

FICHE DE RENSEIGNEMENTS SUR LA *LOI POUR DES CHOIX SANTÉ DANS LES MENUS*

Les calories sur les menus

Depuis le 1^{er} janvier 2017, toutes les chaînes de 20 lieux de restauration ou plus en Ontario doivent afficher le nombre de calories contenues dans les aliments et les boissons qu'elles vendent. Il s'agit d'une disposition de la *Loi de 2005 pour des choix santé dans les menus*.

Cela signifie que le nombre de calories est affiché dans des lieux comme les :

- restaurants à service rapide;
- restaurants;
- cafés;
- épicerie et dépanneurs;
- cinémas.

Ce que vous disent les menus

Les menus indiquent le nombre de calories que vous obtenez de chacun des aliments ou des boissons normalisés mis en vente. Vous trouverez les calories en dessous, à côté ou au-dessus de chaque aliment normalisé mentionné dans un menu.

Un aliment normalisé est un aliment ou une boisson façon restaurant qui est :

- vendu dans un format normalisé ou régulier;
- servi, traité ou préparé dans un lieu réglementé;
- destiné à être consommé immédiatement sans autre préparation préalable de la part du consommateur.

Le nombre de calories est mentionné sur les menus, les tableaux d'affichage de menu, les étiquettes et les affiches.

Comment la Loi est-elle appliquée?

Les inspecteurs des bureaux de santé publique locaux visitent toutes les entreprises assujetties à la Loi, et donnent suite à toutes les plaintes concernant une entreprise qui ne respecte pas la Loi. L'entreprise pourrait ensuite recevoir un enseignement, un avertissement ou une amende si elle continue de contrevenir à la Loi.

Ce que les calories mesurent

Les calories sont essentielles au fonctionnement du corps et à l'activité physique de tous les jours. Nous mangeons et buvons pour acquérir cette énergie (mesurée en calories).

En connaissant le nombre de calories que contiennent les aliments et les boissons que nous consommons, nous pouvons mesurer la quantité d'énergie dont nous avons besoin chaque jour.

Combien de calories nous faut-il par jour?

En plus d'afficher les calories, les entreprises doivent afficher une déclaration qui fournit de l'information sur les besoins caloriques quotidiens moyens :

« Les adultes et les jeunes (13 ans et plus) ont besoin, en moyenne, de 2 000 calories par jour et les enfants (4 à 12 ans) ont besoin, en moyenne, de 1 500 calories par jour. Cependant, les besoins individuels varient. »

Le nombre de calories dont nous avons besoin dépend de nombreux facteurs, notamment de l'âge, du sexe et du niveau d'activité.

Où trouver de plus amples renseignements

Pour en savoir davantage sur la Loi, veuillez consulter le site

<https://www.ontario.ca/fr/page/teneur-en-calories-dans-les-menus>, communiquer avec votre bureau de santé publique local ou envoyer vos questions à menulabelling@ontario.ca.

Le présent document offre un résumé de la *Loi de 2015 pour des choix santé dans les menus* et n'est pas destiné à servir de conseil juridique, ni à être utilisé comme tel. Pour connaître toutes les exigences, consultez la [Loi de 2015 pour des choix santé dans les menus](#).