

Système de classification des aliments du Guide Alimentaire Canadien 2019

Classification des aliments et boissons en catégories

Catégories échelon supérieur	Catégories échelon moyen	Catégories échelon inférieur	La catégorie échelon inférieur comprend :
Légumes et Fruits 1	Fruits 11	Fruits 1120	Tous les types de fruits (à l'exclusion des jus). Comprend les purées de fruits.
	Légumes 12	Légumes vert foncé 1210	Les légumes feuilles foncés et les autres légumes de couleur vert foncé. La plupart sont une bonne source d'acide folique et de caroténoïdes de provitamine A.
		Légumes jaune foncé ou orange 1220	Les carottes, les courges d'hiver et les autres légumes jaune foncé ou orange. La plupart sont une bonne source de caroténoïdes de provitamine A. (Remarque : <i>la patate douce est un légume féculent.</i>)
		Légumes féculents 1230	Les pommes de terre, le maïs blanc et jaune, les patates douces, les ignames, les panais, les bananiers plantains, le manioc, les fruits de l'arbre à pain, les racines de taro, les bardanes et les racines de lotus. [> 10 g de glucides (excluant les fibres) par QR]
		Autres légumes 1240	Tous les autres légumes qui ne sont classés dans aucun autre des sous-catégories de légumes. Comprend la sauce aux tomates.
Grains entiers, aliments à grains entiers et de blé entier 2	Grains entiers (100 %) 21	Grains entiers (100 %) 2100	Tous les grains entiers qui sont faits à 100 % de grains entiers.
	Aliments à grains entiers et aliments de blé entier 22	Aliments à grains entiers 2210	Tous les produits céréaliers dont les grains entiers sont le premier ingrédient.
		Aliments de blé entier 2220	Tous les produits céréaliers dont le blé entier est le premier ingrédient.
Aliments protéinés 3 et 4	Aliments protéinés d'origine végétale 3	Yogourts végétaux 3200	Les yogourts enrichis, les boissons au yogourt, le kéfir et les produits semblables préparés à partir de sources végétales qui contiennent des protéines.
		Fromages végétaux enrichis (qui contiennent suffisamment de protéines) 3300	Tous les produits semblables au fromage fabriqués à partir de sources végétales qui contiennent suffisamment de protéines. Conformément à l' Autorisation de mise en marché provisoire pour les produits qui sont destinés à ressembler à du fromage affiné, la teneur en protéines doit être d'au moins 25 g/100 g. Pour les produits destinés à ressembler à du fromage frais, la teneur en protéines doit être d'au moins 15 g/100 g.

Catégories échelon supérieur	Catégories échelon moyen	Catégories échelon inférieur	La catégorie échelon inférieur comprend :
		Légumineuses 3400	Les haricots, les pois secs, les lentilles, les fèves de soya et le tofu (à l'exclusion des boissons de soya). Remarque : Les arachides sont classées dans la catégorie des noix; les pois frais sont classés dans la catégorie des autres légumes.
		Similis-viandes 3500	Les produits de similis-viandes comme les pépites et les galettes de protéines végétales/sans viande. Les aliments sont généralement fabriqués à partir d'isolats de protéines. <i>La qualité des protéines des similis-viandes doit être semblable à celle des produits que celles-ci simulent.</i>
		Noix et graines 3600	Toutes les noix et graines, y compris les arachides.
		Autres aliments d'origine végétale (qui contiennent suffisamment de protéines) 3700	Tous les types d'aliments d'origine végétale qui sont destinés à être utilisés comme substituts des aliments à base de lait et qui contiennent suffisamment de protéines, p. ex. les desserts, les soupes et les sauces. Conformément à l' Autorisation de mise en marché provisoire pour les produits qui ressemblent au fromage frais, la teneur en protéines doit être d'au moins 15 g/100 g.
	Aliments protéinés d'origine animale 4	Yogourts et kéfir 4200	Les yogourts, les boissons au yogourt, le kéfir et les produits semblables fabriqués à partir du lait de vache, de chèvre et d'autres animaux.
		Fromages 4300	Tous les types de fromage fabriqués à partir du lait d'un animal, comme le fromage de lait de vache, de chèvre et buffalo. Comprend le fromage contenant des ingrédients comme des fines herbes, des arômes et des épices.
		Autres aliments à base de lait 4400	Tous les types de desserts, de soupes et de sauces à base de produits laitiers.
		Viandes rouges 4500	Toutes les viandes de bœuf, de porc, d'agneau et de chèvre provenant d'animaux domestiqués.
		Viandes de gibier 4600	La viande provenant des mammifères sauvages terrestres et marins.
		Volaille et oiseaux sauvages 4700	La viande provenant de tous les types d'oiseaux.
		Œufs 4710	Tous les œufs.
		Poisson et fruits de mer 4800	Tous les poissons et fruits de mer.
		Abats 4900	Les abats de tous les animaux sauvages et domestiqués.

Catégories échelon supérieur	Catégories échelon moyen	Catégories échelon inférieur	La catégorie échelon inférieur comprend :
Boissons 5	Boissons 51	Eau 5110	L'eau pure et plate (du robinet et en bouteille) et l'eau gazéifiée pure non sucrée, avec ou sans arôme, à l'exclusion de l'eau sucrée.
		Boissons végétales enrichies (qui contiennent suffisamment de protéines) 5120	Les boissons végétales enrichies, y compris le soya, qui sont enrichies de calcium et de vitamine D et qui contiennent suffisamment de protéines. Conformément à l' Autorisation de mise en marché provisoire pour les boissons végétales, la teneur en protéines doit être d'au moins 2,5 g/100 ml.
		Boissons végétales non enrichies (qui contiennent suffisamment de protéines) 5130	Les boissons végétales, y compris le soya, qui contiennent suffisamment de protéines, mais qui ne sont pas enrichies de micronutriments supplémentaires, comme le calcium ou la vitamine D. Conformément à l' Autorisation de mise en marché provisoire pour les boissons végétales, la teneur en protéines doit être d'au moins 2,5 g/100 ml.
		Boissons végétales enrichies (qui ne contiennent pas suffisamment de protéines) 5140	Les boissons d'amandes, de riz et de coco, ainsi que les autres boissons végétales qui sont enrichies, mais qui ne contiennent pas suffisamment de protéines (moins de 2,5 g/100 ml).
		Laits 5150	Tous les laits d'origine animale, comme le lait de vache, de chèvre ou buffalo, ainsi que les boissons à base de lait. Comprend le lait écrémé en poudre.
		Jus de fruits 5160	Tous les jus de fruits sans sucre ajouté. Ne comprend pas les boissons et les cocktails au jus de fruits contenant du sucre ajouté.
		Jus de légumes 5170	Jus et cocktails de légumes.
		Autres boissons 5180	Comprend le café nature, le thé, le soda, l'eau vitaminée et aromatisée, les boissons artificiellement édulcorées, les boissons/cocktails de jus de fruits, les jus contenant du sucre ajouté et les sodas. Les boissons végétales non enrichies (qui ne sont pas une source de protéines).
Autres aliments 6	Autres aliments d'origine végétale (qui ne contiennent pas suffisamment de protéines) 61	Autres aliments d'origine végétale (qui ne contiennent pas suffisamment de protéines) 6100	Tous les types d'aliments d'origine végétale qui sont destinés à être utilisés comme substituts des aliments à base de lait, qui ne contiennent pas suffisamment de protéines (voir les critères pour 3300 et 3700), p. ex. le fromage, les desserts, les soupes et les sauces.
	Condiments, sauces et vinaigrettes à faible teneur en matières grasses 62	Condiments, sauces et vinaigrettes à faible teneur en matières grasses 6200	Les condiments, les sauces, les légumes marinés, les vinaigrettes à faible teneur en matières grasses, les garnitures et les assaisonnements avec du sel et du sucre ajoutés, les autres aliments dont la QR est petite qui accompagnent d'autres aliments ou qui y ajoutent de la saveur.

Catégories échelon supérieur	Catégories échelon moyen	Catégories échelon inférieur	La catégorie échelon inférieur comprend :
	Autres grignotines 63	Autres grignotines 6300	Les croustilles, les bretzels, les collations extrudées. Comprend les versions sans sucre de ces grignotines.
	Aliments à teneur plus élevée en sucre et/ou en gras 64	Aliments à teneur plus élevée en sucre et/ou en gras 6400	Les aliments à teneur plus élevée en sucre et/ou en gras dont le premier ingrédient est le sucre ou le gras.
	Aliments qui ne sont pas à grains entiers et de blé entier 65	Aliments enrichis qui ne sont pas à grains entiers et de blé entier 6510	Tous les produits céréaliers raffinés enrichis dont les grains entiers ou le blé entier ne sont pas le premier ingrédient.
		Aliments non enrichis qui ne sont pas à grains entiers et de blé entier 6520	Tous les produits céréaliers raffinés non enrichis dont les grains entiers ou le blé entier ne sont pas le premier ingrédient. Comprend la semoule de maïs, le tapioca et d'autres féculents d'origine végétale.
	Viandes transformées 66	Viandes transformées 6600	Toutes les viandes conservées par la fumaison, la maturation, la salaison ou l'ajout d'agents de conservation.
Graisses et huiles 7	Graisses et huiles non saturées 7110	Graisses et huiles non saturées 7110	Les huiles, les vinaigrettes et les tartinades qui contiennent ≤ 2 grammes d'acides gras saturés et trans par quantité de référence. Les petites quantités de référence ne sont pas ajustées.
	Graisses et huiles saturées et trans 7120	Graisses et huiles saturées et trans 7120	Les graisses animales, les huiles hydrogénées et les graisses tropicales et les tartinades qui contiennent > 2 grammes d'acides gras saturés et trans par quantité de référence. Les petites quantités de référence ne sont pas ajustées.
Autres aliments qui ne sont pas classés 8	Aliments pour bébés 81	Aliments pour bébés 8100	Les aliments qui sont destinés à être consommés par les nourrissons et les tout-petits.
	Substituts de repas et suppléments 82	Substituts de repas et suppléments 8200	Les substituts de repas et les aliments considérés comme étant des suppléments.
	Boissons alcooliques 83	Boissons alcooliques 8300	Toutes les boissons contenant de l'alcool.
	Recettes du FCÉN 84	Recettes du FCÉN 8400	Les recettes du FCÉN seulement. Ce sont des plats préparés qui ne peuvent être classés dans une catégorie d'aliments parce qu'ils contiennent une quantité importante d'ingrédients provenant de différentes catégories d'aliments. Dans le FCÉN, les proportions des ingrédients pour les recettes ne sont pas disponibles, et il est donc impossible d'analyser les recettes. <i>Le BPPN examine des critères précis relatifs aux niveaux pour ces aliments.</i>

Catégories échelon supérieur	Catégories échelon moyen	Catégories échelon inférieur	La catégorie échelon inférieur comprend :
	Aliments divers 85	Aliments divers (les ingrédients, les fines herbes, les épices, les bonbons sans sucre, les mélanges non préparés) 8500	Les aliments divers, les ingrédients, les fines herbes, les mélanges pour soupe non préparés et tout autre produit qui ne peut être classé dans une autre catégorie d'échelon inférieur.
Aliments et boissons pour lesquels il manque des données pour la classification 9	Aliments et boissons non classés (en raison de données manquantes) 99	Aliments et boissons non classés (en raison de données manquantes) 9990	Les aliments pour lesquels il manque les données sur les nutriments qui sont requises pour la classification.