

Table des aliments moyens et de leurs contributeurs Ciqua 2025

Documentation

La table Ciqua est publiée par l'unité Observatoire des Aliments de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses). Cette table renseigne sur la composition nutritionnelle des aliments les plus consommés en France, dont certains aliments dits « moyens », comme du « fromage », de la « viande cuite », un « fruit », un « légume cuit », sans plus de précision.

La table des aliments moyens Ciqua 2025 liste ces 191 aliments particuliers ainsi que leurs contributeurs au format Excel. Elle fournit donc des éléments de documentation et de traçabilité permettant de préciser comment sont déterminées les compositions nutritionnelles des aliments moyens de la table Ciqua.

Table des matières

1. Réutilisation des données de la table des aliments moyens Ciqua 2025 2
2. Qu'est-ce qu'un « aliment moyen » ? 2
3. Comment la composition nutritionnelle des aliments moyens est-elle calculée ?
4
4. Descriptif du fichier Table des aliments moyens Ciqua 2025_FR_2025_11_03.. 5

AGENCE NATIONALE DE SÉCURITÉ SANITAIRE de l'alimentation, de l'environnement
et du travail

14 rue Pierre et Marie Curie 94701 Maisons-Alfort Cedex

Tél +33 (0)1 49 77 13 50 — www.anses.fr

1. REUTILISATION DES DONNEES DE LA TABLE DES ALIMENTS MOYENS CIQUAL 2025

Les données et les informations de cette table sont mises à disposition du public par l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses). Elles peuvent être reproduites, obligatoirement avec la référence explicite à la source :

"Anses. 2025 Table des aliments moyens Ciqua 2025"

ou, en version plus détaillée, pour une publication scientifique par exemple :

"Anses. 2025. Table des aliments moyens Ciqua 2025, <https://doi.org/10.57745/XOJCLN> "

La réutilisation des informations est soumise à la condition que ces dernières ne soient pas altérées, que leur sens ne soit pas dénaturé et que la source ainsi que la version soient mentionnées, conformément aux dispositions de la loi n°2016-1321 du 7 octobre 2016 pour une République numérique, et du code des relations entre le public et l'administration.

Les données de la table Ciqua sont ouvertes au public et téléchargeables gratuitement. La réutilisation de ces données est possible dans les libertés et conditions prévues par la Licence Ouverte.

Toute personne réutilisant les données de la table Ciqua est seule responsable de cette réutilisation. Celle-ci ne doit pas induire en erreur des tiers quant au contenu des informations, leur source et leur date de mise à jour.

2. QU'EST-CE QU'UN « ALIMENT MOYEN » ?

Dans la table de composition nutritionnelle du Ciqua figurent des aliments dont l'intitulé est complété par les termes « **aliment moyen** » : il s'agit par exemple de "fromage", "viande cuite", "fruit, cru", "légume cuit" sans plus de précision.

Les aliments moyens ont été principalement créés en vue de déterminer des compositions nutritionnelles pour des aliments cités dans les études de consommation nationale individuelle alimentaire (anciennement les études INCA, puis l'étude Albane), alors que la précision de leur description était limitée. Tous les

aliments moyens nécessaires aux besoins d’autres utilisateurs de la table Ciqua n’y figurent donc pas nécessairement.

On appelle **aliments contributeurs**, les aliments plus précis de la table Ciqua, sous-jacents à ces aliments moyens. Par exemple le "biscuit ou cracker apéritif (aliment moyen)" est une moyenne de différents biscuits apéritifs, pondérés par leur pourcentage respectif, comme le montre le tableau 1.

Tableau 1 – L'aliment moyen "Biscuit ou cracker apéritif", ses aliments contributeurs et leur pourcentage (extrait de la table des aliments moyens Ciqua 2025)

Code de l'aliment moyen (alim_moy_code)	Nom de l'aliment moyen (alim_moy_nom)	Code de l'aliment contributeur (alim_contrib_code)	Libellé de l'aliment contributeur (alim_contrib_nom)	Pourcentage de l'aliment contributeur à l'aliment moyen (pourcentage)
38399	Biscuit ou cracker apéritif (aliment moyen)	38402	Biscuit ou cracker apéritif, à base de blé, nature ou aromatisé	67,33
38399	Biscuit ou cracker apéritif	38107	Biscuit ou cracker apéritif, mini bretzel ou sticks	13,39
38399	Biscuit ou cracker apéritif	38407	Biscuit ou cracker apéritif, feuilleté (flûtes, torsades, palmiers...), sans fromage	8,63
38399	Biscuit ou cracker apéritif	38405	Biscuit ou cracker apéritif, tuile, à base de pomme de terre	6,21

38399	Biscuit cracker apéritif	ou	38403	Biscuit cracker apéritif, à base de blé, nature, allégé en matière grasse	2,48
38399	Biscuit cracker apéritif	ou	38410	Biscuit cracker apéritif, feuilleté (flûtes, torsades, palmiers...), au fromage	1,79
38399	Biscuit cracker apéritif	ou	38109	Biscuit apéritif, mini-chou fourré, préemballé	0,16

Dans la pratique des professionnels de santé et des épidémiologistes, les aliments moyens peuvent s'avérer utiles pour faciliter la simulation d'une ration alimentaire ou l'estimation des apports nutritionnels. Ils peuvent également servir à d'autres usages, comme l'évaluation de l'impact environnemental.

Il appartient aux utilisateurs d'étudier attentivement cette table et de prendre en compte ses contraintes de réalisation pour évaluer sa pertinence pour d'autres usages que celui envisagé initialement.

3. COMMENT LA COMPOSITION NUTRITIONNELLE DES ALIMENTS MOYENS EST-ELLE CALCULEE ?

A chaque aliment moyen sont associés des aliments contributeurs et leur pourcentage de contribution respectif. Dans la grande majorité des cas, ce pourcentage est lié au niveau de consommation de l'aliment contributeur dans l'étude INCA3, plus exactement à la quantité moyenne consommée (g / jour) dans la population générale (incluant donc tous les adultes et les enfants). En l'absence de données de consommation, les pourcentages de chacun des contributeurs sont égaux : par exemple le "jus de tomate, pur jus (aliment moyen)" est constitué, dans cette table, pour 50% de jus de tomate salé à 3 g / L et pour 50% de jus de tomate à 6 g / L.

Sur cette base, le Ciqua a produit la table des aliments moyens et de leurs contributeurs de la manière suivante :

- Les données de composition nutritionnelle de la table Ciqua 2025 ont d'abord été associées aux aliments contributeurs.
- Puis pour chaque aliment moyen et chaque constituant, si la table Ciqua fournit une teneur pour ses aliments contributeurs, les pourcentages associés à ces aliments contributeurs ont été sommés.
- Si cette somme atteint au moins 60%, une composition nutritionnelle a été calculée pour l'aliment moyen et le constituant considéré (en pondérant les teneurs par les pourcentages de contribution). La composition nutritionnelle ainsi calculée est publiée dans la table Ciqua 2025.
- Si cette somme n'atteint pas 60%, aucune composition nutritionnelle n'est publiée par le Ciqua dans la table Ciqua 2025 pour l'aliment moyen et le constituant considéré.

4. DESCRIPTIF DU FICHIER TABLE DES ALIMENTS MOYENS CIQUAL 2025_FR_2025_11_03

Le fichier Excel Table des aliments moyens Ciqua 2025_2025_11_03.xlsx inclut 191 aliments moyens, en listant leurs aliments contributeurs et les pourcentages respectifs de contribution (1988 lignes au total).

Tableau 2 – Liste des colonnes du fichier Table des aliments moyens Ciqua 2025_2025_11_03.xlsx

Libellé	Contenu	Format	Exemple
alim_moy_code	Code de l'aliment moyen, identique au code aliment (alim_code) des fichiers de la Table Ciqua	nombre	38399
alim_moy_nom	Nom de l'aliment moyen	texte	Biscuit apéritif (aliment moyen)
alim_contrib_code	Code de l'aliment contributeur, identique au code aliment (alim_code) des fichiers de la Table Ciqua	nombre	38402

Libellé	Contenu	Format	Exemple
alim_contrib_nom	Nom de l'aliment contributeur	texte	Biscuit apéritif, crackers, nature
pourcentage	Pourcentage de l'aliment contributeur à l'aliment moyen	nombre	41,4