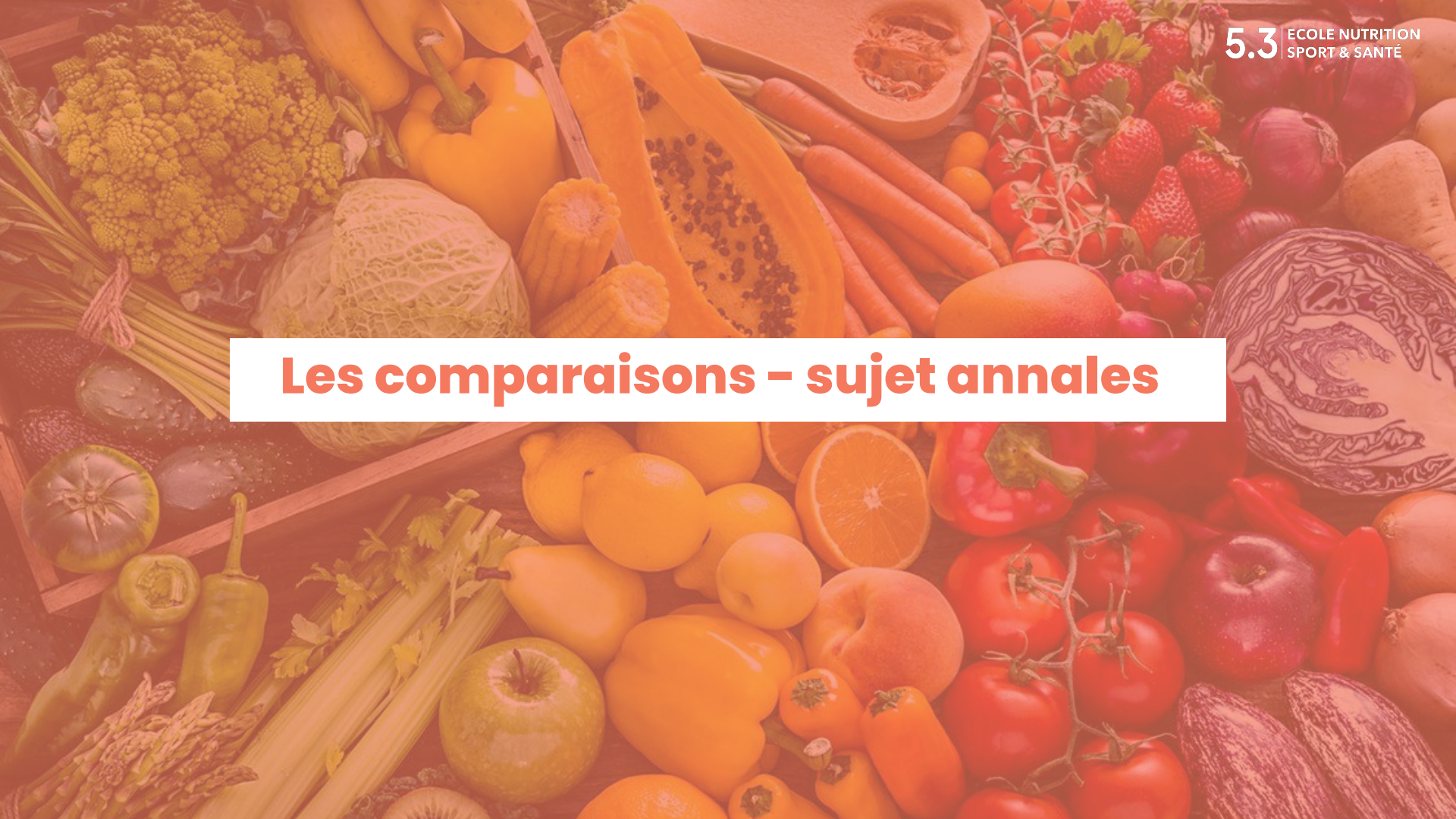


Les comparaisons - sujet annales



2. Biscuits _ place privilégiée au goûter (13 points)

L'étude INCA 3 (Étude Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires 3), relève en 2017 une consommation importante de « gâteaux » et de boissons sucrées chez les enfants et adolescents, âgés de 7 à 17 ans. Ces consommations alimentaires ont lieu principalement au goûter et contribuent pour environ un tiers de l'apport en sucres de ces jeunes.

2.1 L'annexe 3 présente la composition de trois biscuits appréciés par les enfants. Mener une analyse comparative de la composition de ces produits. Conclure.

2.2. Proposer trois goûters (dont un avec une base de biscuit) pour des enfants. Justifier vos choix.

	INGRÉDIENTS	VALEUR NUTRITIONNELLE POUR 100 g	INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES
Barquettes aux fruits	Ingrédients : Sirop de glucose-fructose, purée de fraise 27,8 %**, sucre, farine de BLÉ 19,3 %, OEUFs 16,8 %, amidon de BLÉ, gélifiant (pectines), correcteur d'acidité (acide citrique), arômes, levure sèche. ** Soit 49,8 % de fraises dans le nappage. PEUT CONTENIR LAIT, FRUITS A COQUE.	Énergie : 351 kcal ou 1487 KJ Matières grasses : 2 g dont acides gras saturés : 0,6 g Glucides : 78 g dont sucres : 58 g Fibres : 1,7 g Protéines : 3,8 g Sel : 0,09 g	Paquet de 120 g 18 biscuits (7 g) par sachet de 6 (42 g) NUTRI-SCORE
Petits beurrés	Ingrédients : Farine de BLÉ 73 %, sucre, BEURRE 13 %, LAIT écrémé en poudre, sel, poudres à lever (carbonates d'ammonium, carbonates de sodium), correcteur d'acidité (acide citrique), arôme. PEUT CONTENIR OEUFs ET SÉSAME.	Énergie : 435 kcal ou 1832 KJ Matières grasses : 12 g dont acides gras saturés : 7,5 g Glucides : 72 g dont sucres : 23 g Fibres : 3 g Protéines : 8 g Sel : 1,39 g	Paquet de 200 g 24 biscuits (8,3 g) NUTRI-SCORE
Napolitain	Ingrédients : Farine de BLÉ 24 %, sucre, huile de palme, sirop de glucose-fructose, OEUFs 7,5 %, chocolat en poudre 6,5 % (sucre, cacao en poudre), stabilisants (glycérol, sorbitol), lactosérum en poudre (de LAIT), amidons, sirop de glucose, arômes (contient alcool), cacao maigre en poudre, huile de colza, poudres à lever (carbonates d'ammonium, diphosphates, carbonates de sodium), beurre de cacao, sel, graisse de karité, LAIT écrémé en poudre, émulsifiants (E472b, E472a, lécithines de SOJA, E471, E473), épaississant (gomme xanthane), colorant (E160a), BEURRE concentré, correcteurs d'acidité (citrate de sodium, acide citrique, acide tartrique), conservateur (sorbate de potassium). PEUT CONTENIR FRUITS À COQUE.	Énergie : 429 kcal ou 1795 KJ Matières grasses : 20 g dont acides gras saturés : 8,9 g Glucides : 59 g dont sucres : 33 g Fibres : 1,9 g Protéines : 4,4 g Sel : 0,26 g	Paquet de 180 g 6 gâteaux NUTRI-SCORE

Annexe 3 : Caractéristiques de quelques biscuits industriels – sources : étiquettes alimentaires relevées

Sujet 2022 - Corrigé

Nutriments	Barquettes aux fruits (BF)	Petits Beurres (PB)	Napolitain (N)	Justifications
Energie	351 Kcal 1487 KJ	435 Kcal 1832 KJ	429 Kcal 1795 KJ	Valeurs énergétiques proches. Riches en énergie dû à la forte teneur en glucides et lipides
Matières grasses	2g dont AGS : 0.6g	12g dont AGS 7.5g	20g dont AGS : 8.9g	PB et N riches en lipides vs BF BF pauvre en lipides car pas d'ajoutés, uniquement lipides de l'oeuf. PB contiennent du beurre et N contient huile de palme, colza, beurre de cacao et beurre concentré
Glucides	78g dont sucres : 58g	72g dont sucres : 23g	59g dont sucres : 33g	Tous riches en glucides et sucres PB que sucre alors que BF et N contiennent sirop de glucose/fructose, sirop glucose ou chocolat

Sujet 2022 - Corrigé

Fibres	1.7g	3g	1.9g	Produits sources de fibres Les plus riches sont les PB
Protéines	3.8g	8g	4.4g	Produits source de protéines Les plus riches sont les PB grâce au lait en poudre. Pour les autres les protéines viennent des oeufs
Sel	0.09g	1.39g	0.26g	PB riche en sel car ingrédient de leur composition Pas d'ajout de seul dans BF et N

2.2 Composition d'un goûter :

- Produit laitier
- et/ou fruit
- et/ou produit céréalier
- éventuellement produits sucrés ou matière grasse ou boisson