Dossier spécial « Sucre »

7 novembre 2022

Savez-vous ce que vous consommez ?

25 kg ! C’est la quantité de sucre consommée par Français par an (sans compter le lait, le sucre apporté naturellement par les fruits, les légumes et les compotes).
Des sucres sont ajoutés à certains produits alimentaires déjà naturellement sucrés et **notre consommation quotidienne de sucre dépasse la limite autorisée**, mettant notre santé en danger.
C’est pourquoi, pour alerter les consommateurs sur la **quantité de sucre présent dans notre alimentation**, l’Institut national de la consommation a réalisé un essai comparatif de produits du petit-déjeuner et du goûter, pour identifier ceux qui contiennent une trop forte quantité de sucres.

Lire le dossier spécial « sucre » de l’INC