



Communiqué de presse
28 novembre 2022

Enquête menus enfants dans les fast-foods Trop de calories et peu d'information nutritionnelle

Selon l'ANSES, près de 50 % des enfants et 60 % des adolescents consomment au moins une fois par mois des aliments issus de la restauration rapide (10 % et 18 % au moins une fois par semaine). La CLCV a fait le point sur la qualité nutritionnelle des menus proposés aux enfants et adolescents par 7 grandes chaînes* et sur le niveau d'information apportée aux consommateurs. Résultats : des menus excessifs en calories, une dégradation nutritionnelle des menus depuis 2010, et une information sur la qualité nutritionnelle presque inexistante.

Des apports excessifs en calories pour beaucoup de menus

Il est possible de manger équilibré au fast-food. En effet, notre étude révèle que les menus « légers » composés d'un burger ou d'un sandwich, d'une boisson pas ou peu sucrée (eau, eau aromatisée), d'une portion de fruits et d'une portion de légumes, apportent en moyenne 18 % des apports caloriques journaliers. Mais ces menus sont en réalité très peu choisis par les jeunes pour qui fast-food rime avec frites et soda !

Les versions « gourmandes » des menus enfants, avec frites et soda, apportent des quantités excessives de calories, matières grasses, sel et sucre. Elles représentent en moyenne 54 % des besoins caloriques quotidiens pour un enfant de 5 ans, 46 % pour un enfant de 9 ans et 59 % pour un adolescent. C'est nettement plus que les 34 % généralement couverts par un déjeuner.

La CLCV demande aux professionnels de s'engager à améliorer la qualité nutritionnelle de leurs menus et de proposer des portions adaptées aux différentes tranches d'âges en excluant les menus trop riches en calories (apportant plus de 40 % des besoins journaliers).

Une évolution des menus en demi-teinte depuis notre enquête de 2010

La CLCV a étudié en 2010 les mêmes types de menus chez McDonald's, Quick, KFC et Brioche Dorée. Pour ces 4 enseignes, l'étude révèle que l'apport calorique moyen a eu plutôt tendance à diminuer pour les menus « légers » mais à augmenter pour les menus « intermédiaires » et « gourmands » ! Les principales augmentations concernent les matières grasses et le sel.

Les menus « grands formats » (XL de Quick, Maxi Best of de McDonald's) qui sont consommés par les adolescents plutôt que les menus enfants, les buckets de KFC et les boissons vendues au demi-litre, que nous avions épinglés en 2010 sont toujours proposés. Ces bombes caloriques sont catastrophiques et peuvent culminer à près de 1800 kilocalories, soit 80 % des besoins journaliers moyens d'un adulte !

Une information nutritionnelle trop partielle et une opacité totale de la chaîne O'Tacos

L'information des consommateurs sur les données nutritionnelles est encore trop partielle et peu visible. Des efforts ont été réalisés par certaines enseignes, comme McDonald's et KFC qui ont mis à disposition le Nutri-Score de leurs aliments et boissons sur leur site internet et sur les bornes de commandes en restaurant. Cependant, le logo n'est pas visible à proximité des produits lors de la commande et nécessite de cliquer sur un onglet spécifique. Pour les autres enseignes, l'information est présente uniquement sur leur site internet. Quant à l'enseigne O'Tacos, c'est la seule à ne mettre à disposition aucune information nutritionnelle !

La CLCV demande aux enseignes de mettre à disposition sur leur site internet et les bornes en restaurant le Nutri-Score de façon visible et à proximité des produits au moment de la commande et non pas dans un onglet spécifique.

*McDonald's, Burger King, Quick, KFC, Subway, Brioche Dorée et O'Tacos.