



L'ÉTIQUETAGE DES MENUS DANS LES RESTAURANTS DE L'ONTARIO :

Messages clés de la Société ontarienne des professionnel(le)s de la nutrition en santé publique

L'exposé de principes de la SOPNSP intitulé *Présenter de l'information sur la nutrition dans les restaurants de l'Ontario* fait la synthèse des données probantes et fournit des recommandations en vue de l'adoption d'une loi sur l'étiquetage des menus en Ontario (Mah, 2013).

SOPNSP appuie l'étiquetage des menus, mesure qui obligerait les restaurants de l'Ontario à afficher visiblement le nombre de calories et la teneur en sodium des aliments servis et qui constituerait une étape importante vers la création d'un environnement alimentaire sain et favorable pour les Ontariens.

Description de l'étiquetage des menus

- L'étiquetage des menus est un moyen pratique et efficace de contribuer à la prévention des maladies chroniques dans l'ensemble de la population.
- L'étiquetage des menus applique les principes de l'étiquetage des aliments emballés aux restaurants et aux autres établissements de restauration en rendant visibles les principaux renseignements nutritionnels sur les menus, sur les tableaux d'affichage des menus ou sur l'étiquette des produits alimentaires.
- L'étiquetage des menus favorise l'information des consommateurs au point de vente ou avant celui-ci, ce qui leur permet de choisir des boissons et des aliments plus sains lorsqu'ils mangent à l'extérieur de chez eux.

Raisons justifiant l'étiquetage des menus

- De nombreux obstacles peuvent empêcher les gens d'avoir une saine alimentation lorsqu'ils mangent à l'extérieur de chez eux, comme un choix d'aliments et de boissons riches en calories et le manque d'information sur la valeur nutritive de leurs choix.
- Souvent, les gens sous-estiment d'environ 30 % les calories qu'ils prennent. En moyenne, un article sur le menu d'un restaurant avec service aux tables contient une fois et demie la teneur en sodium recommandée par jour pour un adulte.
- L'étiquetage des menus favorise la transparence et fait la promotion du droit d'être informé.
- L'étiquetage des menus aide à faire des choix alimentaires sains lorsqu'on mange à l'extérieur de chez soi et peut entraîner l'amélioration des choix offerts dans les restaurants et les autres établissements de restauration.

Soutien à l'adoption d'une loi sur l'étiquetage des menus

- L'étiquetage des menus bénéficie d'un solide appui, environ les trois quarts des Canadiens le jugeant important, et de nombreux organismes et experts du secteur de la santé le recommandant comme stratégie pour que le milieu de la restauration soit plus sain.



L'ÉTIQUETAGE DES MENUS DANS LES RESTAURANTS DE L'ONTARIO :

Messages clés de la Société ontarienne des professionnel(le)s de la nutrition en santé publique

Précisions sur l'étiquetage des menus

- **Il faudrait adopter une loi sur l'étiquetage des menus.**

Les programmes d'étiquetage volontaire des menus ne permettent pas d'atteindre les objectifs ciblés en matière de santé de la population, parce qu'ils n'exigent pas que les renseignements nutritionnels importants soient indiqués directement sur le menu et que l'information soit présentée avec clarté et uniformité. De plus, ils n'assurent pas des règles égales pour tous les restaurants et les autres établissements de restauration.

- **Il faudrait afficher de l'information claire et objective sur le contenu des produits.**

Une information claire et objective sur les aliments et les boissons aide les gens à faire des choix éclairés pour eux et pour les membres de leur famille. Il faudrait que les étiquettes indiquent des renseignements précis (comme le nombre de calories et la teneur en sodium), plutôt que des vignettes de mise en garde. Les vignettes pourraient être perçues comme des allégations quant à la valeur nutritive des éléments des menus. L'indication de la quantité exacte d'un nutriment (p. ex. du sodium) sur l'étiquette est plus objective et claire, et elle permet aux consommateurs de faire un choix éclairé.

- **Le nombre de calories et la teneur en sodium devraient être affichés.**

Il existe de solides preuves que l'affichage du nombre de calories des aliments grâce à l'étiquetage des menus pourrait grandement contribuer à réduire le taux d'obésité à long terme. En outre, vu la teneur en sodium généralement élevée des aliments vendus dans les restaurants et les risques pour la santé d'une consommation excessive de sodium, il faudrait pouvoir connaître plus facilement la teneur en sodium des aliments.

- **Le nombre de calories et la teneur en sodium devraient être affichés clairement dans un endroit que les clients peuvent facilement voir lorsqu'ils passent une commande.**

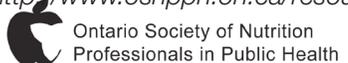
L'affichage de l'information nutritionnelle claire et facile à lire sur les menus imprimés, les tableaux d'affichage des menus, les menus des restaurants avec service au volant, etc., favorise la prise de décisions éclairées au moment de choisir et de commander des aliments.

- **Les menus et les tableaux d'affichage des menus devraient présenter des valeurs de référence en ce qui concerne les calories et le sodium.**

Les valeurs de référence permettent de situer le nombre de calories et la teneur en sodium par rapport aux besoins quotidiens et aident les consommateurs à utiliser l'information nutritionnelle.

Références :

Mah, Catherine L. 2013. *Présenter de l'information sur la nutrition dans les restaurants de l'Ontario : Un exposé de principes de la Société ontarienne des professionnel(le)s de la nutrition en santé publique. Groupe de travail sur l'étiquetage des menus.* http://www.osnpph.on.ca/resources/Menu-Labeling-Position-Paper-FRENCH_Final_9Sep2013.pdf.



Ontario Society of Nutrition
Professionals in Public Health

La société ontarienne des professionnel(le)s
de la nutrition en santé publique

Conception et mise en page :

Services des communications du bureau de santé de Haldimand-Norfolk