

## Les mutations des pratiques alimentaires

### La structure des repas se simplifie.

par

Jean-Pierre Poulain

Deux études, réalisées l'une en 1995, l'autre en 1997, nous permettent d'observer l'évolution du contenu des repas. Prochainement, les résultats d'une étude réalisée en 1999, à paraître fin 2001, permettront de suivre cette évolution.

#### **Repas de midi et repas du soir**

En France, la « norme sociale du repas quotidien » est une unité constituée de quatre catégories : entrée, plat garni, fromage, dessert. Une version simplifiée est admise, qui comprend : entrée, plat garni, dessert. Cette norme se donne à voir, par exemple, dans les menus des cantines scolaires ou les contrats passés entre une société de restauration collective et une entreprise ou une administration « cliente ». Dans ce type de document les rédacteurs, en définissant la « prestation » qui doit être servie aux convives, précisent ce qui, par cette collectivité, est considéré comme « le repas normal ». Sur le plan individuel, la « norme » peut être repérée à travers la définition donnée par les individus de ce qu'est pour eux un « vrai repas ».

De ce point de vue les personnes interrogées affirment adhérer à une norme de repas complet : entrée, plat garni, fromage, et ou dessert. Cependant, dans les pratiques observées, le repas complet traditionnel ne représente que 50,9 % en 95, 45,8 en 97 et 37% en 99 des repas de midi et moins de 40 % de ceux du soir, attestant d'un phénomène de simplification. Le repas de midi reste le plus structuré pour la population étudiée. Le dîner est le plus souvent simplifié, avec notamment des repas sans entrée, des repas sans plat principal ni garniture, et des repas à un seul élément. Ce phénomène est statistiquement corrélé au mode de vie urbain, à la féminité, et se développe plus particulièrement chez les cadres et les employés.

S'appuyant sur des études qualitatives qui ont mis en évidence les fonctions sociales du repas du soir<sup>1</sup>, on avait tendance à poser celui-ci comme plus structuré que celui de midi. Cette lecture doit donc être modulée, si l'importance conviviale du repas du soir est une donnée forte, la convivialité familiale n'empêche pas sa simplification avec notamment pour certains la projection du dessert en milieu de soirée. Dans les mono ménages et les ménages monoparentaux, le repas de midi est souvent le plus socialisé et le repas du soir, pris au foyer, l'objet d'une très grande simplification.

---

<sup>1</sup> Corbeau Jean-Pierre. « Le manger, lieu de socialité. Quelles formes de partage pour quels types d'aliments ? », in *Prévenir*, n° 26, 1994.

Tableau 1 et 2 : Evolution de la norme et des pratiques pour le repas de midi de 1995 à 1997

Structure des repas de midi	1995 <sup>2</sup>		1997 <sup>3</sup>	
	Norme	Pratique	Norme	Pratique
Entrée, plat garni, fromage, dessert	25.2	12.3	26.4	13.1
Entrée, plat garni, dessert	36.6	41.5	43.6	39.3
<b>Sous-total repas complet</b>	<b>61.8</b>	<b>53.8</b>	<b>70</b>	<b>52.4</b>
Plat garni, dessert	27.3	34.0	20.7	35.1
Entrée, plat garni	7.3	4.9	3.6	4.3
Entrée (grosse), dessert	2.6	5.6	0.8	5.4
Autres combinaisons	1	1.7	3.2	2.9
<b>Sous-total repas simplifié</b>	<b>38.2</b>	<b>46.2</b>	<b>28.3</b>	<b>47.7</b>
Total	100	100	100	100
	N= 1113 Population active		N= 1157 Population active	

Structure des repas de midi	1995		1997	
	Norme	Pratique	Norme	Pratique
Repas complet	61.8	53.8	70	52.4
Repas simplifié	38.2	46.2	28.3	47.7
Total	100	100	100	100
	N= 1113 Population active		N= 1157 Population active	

Tableau 3 : Evolution de la norme et des pratiques pour le repas du soir de 1995 à 1999

Structure des repas du soir	1995		1997	
	Norme	Pratique	Norme	Pratique
Repas complet	ND	39	ND	ND
Repas simplifié	ND	61	ND	ND
Total		100		
	N= 1113 Population active		N= 1157 Population active	

### Le petit-déjeuner

Le petit-déjeuner des Français est très majoritairement composé de tartines ou de viennoiseries et d'une boisson chaude (69,3 %) ; malgré des recommandations médicales favorables à un petit-déjeuner copieux et une pression publicitaire extrêmement forte, la consommation de céréales et/ou d'aliments salés ne concerne que 13,1 % de l'échantillon et 15,7 % se contentent d'une seule boisson.

<sup>2</sup> Poulain, Jean-Pierre. en coll. avec Delorme, Jean-Marie. Gineste, Muriel. Laporte, Cyril. « Les nouvelles pratiques alimentaires des Français ; entre commensalisme et vagabondage », ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation, programme *Aliment Demain*. 1996.

Et Poulain, Jean-Pierre. « La modernité alimentaire : pathologie ou mutations sociales ? », *Cahiers de nutrition et de diététique*, 33, 6, 1998-1, p. 351-358.

<sup>3</sup> Poulain, Jean-Pierre. en coll. avec Delorme, Jean-Marie. Gineste, Muriel. Laporte, Cyril. « Aujourd'hui manger, c'est choisir », ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation, programme *Aliment Demain*. 1999.

Et Poulain, Jean-Pierre. « Le comportement alimentaire hors foyer, hors repas, quelle réalité ? Perspectives d'avenir ? », *Nutrition pratique*, 13, 2000, p. 12-17.

Tableau 4 : La structure du petit-déjeuner

<b>Structure du petit-déjeuner</b>	<b>1995</b>
Type anglo-saxon	13,1
Type continental	69,3
Simplifié, une boisson seulement	15,7
Autres formules	1,8
<b>Total</b>	<b>100</b>
	<i>N= 1113 Population active</i>

### **Références :**

#### Résultats 1995

Poulain, Jean-Pierre. en coll. avec Delorme, Jean-Marie. Gineste, Muriel. Laporte, Cyril. «Les nouvelles pratiques alimentaires des Français ; entre commensalisme et vagabondage », ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation, programme *Aliment Demain*. 1996.

Et Poulain, Jean-Pierre. « La modernité alimentaire : pathologie ou mutations sociales ? », *Cahiers de nutrition et de diététique*, 33, 6, 1998-1, p. 351-358.

#### Résultats 1997

Poulain, Jean-Pierre. en coll. avec Delorme, Jean-Marie. Gineste, Muriel. Laporte, Cyril. « Aujourd'hui manger, c'est choisir », ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation, programme *Aliment Demain*. 1999.

Et Poulain, Jean-Pierre. « Le comportement alimentaire hors foyer, hors repas, quelle réalité ? Perspectives d'avenir ? », *Nutrition pratique*, 13, 2000, p. 12-17.

#### Résultats 1999

Etude DGAL/OCHA « Manger en France aujourd'hui » à paraître fin 2001