

QUELLES RÈGLES DOIT RESPECTER L'ÉTIQUETTE D'UN ALIMENT ?

ARTICLES

[mise à jour : 01/2021]



Quelles informations doivent obligatoirement se trouver sur l'étiquette d'un aliment ? Petit guide pour distinguer les éléments importants.

Pas toujours facile de s'y retrouver et de comprendre l'étiquette d'un aliment en magasin. Liste d'ingrédients, dates de péremption, infos nutritionnelles, origine, mentions obligatoires... Ça en fait des informations !

Pourtant, une marque ne peut pas écrire n'importe quoi sur ses produits. Voici les règles que les producteurs doivent respecter.

Sommaire :

- [Un principe de base : ne pas tromper le consommateur](#)
- [Quelles informations doivent figurer sur une étiquette ?](#)
- [Quelles sont les mentions facultatives ?](#)
- [Quelques dénominations réglementées](#)

Un principe de base : ne pas tromper le consommateur

L'étiquetage alimentaire est régi par un règlement européen (dit INCO^[1]), qui vise à **protéger la santé et les intérêts des consommateurs**. Pour cela, l'étiquette doit leur permettre de disposer d'informations sanitaires, économiques, écologiques, sociales et éthiques afin de pouvoir faire leurs choix en connaissance de cause.^[2]

> Voir aussi : [Étiquette alimentaire : 6 infos à y lire pour mieux consommer](#)

Ce règlement consacre donc un grand principe : l'**interdiction d'induire le consommateur en erreur**, en particulier en ce qui concerne :

- les **caractéristiques** de l'aliment.
Exemple : il est interdit de mentir sur la composition, le pays d'origine, le mode de fabrication...

- des **qualités particulières**, si n'importe quel aliment similaire les a par défaut.
Exemple : il est interdit de dire qu'un jus de fruit est « sans colorants », puisque c'est par défaut interdit par la législation.
- la **présence d'un ingrédient** qui n'est pas effectivement dans le produit.
Exemple : il est interdit de montrer des fraises sur l'emballage alors que le produit n'en contient pas.

Avec de tels principes, on pourrait se dire que l'on est paré à toute éventualité. Pourtant, Test-Achats recense encore et toujours des produits « Pinocchio » qui mentent ou interprètent à leur avantage la législation.^[3]

Il y a en effet quelques « failles » dans les règles d'étiquetage :

- Le règlement en lui-même **exclut certaines catégories** d'aliments. Par exemple les boissons alcoolisées de plus de 1,2% d'alcool ne sont pas soumises à l'obligation d'afficher une liste d'ingrédients ou des valeurs nutritionnelles.
- La législation **autorise toute une série de procédés ou substances** (additifs...) dont les effets sur la santé font encore débat.
- **Toutes les mentions ne sont pas régulées.** Certaines allégations (notamment de santé) sont autorisées ou interdites mais d'autres ne sont pas légiférées, comme « artisanal », « agriculture durable », « sans pesticides »...
- Les **labels** officiels sont encadrés par des législations spécifiques... mais rien n'empêche une marque de créer son propre « label » (avec ses propres critères, même vagues et non contrôlés) et de l'apposer sur l'emballage.
- Il n'y a **pas de minimum requis d'un ingrédient** dans un aliment. Par exemple, rien n'interdit de vendre de la « pâte à tartiner aux noisettes » avec seulement 2% de noisettes.
- ...

Toutes des informations qui intéressent pourtant les consommatrices et consommateurs !

Enfin, il faut toujours prendre l'information « à la lettre » et pas pour ce qu'elle pourrait sous-entendre. S'il est noté que le produit est fabriqué en Belgique, ça ne veut pas dire pour autant que les ingrédients sont belges. Si l'information est vague (« durable » par exemple), c'est probablement parce qu'il n'y a pas grand-chose derrière.

Quelles informations doivent figurer sur une étiquette ?

Plusieurs mentions doivent figurer sur (presque) tous les aliments **préemballés** :

- La **dénomination** du produit ;
- [La liste des ingrédients](#) (et la quantité exacte pour certains ingrédients) ;
- Les ingrédients (qui contiennent des) **allergènes** ;
- Le **poids net** ;
- [La date de péremption](#) ;
- Les **conditions de conservation et/ou d'utilisation** ;
- Les coordonnées du **responsable de l'information** (utile pour savoir « qui » est derrière une marque) ;^[4]
- [Le pays d'origine de l'aliment](#) (dans certains cas où l'absence de l'information pourrait tromper le consommateur) ;
- Le **mode d'emploi** (si nécessaire pour bien utiliser l'aliment) ;

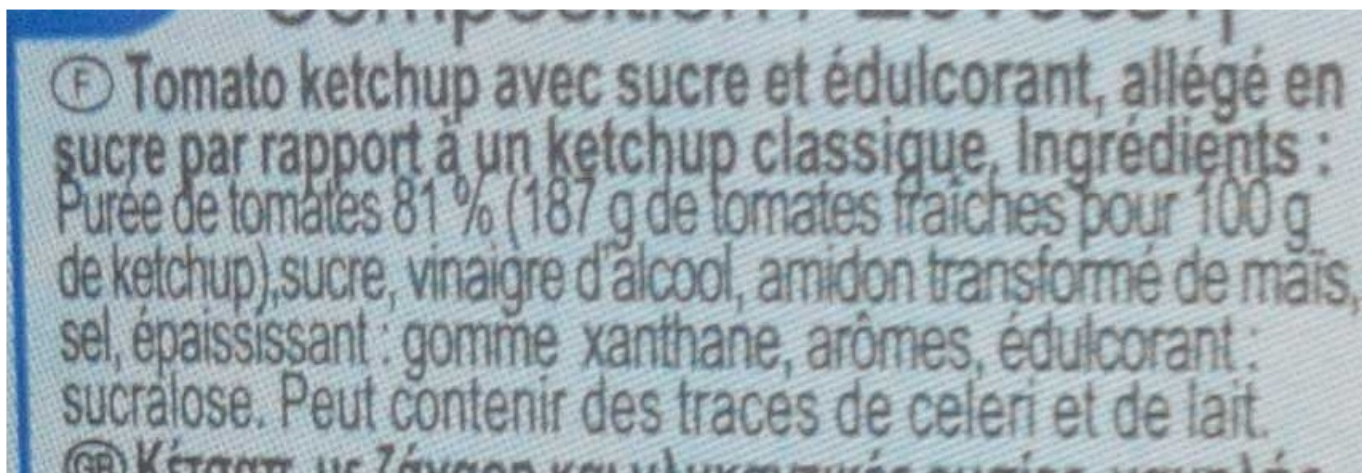
- [Les valeurs nutritionnelles](#) ;
- Un **numéro de lot et/ou une date de péremption** comprenant une date exacte (JJ/MM/AA) ; ^[5]
- La **marque de salubrité** (ou estampille), pour les produits d'origine animale (viande, œufs, lait, beurre...) qui ont été traités dans un établissement agréé. ^[6]

Sur les aliments **qui ne sont pas préemballés**, seule la mention des allergènes est obligatoire. ^[7] Il n'y a pas de législation spécifique au vrac. Par contre pour certains aliments comme la viande, le poisson et les fruits et légumes non transformés, la mention de l'origine est obligatoire.

Pour certains produits spécifiques, l'étiquette doit aussi indiquer ^[8] :

- Titre alcoométrique (pour les alcools > 1,2 % vol) ;
- « **Irradié** » ou « **traité par rayonnements ionisants** » si l'aliment a été ionisé (irradié) afin d'améliorer sa conservation ;
- « **Décongelé** » si l'aliment a été décongelé ; ^[9]
- « Conditionné sous **atmosphère protectrice** », si l'aliment est emballé avec des gaz d'emballage qui prolongent sa conservation ;
- « **Avec édulcorants** » ou « **Avec sucre(s) et édulcorant(s)** » pour les produits contenant des édulcorants et des sucres ajoutés (**indépendamment d'une liste d'ingrédients**).
- « **Contient de l'aspartame (source de phénylalanine)** » si l'aspartame ne figure pas dans la liste des ingrédients sous son nom propre mais sous son numéro E ;
- « Une consommation excessive peut avoir **des effets laxatifs** » si l'aliment a une teneur en polyols supérieure à 10 % ;
- « Teneur élevée en caféine » et « déconseillé aux enfants et aux femmes enceintes ou allaitantes » pour les boissons contenant plus de 150 mg/l de **caféine** (à l'exception des thés et cafés) ainsi que pour les aliments (autres que les boissons) auxquels on ajoute de la caféine à des fins physiologiques.
- La date de (première) congélation pour les **viandes congelées**, préparations de viandes congelées et produits de la pêche qui sont congelés et non transformés ...

L'étiquetage est contrôlé conjointement par le SPF économie et l'AFSCA. ^[10]



Chocolat noir au maltitol.

Cacao: 75% minimum.

Ingrédients: pâte de cacao, édulcorant (maltitol), beurre de cacao, cacao dégraissé en poudre, lait entier en poudre, émulsifiant (lécithine de soja), vanille en poudre. Peut contenir des fruits à coque.

Contient des sucres naturellement présents. Une consommation excessive peut avoir un effet laxatif.

SAUMON PÊCHÉ DANS L'OCÉAN PACIFIQUE NORD-EST (NE) OU PACIFIQUE NORD-OUEST (NO)*, FUMÉ AU BOIS DE HÊTRE, DÉCONGELÉ.
INGRÉDIENTS : Saumon argenté du Pacifique (Oncorhynchus kisutch (c)) ou Saumon rouge du Pacifique (Oncorhynchus nerka (s)) ou Saumon
*Voir espèce dans la fenêtre. **Voir espèce dans la fenêtre. Saumon pêché au filet mailleur

Quelques exemples de mentions dans leur milieu naturel. Source : OpenFoodFacts (lien du produit sur l'image)

Enfin, le prix de vente des produits emballés doit toujours être indiqué, même si ce n'est pas sur l'étiquette. Par ailleurs, afficher **le prix au kilo** est obligatoire pour les magasins de plus de 150 m². ^[11]

Quelles sont les mentions facultatives ?

Bien sûr un fabricant peut ajouter des informations à celles qui sont strictement obligatoires. Certains d'ailleurs ne s'en privent pas et cela ajoute souvent plus de confusion qu'autre chose.

S'il utilise une mention facultative mais prévue par la loi, il doit aussi respecter la législation.

Par exemple :

- s'il appose une liste d'ingrédients alors qu'il n'y est pas obligé, cette liste doit respecter ce qui est prévu pour l'affichage des ingrédients.
- s'il utilise [un label officiel](#), il doit se conformer à la procédure légale de labellisation.
- s'il affiche « artisanal », « sans additifs » ou certaines [allégations nutritionnelles ou de santé](#) (« allégé en sucre », « riche en fibres »...), il doit se conformer à la législation liée.

Quelques dénominations réglementées

Certains types de produits sont réglementés. Voici quelques exemples courants.

Lait

On ne peut parler **de « lait » que pour des produits animaux.**^[12] Il existe cependant des **exceptions** comme le lait d'amande ou de coco.^[13] « Lait de soja » est donc interdit. Par contre on peut parler de steak ou de burger de soja.^[14]

Mayonnaise

La **mayonnaise** est aussi une appellation « protégée ». Ne peut pas s'appeler « mayonnaise » n'importe quelle sauce pour frites.^[15]

Jus de fruits

C'est la même idée pour les « **jus de fruits** », « jus de fruits à base de concentré », « nectars de fruits », etc.^[16]

Un jus d'orange doit être fait à partir du... jus de l'orange, simplement. On peut y ajouter des vitamines, des minéraux et certains additifs (très limités, parfois à certains produits de certains pays). Pas question d'y ajouter des colorants ou des édulcorants, ce n'est pas repris dans la liste des additifs autorisés pour les jus de fruits.^[17] Contrairement aux bières aux fruits, pour lesquelles les législations belge et européenne n'ont pas prévu de critère interdisant l'ajout d'édulcorants, même si on pourrait s'attendre à ce que la règle soit la même que pour les jus.^[18]

Pour le **jus à base de concentré**, on doit utiliser une quantité minimale de jus d'orange concentré auquel on ajoute de l'eau (potable).^[19]

Les **nectars** sont différents, ils sont réalisés à partir de purée de fruits, à laquelle on ajoute de l'eau et éventuellement des sucres ou des édulcorants. On est déjà dans un autre type de produit, d'où l'importance d'avoir des appellations qui sont encadrées pour éviter de se retrouver avec des jus de fruits qui contiendraient des additifs auxquels on ne s'attendrait pas.

Plus d'info

- [Étiquette alimentaire : 6 infos à y lire pour mieux consommer](#)

^[1] Règlement INCO (1169/2011), e.a l'article 7. Version consolidée en 2018 sur

<https://eur-lex.europa.eu/>. Il s'applique à toutes les denrées alimentaires vendues au consommateur. Complément indispensable : la FAQ européenne ([2018/C 196/01](#)). La Commission a également une partie de son site dédiée à la [législation alimentaire \(en anglais seulement\)](#). Ce règlement s'applique à toutes les denrées alimentaires destinées au consommateur final, y compris celles servies par les collectivités, ou destinées à être livrées à des collectivités.

[2] Article 3. Textuellement : L'information sur les denrées alimentaires tend à un niveau élevé de protection de la santé et des intérêts des consommateurs en fournissant au consommateur final les bases à partir desquelles il peut décider en toute connaissance de cause et utiliser les denrées alimentaires en toute sécurité, dans le respect, notamment, de considérations sanitaires, économiques, écologiques, sociales et éthiques.

[3] 38 aliments dans leur [« hall of shame »](#).

[4] Nestlé est derrière les burgers végétariens « Garden gourmet » par exemple. Les produits laitiers « Light & Free » sont de Danone. Si le logo est présent, le moins que l'on puisse dire est qu'il n'est pas particulièrement mis en avant. Chaudfontaine appartient au groupe Coca-Cola, etc.

[5] Pas dans le règlement INCO.

[6] Pas dans le règlement INCO.

[7] INCO, art 44.

[8] Liste complète dans le règlement INCO art. 10 et annexe III.

[9] La loi prévoit des exceptions pour les ingrédients (décongelés) présents dans le produit fini (un ingrédient qui aurait été décongelé pour être mis dans un aliment qui n'aurait pas été congelé), les denrées alimentaires pour lesquelles la congélation est une étape technique nécessaire du processus de production et les denrées alimentaires pour lesquelles la décongélation n'a pas d'effets qui nuisent à la sécurité ou la qualité de l'aliment.

[10] Plus de détails ici :

<https://economie.fgov.be/fr/themes/ventes/reglementation/etiquetage/controle-de-letiquetage-des>

[11] AR de [1996, consolidé en 2004](#).

[12] Règlement 1308/2013 : « La dénomination «lait» est réservée exclusivement au produit de la sécrétion mammaire normale, obtenu par une ou plusieurs traites, sans aucune addition ni soustraction. »

[13] Le [1308/2013 en son annexe VII partie III](#) précise : « (...) cette disposition n'est pas applicable à la dénomination des produits dont la nature exacte est connue en raison de l'usage traditionnel et/ou

lorsque les dénominations sont clairement utilisées pour décrire une qualité caractéristique du produit. ». Ce point a été précisé dans une décision de la Commission ([2010/791/UE](#) – qui fait référence à la [1234/2007](#) qui a été remplacée par la 1308/2013) qui précise toute une série de produits, en Europe, qui peuvent s'appeler crème/lait/beurre sans être d'origine animale comme « pindakaas » (beurre de cacahuète), le très connu « Voileipäkakku » ou encore le lait d'amande ou de coco. Il y a quelques dizaines d'exceptions.

[\[14\]](#) Communiqué du [Parlement européen de 2020](#).

[\[15\]](#) La Belgique a d'ailleurs dû revoir sa définition, qui était plus stricte que l'europpéenne. Si avant une mayonnaise devait avoir au minimum 80% de matières grasses et 7,5 de jaune d'œuf, les exigences sont tombées à 70% et 5% pour être au même niveau que la définition européenne. [AR « mayonnaise » de 2016](#).

[\[16\]](#) Règlement 2001-112 ([consolidé en 2014](#)).

[\[17\]](#) Règlement 1333/2008 sur les additifs, annexe II, partie E, catégorie 14.1.2 (celle des jus de fruits).

[\[18\]](#) La présence d'additifs dans la bière est réglementée par le règlement 1333/2008. Définition belge de la bière dans l'AR de [mars 1993](#). À noter que l'Allemagne a été condamnée au niveau européen (en 1987) car sa définition de la bière a été jugée trop restrictive, ce qui aurait empêché d'autres pays européens de vendre de la bière en Allemagne. À lire sur [www.happybeertime.com](#)

[\[19\]](#) C'est chouette de voir qu'ils se sentent obligés de préciser « eau potable », au cas où certains auraient envie d'utiliser n'importe quelle eau pour faire un jus. De l'intérêt d'avoir des textes précis !

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

Liens

[1] <mailto:rdebruyn@ecoconso.be>

[2] <https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus>

[3] <https://www.ecoconso.be/fr/content/etiquette-alimentaire-6-infos-y-lire-pour-mieux-consommer>

[4] <https://www.ecoconso.be/fr/content/quoi-faire-attention-dans-la-liste-dingrédients-dun-aliment>

[5] <https://www.ecoconso.be/fr/content/5-questions-sur-la-date-de-peremption-des-aliments>

[6] <https://www.ecoconso.be/fr/content/comment-connaître-lorigine-dun-aliment-pour-acheter-local>

[7] <https://www.ecoconso.be/fr/content/nutrition-et-santé-comment-lire-et-comprendre-les-etiquettes-alimentaires>

[8] <https://www.ecoconso.be/fr/content/quest-ce-que-lionisation-des-aliments>

[9] <https://world.openfoodfacts.org/product/3560070462025/ketchup-50-de-sucres-carrefour>

[10] <https://world.openfoodfacts.org/product/8013108699795/noir-75-cacao-lindt>

[11] <https://world.openfoodfacts.org/product/3033610062516/saumon-fume-sauvage-du-pacifique-labeyrie>

[12] <https://www.ecoconso.be/fr/content/reconnaitre-les-labels-pour-manger-durable>

[13]

<https://www.ecoconso.be/fr/content/traditionnel-sans-additif-comprendre-les-mentions-sur-les-etiquettes-alimentaires>

[14]

https://www.ecoconso.be/fr/content/nutrition-et-santé-comment-lire-et-comprendre-les-etiquettes-alimentaires#_Toc62562822

[15] <https://eur-lex.europa.eu/>
[16] [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:52018XC0608\(01\)&from=FR](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:52018XC0608(01)&from=FR)
[17] https://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/labelling_legislation_en
[18] <https://www.test-achats.be/sante/produits-pinocchio?themes=aliments&fstatus=>
[19] <https://economie.fgov.be/fr/themes/ventes/reglementation/etiquetage/controle-de-letiquetage-des>
[20] http://www.ejustice.just.fgov.be/cgi_loi/change_lg.pl?language=fr&la=F&table_name=loi&cn=1996063039
[21] <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:02013R1308-20190101&from=EN>
[22] <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:32010D0791&from=FR>
[23] <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:32007R1234&from=FR>
[24] <https://www.europarl.europa.eu/news/fr/press-room/20201016IPR89542/une-politique-agricole-europeenne-plus-verte-plus-juste-et-plus-solide>
[25] https://www.ejustice.just.fgov.be/cgi/article_body.pl?language=fr&caller=summary&pub_date=16-06-10&numac=2016011248
[26] <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:02001L0112-20141005&from=EN>
[27] http://www.ejustice.just.fgov.be/cgi_loi/change_lg.pl?language=fr&la=F&cn=1993033131&table_name=loi
[28] <http://www.happybeertime.com/>

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons

