

# COMMENT LE NUTRI-SCORE EST-IL CALCULÉ ?

Le calcul du Nutri-Score a été mis au point par des équipes de recherche internationales, composées de scientifiques, de médecins et de nutritionnistes. Il tient compte :

- DES NUTRIMENTS ET ALIMENTS À FAVORISER : fibres, protéines, fruits et légumes.



- DE L'ÉNERGIE ET DES NUTRIMENTS À LIMITER : calories, acides gras saturés, sucres, sel



BON À SAVOIR



*Pour mieux me repérer*

Le Nutri-score ne remplace pas les informations nutritionnelles obligatoires déjà présentes sur les emballages, il en facilite la lecture.



## QUAND LE NUTRI-SCORE VA-T-IL FAIRE SON APPARITION DANS LES RAYONS ?

Il va apparaître **progressivement** sur les emballages et les sites de e-commerce pour les entreprises qui se sont engagées à l'utiliser.



C'EST + FACILE DE MANGER MEUX.

Le Nutri-Score est un logo développé et soutenu par les pouvoirs publics.

Plus d'informations sur [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr)



## — LE — NUTRI-SCORE



C'EST + FACILE DE MANGER MEUX.



## QU'EST-CE QUE LE NUTRI-SCORE ?

Le Nutri-Score est un logo qui **vous informe sur la qualité nutritionnelle d'un produit**, en le positionnant sur une échelle à 5 niveaux associant des lettres à des couleurs :



De **A** pour les produits les plus favorables sur le plan nutritionnel...

...à **E** pour les produits les moins favorables sur le plan nutritionnel



BON À SAVOIR



### *Pour ma santé*

Le Nutri-Score permet de choisir plus facilement les aliments de meilleure qualité nutritionnelle. Une alimentation variée et équilibrée aide à rester en bonne santé.

## COMMENT LE NUTRI-SCORE VA-T-IL M'AIDER À FAIRE MES COURSES ?

Le Nutri-Score vous permet de **choisir entre plusieurs produits d'un même rayon**.

Les céréales du petit déjeuner, par exemple, peuvent avoir un score compris entre A et E. En un coup d'œil, vous verrez celles qui ont la meilleure qualité nutritionnelle parmi vos variétés préférées.



Le Nutri-Score vous permet aussi de comparer **un même produit de différentes marques**. Les plats de lasagnes à la bolognaise, par exemple, peuvent être classés A, B, C ou D selon les marques ou les recettes.

BON À SAVOIR



### *Pour faire mes courses*

Dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée, il est recommandé de choisir le produit qui présente le meilleur score dans un même rayon ou parmi différentes marques. Et de ne consommer qu'occasionnellement et en petite quantité les aliments D et E.

BON À SAVOIR



### *Pour mon budget*

Choisir des produits de meilleure qualité nutritionnelle ne coûte pas plus cher. Une étude basée sur un supermarché en ligne a montré que le Nutri-Score permet de faire de meilleurs choix alimentaires, sans dépenser plus.