

# Les collégiens face au petit-déjeuner

---

COLLECTIF  
DU PETIT-DÉJEUNER  
à la Française





## L'approche méthodologique

### MODE DE RECUEIL

- Questionnaire de 12 minutes auto-administré **online** sur panel de consommateurs
- **Terrain du 24 mars au 1er avril 2022**

### ÉCHANTILLON

- Interrogation de **480 collégiens nationaux représentatifs**, répartis selon niveau de classe (permettant d'assurer une analyse sur **120 collégiens par niveau de classe**),
- Les collégiens ont été interrogés **via leurs parents**. Le collégien sélectionné pour l'étude devait être présent avec son parent pour répondre au questionnaire.



# 02 | Résultats détaillés de l'étude

Si 4 collégiens sur 5 prennent un petit déjeuner tous les jours avant de partir à l'école...

Base : Total échantillon (n=480)

%



# ...ils ne sont que 1 sur 3 à prendre un petit-déjeuner complet selon la définition du PNNS

Base : Total échantillon (n=480)  
%

**34%** des collégiens prennent un **petit-déjeuner complet** avec



*Remarque : la quantité consommée de chaque aliment n'a pas été mesurée. La notion de petit déjeuner complet se fait donc en dehors de toute considération de quantité ingérée par l'enfant.*

# Des parents conscients de l'importance du petit-déjeuner, mais permissifs

Base : Total échantillon (n=480)

%

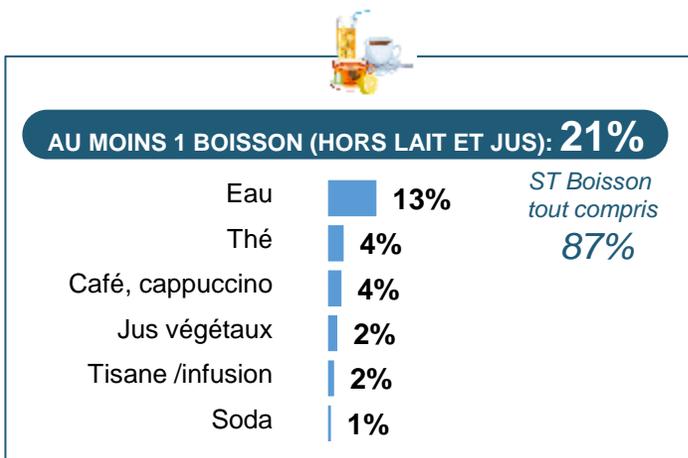
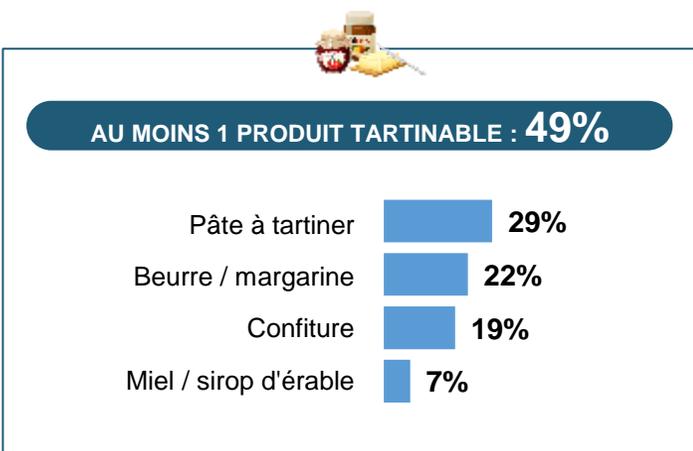
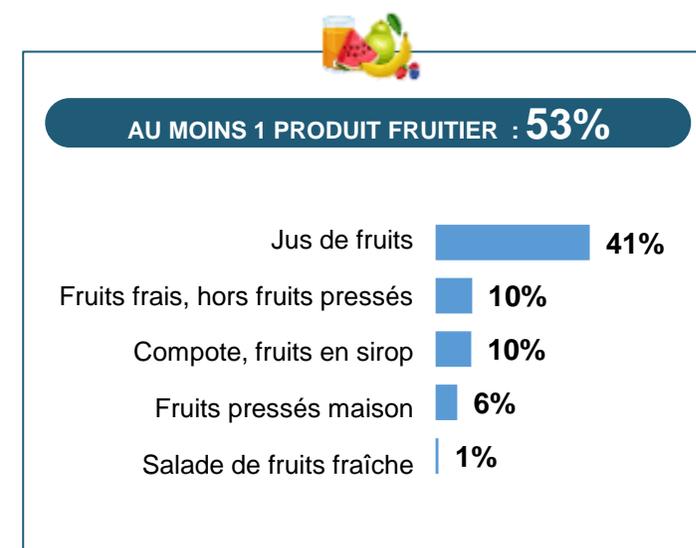
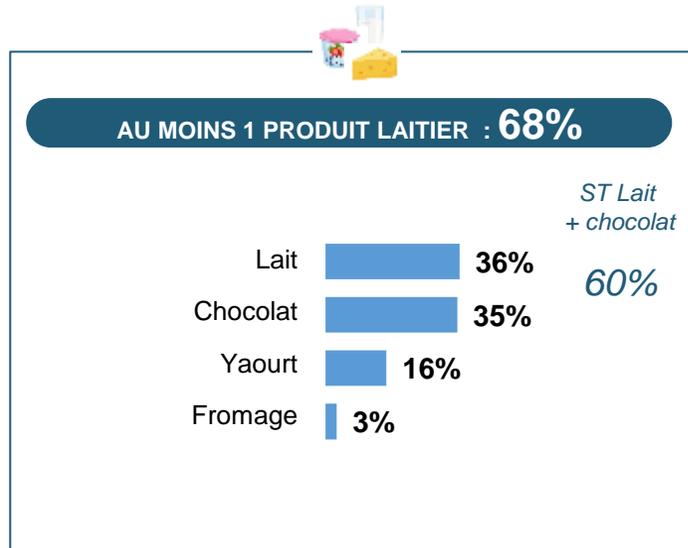
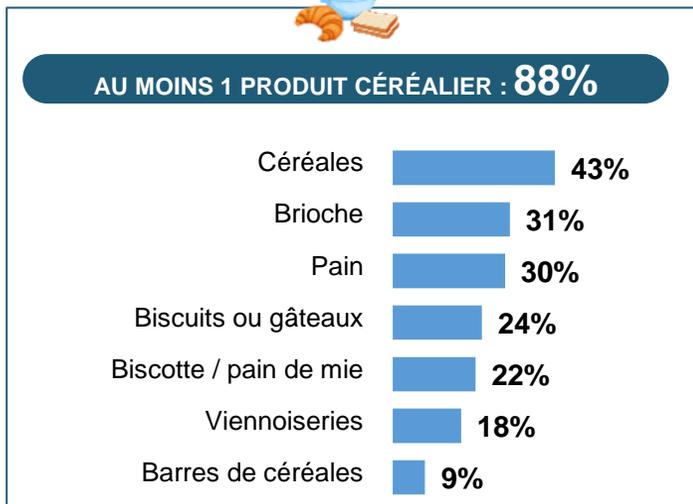
89% des parents déclarent que le petit-déjeuner est un repas indispensable

77% des parents déclarent préférer donner à leur enfant ce qu'il aime pour être sûr qu'il mange



Dans le détail de la composition du petit-déjeuner type : on voit que le produit céréalier est quasi unanime, mais que le produit laitier et plus encore le produit fruitier manquent à l'appel!

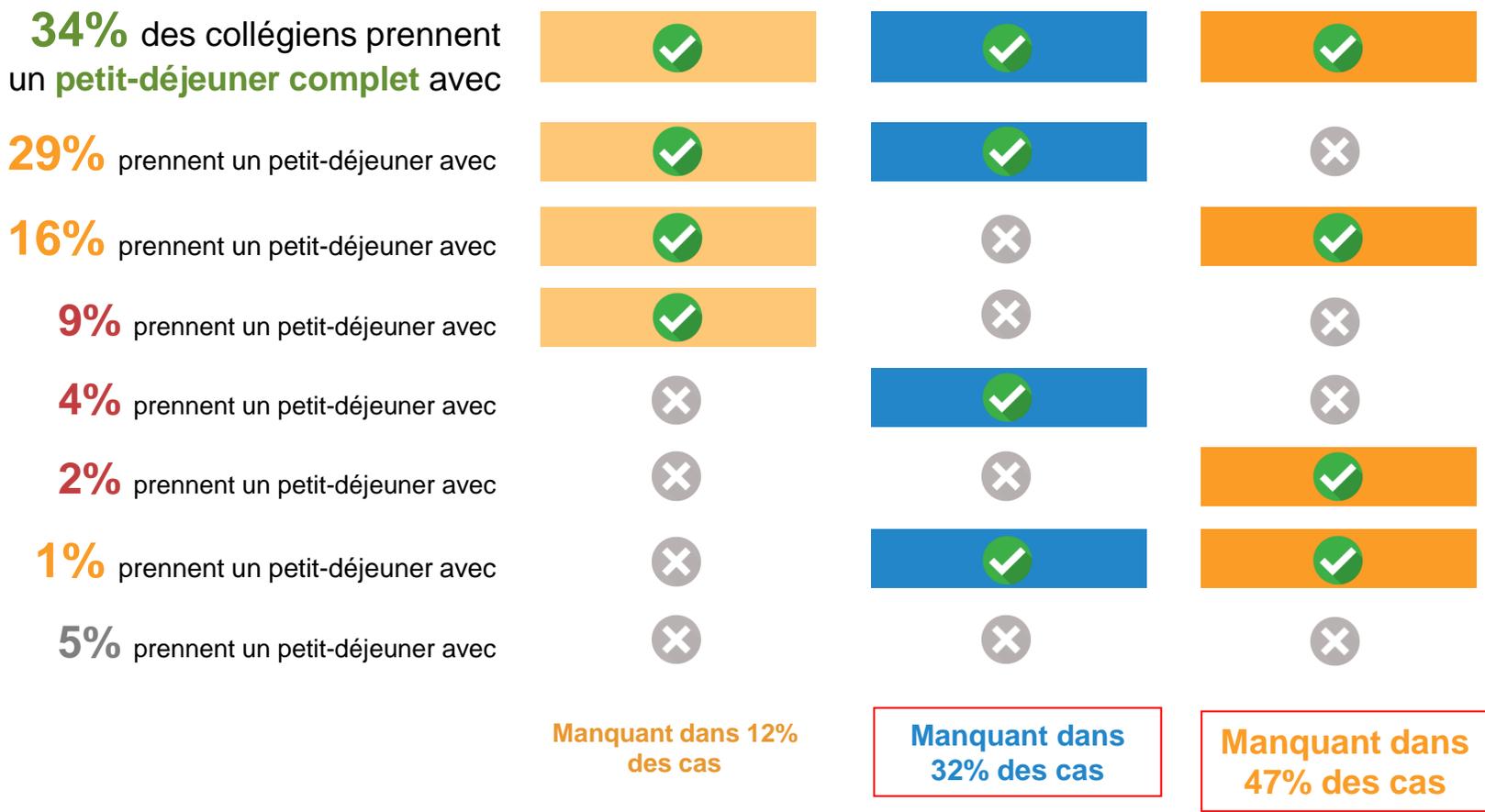
Base : Total échantillon (n=480)  
%



Si 34% des collégiens prennent les 3 éléments recommandés par le PNNS, ils sont 46% à prendre 2 éléments sur les 3, et 15% à n'en prendre qu'un seul.



Base : Total échantillon (n=480)  
%



Pour cette analyse du petit-déjeuner des collégiens, nous avons pris en compte uniquement la présence ou l'absence d'un produit céréalier, d'un produit laitier et d'un produit fruitier (sans tenir compte de la présence ou de l'absence d'autres aliments)



*Mais alors,  
quels sont les  
facteurs de  
risque du Petit  
déjeuner / Petit  
déjeuner  
complet?*

# Les facteurs de risque :

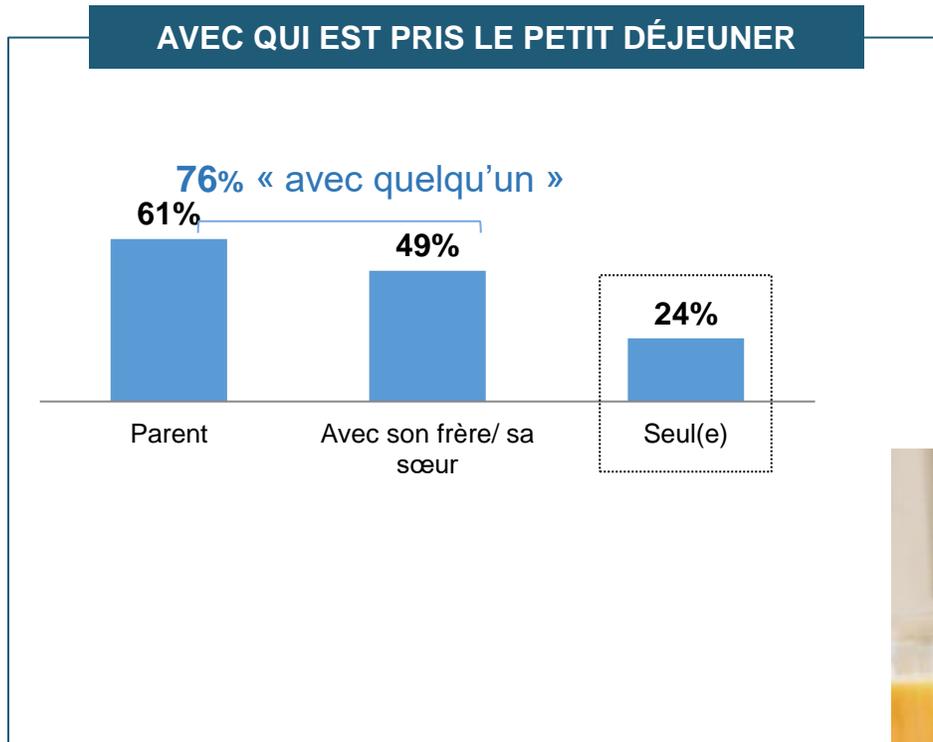
1- Fait d'être seul

2- Manque de plaisir, notamment auprès des filles  
de 4<sup>ème</sup>/3<sup>ème</sup>

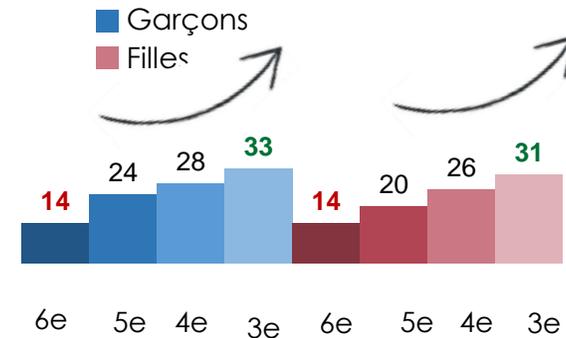
avec un facteur aggravant : le portable

# 1 - Au global, ils sont 24% à petit déjeuner seuls, mais cela masque de fortes disparités entre les classes.

Base : Au moins 1 petit-déjeuner en semaine (n=459)  
%



### COLLÉGIENS QUI MANGENT SEULS LEUR PETIT-DÉJEUNER



# 1 - Et le fait de manger seul a un impact direct sur cette prise de petit-déjeuner

Base : Au moins 1 petit-déjeuner en semaine (n=459)  
%



24% prennent leur petit-déjeuner seul

	Seul	Avec quelqu'un
<b>NB DE PETIT-DÉJEUNER DANS LA SEMAINE</b>	<b>4,3</b>	<b>4,7</b>
<b>NOTE MOYENNE DONNÉE AU « MOMENT PETIT-DÉJEUNER » /10</b>	<b>6,6</b>	<b>7,8</b>
<b>DURÉE DU PETIT-DÉJEUNER</b>	<b>10 min</b>	<b>13 min</b>
<b>PETIT DÉJEUNER COMPLET</b>	<b>25%</b>	<b>38%</b>

## Détail de la composition du petit-déjeuner

	Seul	Avec quelqu'un
<b>AU MOINS 1 PRODUIT CÉRÉALIER</b>	<b>87%</b>	<b>93%</b>
Céréales	40%	47%
Brioche	35%	32%
Pain	<b>15%</b>	<b>37%</b>
Biscuits ou gâteaux	<b>32%</b>	<b>22%</b>
Biscotte / pain de mie	<b>17%</b>	<b>25%</b>
Viennoiseries	20%	19%
Barres de céréales	7%	10%

	Seul	Avec quelqu'un
<b>AU MOINS 1 PRODUIT LAITIER</b>	<b>59%</b>	<b>76%</b>
Lait	31%	39%
Chocolat	<b>28%</b>	<b>39%</b>
Yaourt	<b>9%</b>	<b>20%</b>
Fromage	2%	3%
<b>AU MOINS 1 PRODUIT FRUITIER</b>	<b>53%</b>	<b>56%</b>
Jus de fruits	45%	43%
Fruits frais, hors fruits pressés	<b>4%</b>	<b>12%</b>
Compote, fruits en sirop	<b>6%</b>	<b>11%</b>
Fruits pressés maison	4%	7%
Salade de fruits fraîche	-	1%

# Les facteurs de risque :

1- Fait d'être seul

2- Manque de plaisir, notamment auprès des filles de 4ème/3ème

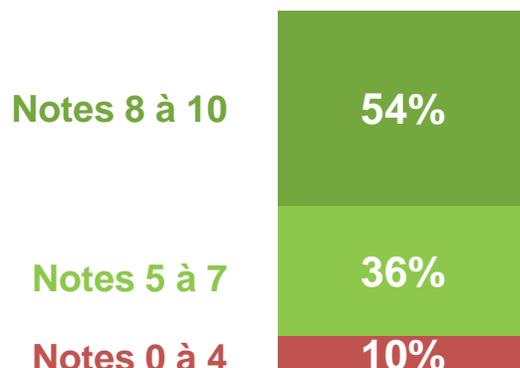
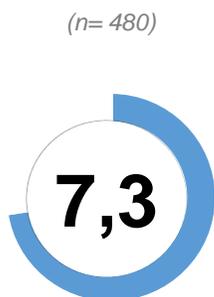
avec un facteur aggravant : le portable

# 2- Une note d'appréciation du PDJ avec de fortes disparités en fonction de la fréquence de consommation

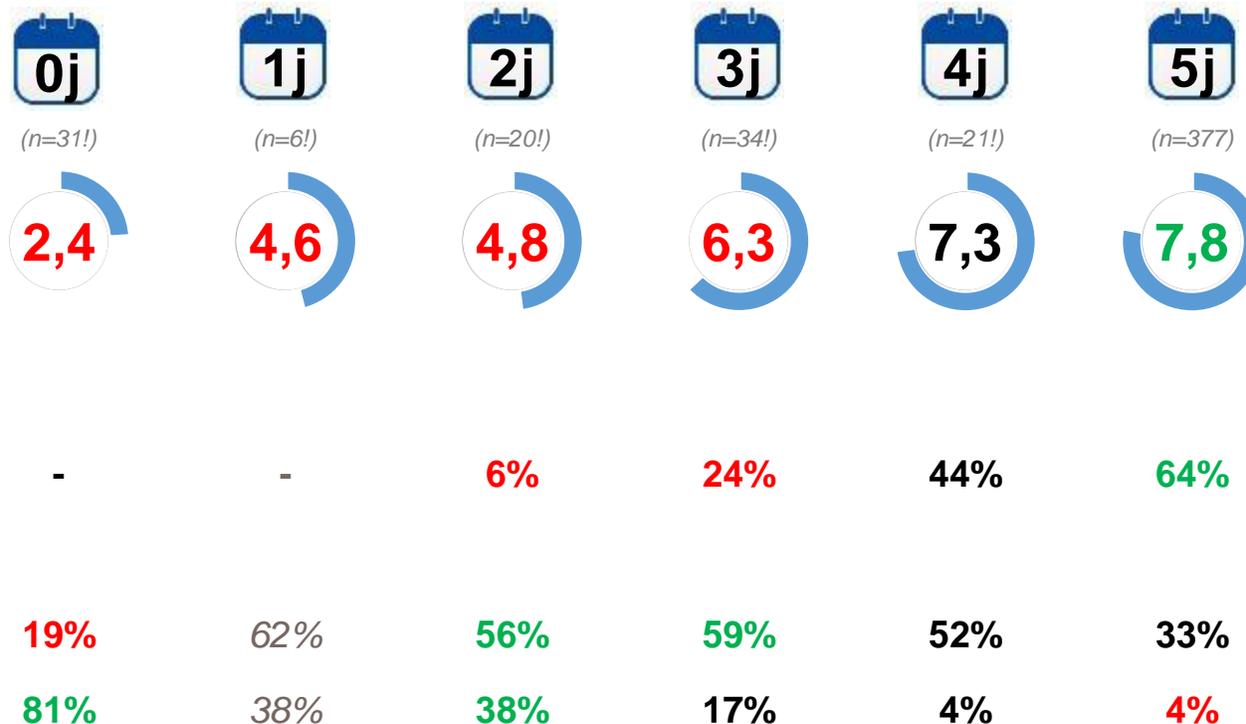
Base : Total échantillon (n=480)  
%

Note moyenne donnée au « moment petit-déjeuner » /10

## ENSEMBLE



## EN FONCTION DU NOMBRE DE PETITS-DÉJEUNERS PRIS EN SEMAINE



Base trop faible  
pas de statistiques

! Bases faibles, données fournies à titre indicatif

xx/xx Différence significative à 90% au total

# 2- Un risque que l'on observe notamment auprès des filles de 3ème, mais qui débute dès la 4ème !

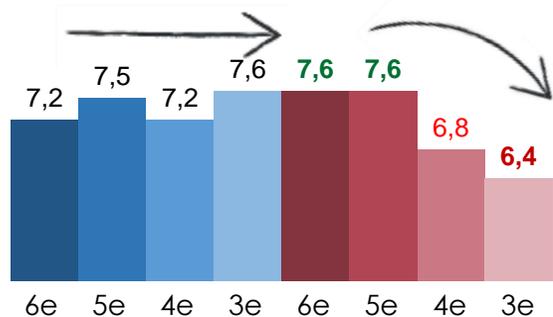
Base : Total échantillon (n=480)  
Note moyenne

ENSEMBLE

Note moyenne donnée au  
« moment petit-déjeuner » /10

7,3

NOTE MOYENNE DONNÉE AU  
« MOMENT PETIT-DÉJEUNER »



■ Garçons  
■ Filles

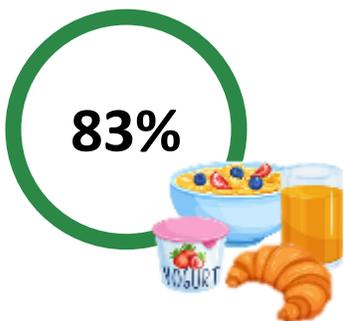


xx/xx Différence significative  
à 95%/90% par classe

## 2- Les motivations fonctionnelles sont les plus importantes, devant le plaisir

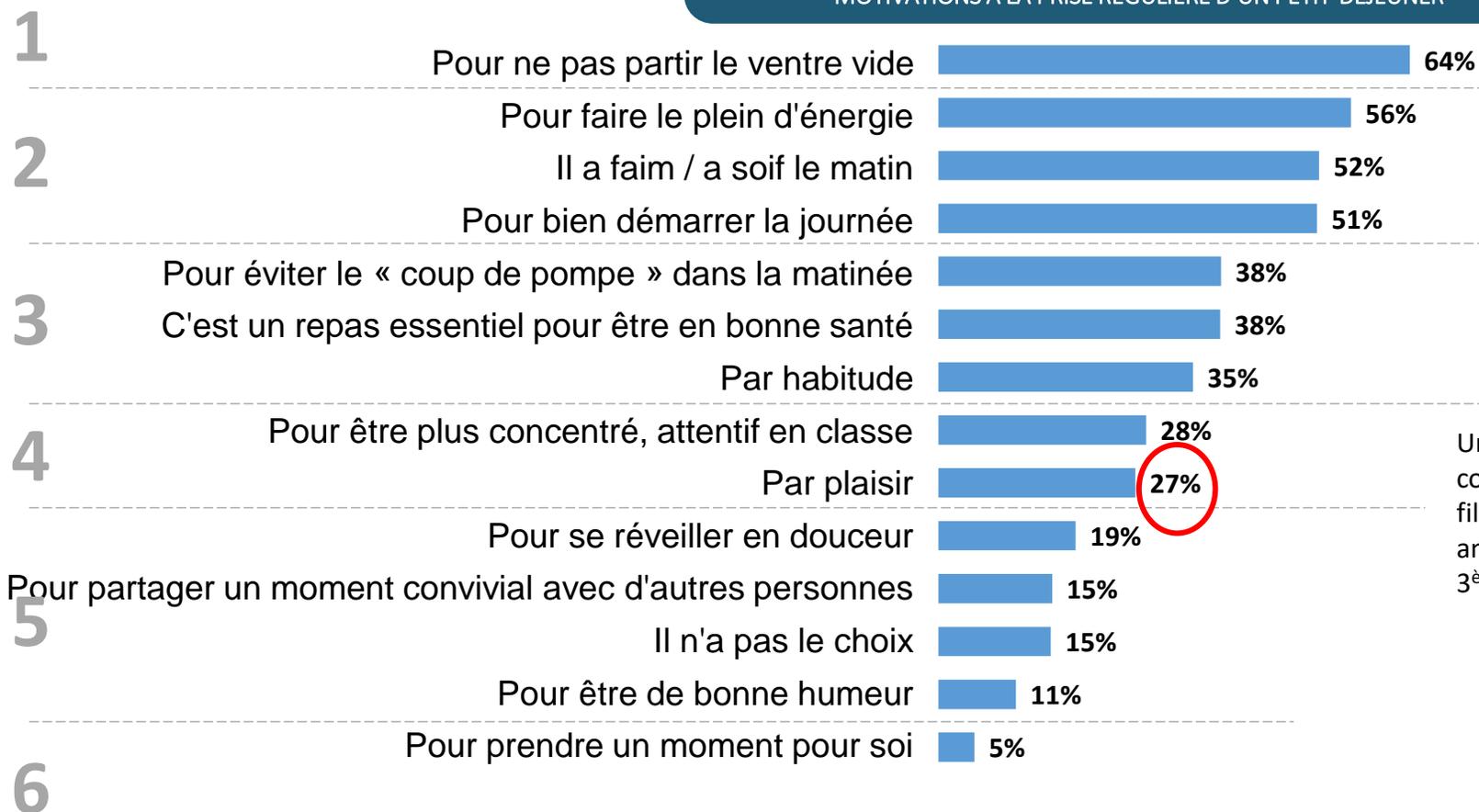
Base : Petit-déjeuner régulier en semaine (n=399)

83%



Prennent régulièrement un petit-déjeuner en semaine (4 à 5 fois)

### MOTIVATIONS À LA PRISE RÉGULIÈRE D'UN PETIT-DÉJEUNER



Une dimension plaisir qui chute considérablement auprès des filles au fur et à mesure des années (37% en 6<sup>ème</sup> vs 17% en 3<sup>ème</sup>)

Item cités par moins de 5% des répondants :

2% Il a gardé les bonnes habitudes prises pendant le confinement

4,6 raisons en moyenne

Différence significative à 90%

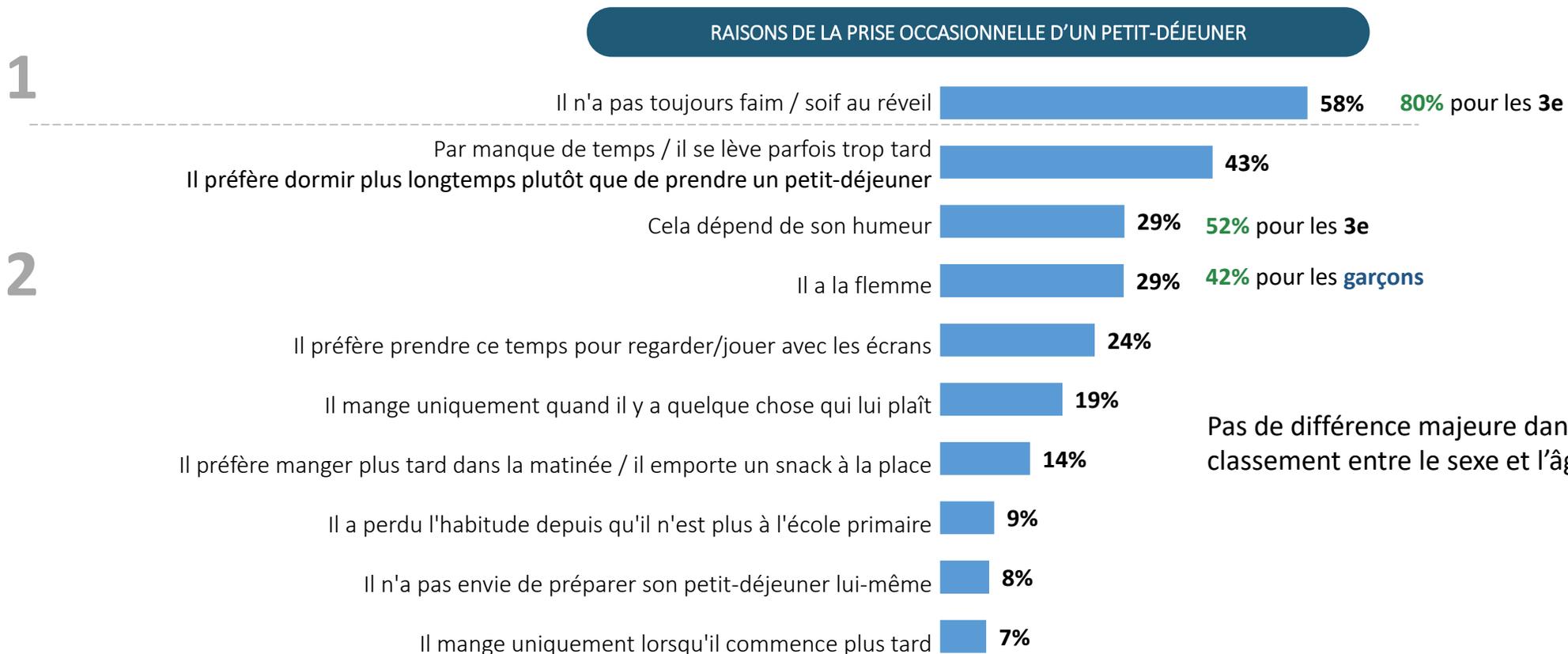
Q4. Pour quelles raisons votre enfant prend régulièrement un petit-déjeuner en semaine ?

## 2- Si les besoins fonctionnels sont moins présents, il est difficile de conserver cette habitude de petit-déjeuner

Base : Petit-déjeuner occasionnel en semaine (n=60)  
%



Prennent occasionnellement un petit-déjeuner en semaine (1 à 3 fois)



Pas de différence majeure dans le classement entre le sexe et l'âge.

2,8 raisons en moyenne

# 2- Et là encore, le manque de plaisir a un impact sur cette prise de Petit déjeuner.

Base : Total échantillon (n=480)

%



Note au PDJ /10

Mauvaise 0 à 4	Moyenne 5 à 7	Bonne 8 à 10
-------------------	------------------	-----------------

NB DE PETIT-DÉJEUNER  
DANS LA SEMAINE

2,3	4,3	4,9
-----	-----	-----

DURÉE DU PETIT-DÉJEUNER

7,9 min	10,7 min	13,8 min
---------	----------	----------

PETIT DÉJEUNER COMPLET

22%	29%	41%
-----	-----	-----

## Détail de la composition du petit-déjeuner

Note au PDJ

Mauvaise	Moyenne	Bonne
----------	---------	-------

AU MOINS 1 PRODUIT  
CÉRÉALIER

75%	90%	95%
-----	-----	-----



	Mauvaise	Moyenne	Bonne
Céréales	23%	37%	53%
Brioche	22%	41%	29%
Pain	23%	24%	37%
Biscuits ou gâteaux	36%	26%	23%
Biscotte / pain de mie	14%	22%	25%
Viennoiseries	21%	18%	19%
Barres de céréales	3%	10%	9%

AU MOINS 1 PRODUIT  
LAITIER



	Mauvaise	Moyenne	Bonne
Lait	28%	32%	42%
Chocolat	31%	29%	42%
Yaourt	16%	15%	18%
Fromage	3%	2%	4%

Note au PDJ

Mauvaise	Moyenne	Bonne
----------	---------	-------

61%	62%	79%
-----	-----	-----

Note au PDJ

Mauvaise	Moyenne	Bonne
----------	---------	-------

AU MOINS 1 PRODUIT  
FRUITIER

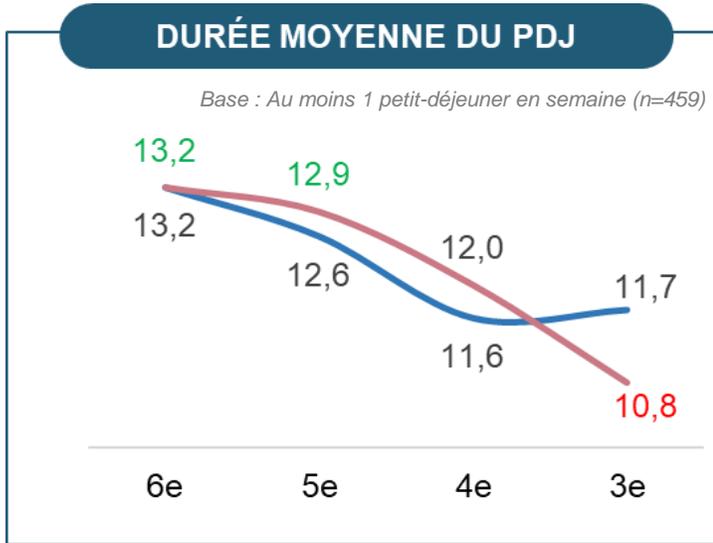
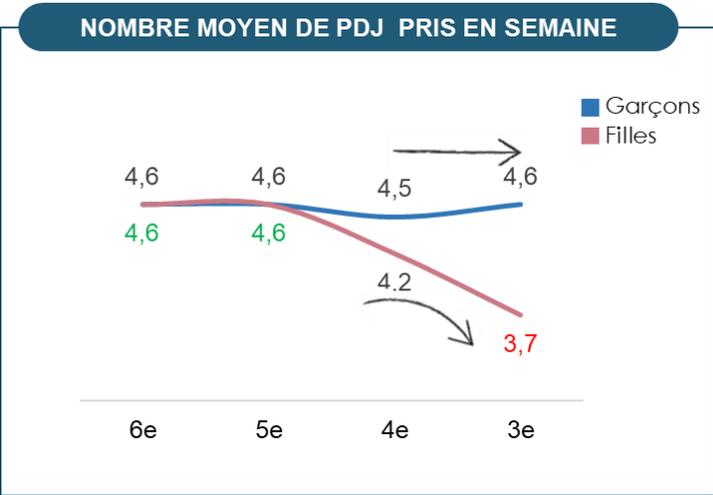
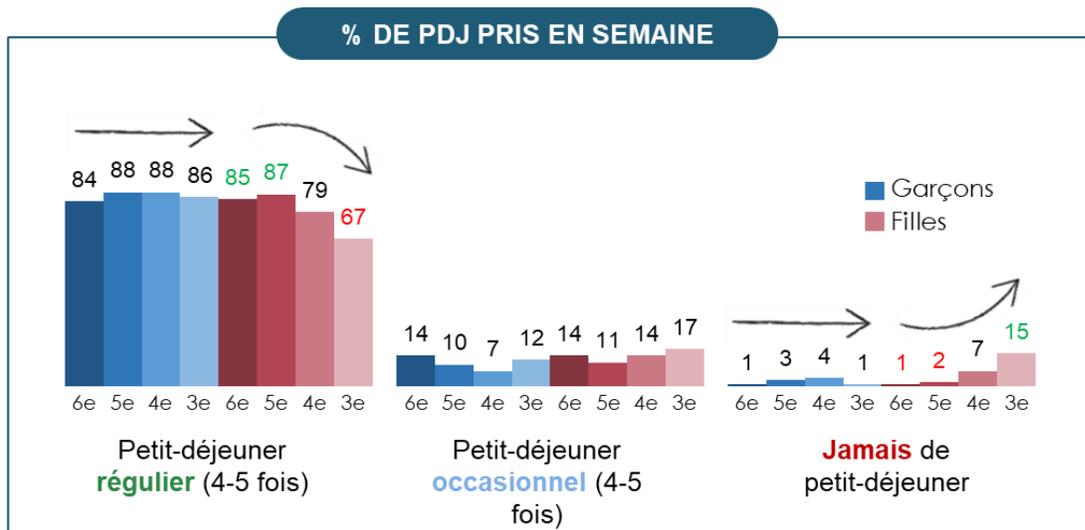


	Mauvaise	Moyenne	Bonne
Jus de fruits	34%	45%	43%
Fruits frais, hors fruits pressés	3%	9%	12%
Compote, fruits en sirop	11%	7%	12%
Fruits pressés maison	3%	3%	9%
Salade de fruits fraîche	3%	-	1%

50%	55%	56%
-----	-----	-----

# Un risque d'abandon du petit déjeuner chez les filles, une hypothèse le manque de plaisir ?

Base : Total échantillon (n=480)  
%



Toutefois, nous ne notons pas de différence sur le taux de petit déjeuner complet sur les différentes strates!

xx/xx Différence significative à 95% entre les classes

# Les facteurs de risque :

1- Fait d'être seul

2- Manque de plaisir, notamment auprès des filles  
de 4<sup>ème</sup>/3<sup>ème</sup>

avec un facteur aggravant : le portable

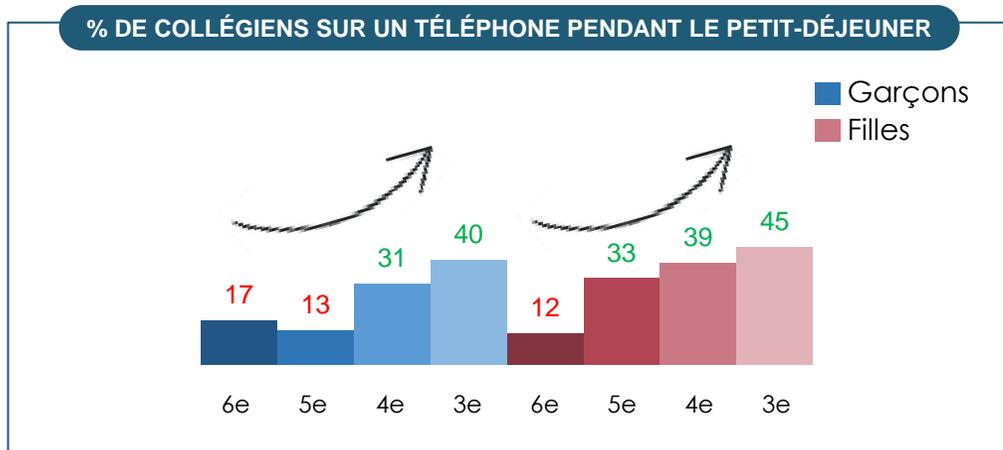
# 3- La présence du portable comme facteur aggravant.

Base : Petit-déjeuner pris à la maison (n=456)  
%



28% des collégiens sont sur leur téléphone pendant le petit-déjeuner

Et 24% des collégiens ne prenant un petit déjeuner occasionnellement déclarent préférer prendre du temps pour être sur leur portable plutôt que de prendre leur petit déjeuner!



xx/xx Différence significative à 95% entre les classes

	Avec portable	Total
% DE COLLÉGIENS QUI PRENNENT UN PDJ « RÉGULIÈREMENT » (4-5 FOIS / SEMAINE)	75%	83%
% DE COLLÉGIENS QUI DONNENT UNE NOTE « MOYENNE » AU PDJ (ENTRE 5 ET 7)	45%	36%
DURÉE DU PETIT-DÉJEUNER	11,1 min	12,3 min
PETIT DÉJEUNER COMPLET	31%	34%



**Aurélie Crouzet**

**Directrice Pôle - Consumer & Retail**

@ : [aurelie.crouzet@ifop.com](mailto:aurelie.crouzet@ifop.com)

☎ : 01 72 34 94 25

**Anne-Sophie DEVILLE**

**Chargée d'études senior - Consumer & Retail**

@ : [anne-sophie.deville@ifop.com](mailto:anne-sophie.deville@ifop.com)

☎ : 01 72 34 94 18