	+1,2	8,0	9,9	+1,9
2	7,9	13,0	+5,1	8,3	14,5	+6,2
3	11,4	8,7	-2,7	11,7	7,5	-4,2
4	8,2	5,4	-2,8	8,7	5,7	-2,9
5	11,5	9,3	-2,2	16,0	13,5	-2,6

*Quintile 5 : plus grands vendeurs

**Offre : données non pondérées pour les ventes / Achats : données pondérées pour les ventes.

Tableau 16. Moyenne des teneurs en protéines par année et par quintile de ventes

Quintiles*	Offre			Achats		
	2018	2023	Variation	2018	2023	Variation
1	3,7	8,1	+4,4	4,7	9,0	+4,3
2	4,2	4,5	+0,3	4,2	5,2	+1,1
3	4,3	4,1	-0,2	4,4	4,1	-0,3
4	4,1	4,2	+0,1	4,3	4,6	+0,3
5	4,8	4,5	-0,4	5,5	5,2	-0,3

*Quintile 5 : plus grands vendeurs

**Offre : données non pondérées pour les ventes / Achats : données pondérées pour les ventes.

