

Enquête sur les habitudes alimentaires des lycéens de Boisjoly Potier

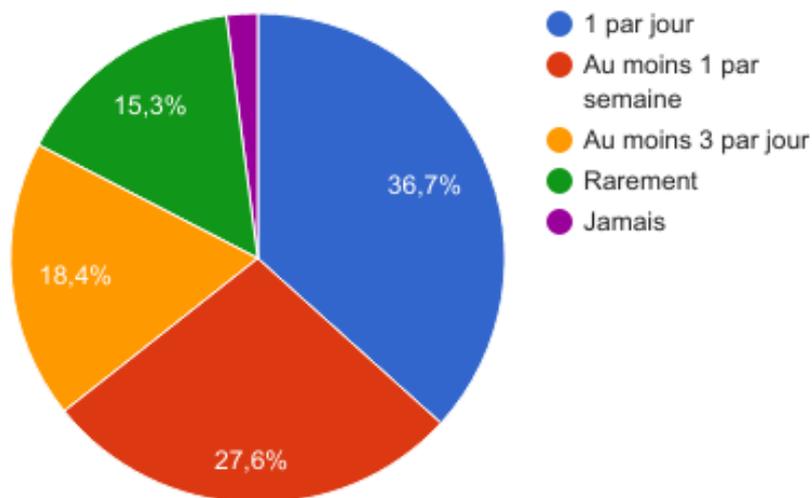
98 répondants dont :

- 68% de filles et 32% de garçons
- 62% d'externes et 38% de demi pensionnaires
- 35 % des filles sont demi pensionnaires et 41% des garçons

Moyenne d'âge : 16 ans (entre 15 et 20 ans)

Les fruits et les légumes

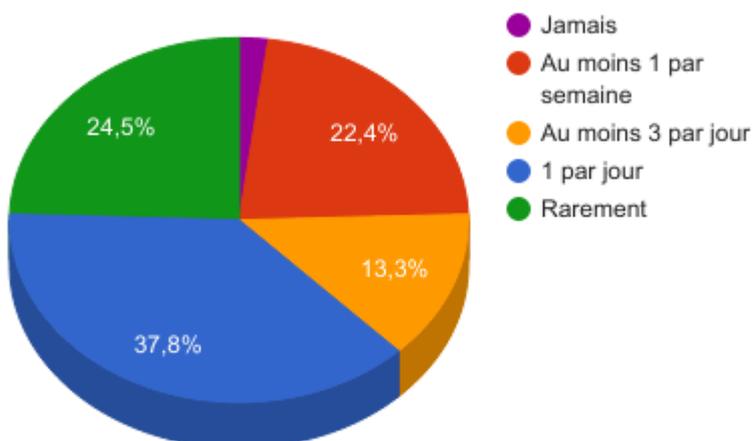
consommation de légumes



- 23% des garçons en mangent au moins 3 par jour, contre 16% des filles
- 55% des garçons et des filles en consomment entre 1 et 3 fois par jour contre mais elles sont 16.5% à n'en consommer que rarement (contre 13% des garçons)

- 40% les préfèrent crus contre 60% cuits

Consommation de fruits



- 47% des filles déclarent manger au moins 1 fruit par jour, contre 38% des garçons
- 26% des garçons déclarent en manger rarement

- 65% les préfèrent cru alors que 35% les préfèrent en jus ou en compote

Pourquoi ? :

36 % des élèves déclarent ne pas aimer, 36 % qu'ils n'ont pas assez de choix, et 26% qu'ils n'en ont pas ou pas souvent à la maison, seuls 2% déclarent que c'est parce qu'ils n'en ont pas à la cantine

Où préférez vous manger ?

80% à la maison :

- prix : 24 élèves
- équilibre : 26 élèves
- goût : 57 élèves
- sécurité : 18 élèves
- choix : 23 élèves
- autonomie : 10 élèves

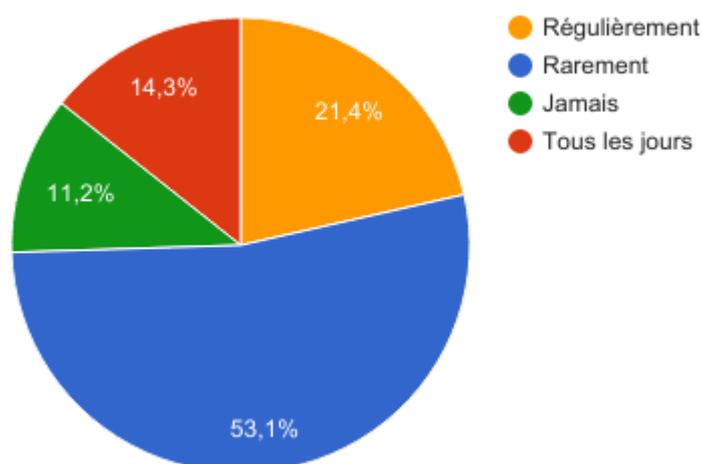
20% au camion bar :

- pour être avec les amis : 14 élèves
- pour le choix : 11 élèves
- meilleur : 8 élèves
- pour l'autonomie : 7 élèves
- pour le prix pour 5 élèves

Au camion bar, ils mangent majoritairement des sandwiches américains, certains mangent des sandwiches crudités

Le grignotage

Manges-tu entre les repas ?

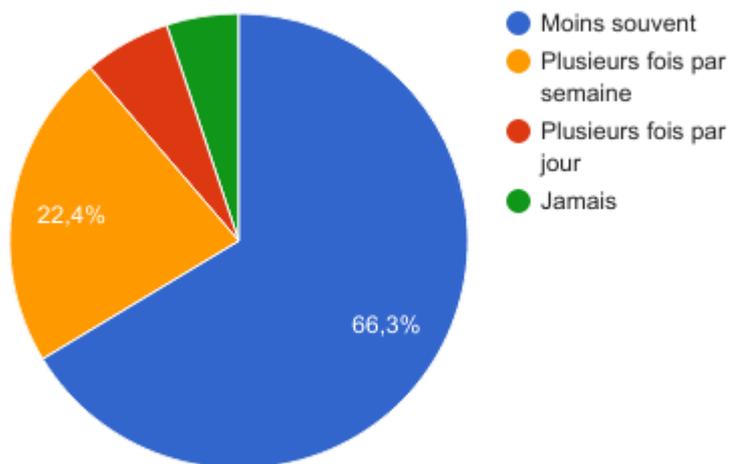


La majorité des élèves déclare peu manger entre les repas, pour ceux qui grignotent, ils mangent :

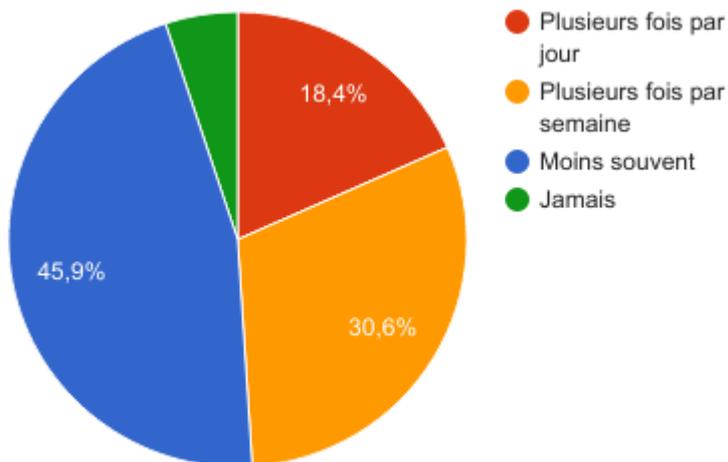
- 27 % mangent des biscuits
- 18.5 % des bonbons
- 18.5% des fruits
- 14% des viennoiseries
- 13 % des chips
- 9 % des sandwichs ou des pizza

53% des élèves qui grignote considère que manger entre les repas est indispensable, majoritairement parce qu'ils ont faim (ils ne mangent pas de petit déjeuner ou ont un coup de barre), mais aussi "parce que c'est important de manger", "que c'est une habitude"

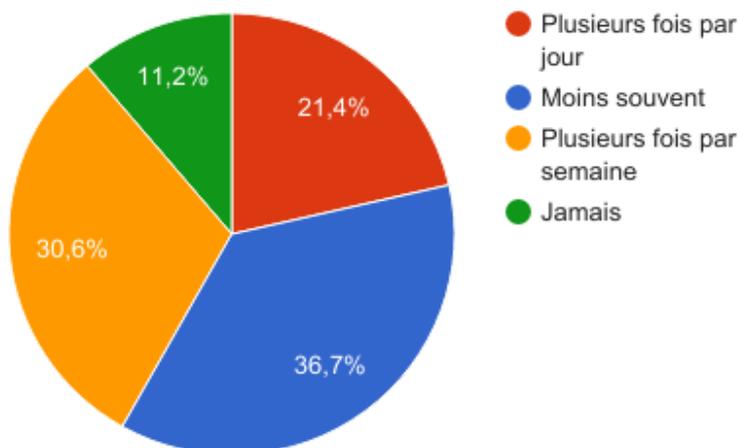
Je mange des chips



Je mange des sucreries



Je bois des sodas



La majorité des élèves mange assez peu souvent des chips, par contre la moitié déclarent manger des sucreries ou boire des sodas au moins plusieurs fois par semaine

65% des filles et 67% des garçons déclarent avoir faim avant le déjeuner

Les externes :

- Le petit déjeuner

54% déclarent ne jamais ou rarement prendre un petit déjeuner chez eux, contre 26% tous les jours (et 20% régulièrement)

Raisons (plusieurs réponses possible) :

- 58% déclarent n'avoir pas le temps
- 60 % déclarent n'avoir pas faim
- un élève mange à la cafétéria

Pour ceux qui en prennent, ils mangent :

- du salé (chips, bacon, steak, légumes, poisson, pâté, pain américain, carry...) : 11
- des viennoiseries : 7
- des biscuits/gâteaux : 9
- des biscottes ou du pain : 9
- des céréales: 17
- un fruit ou un jus de fruit : 14

Peu d'impact sur la faim avant le déjeuner : ils sont aussi nombreux à prendre le petit déjeuner que ceux qui n'en prennent pas

- **Le repas de midi :**

- 62% mangent au snack
- 17% aux alentours du lycée ou au lycée, un repas qu'ils apportent
- 16% chez eux
- 3% à la cafétéria du lycée
- un élève déclare ne pas manger

Pourquoi ne mangez vous pas à la cantine ? :

- le goût pour la moitié des répondants
- pour 20% des élèves : le besoin de liberté ou pour être avec les amis
- 9% des élèves rentrent chez eux
- 9% des élèves déclarent que c'est trop cher
- 8% des élèves n'a pas le temps ou pas de carte ou emmène à manger

Demi pensionnaires :

- **Le petit déjeuner**

30 % déclarent ne jamais ou rarement manger un petit déjeuner chez eux, contre 35% tous les jours et 35% régulièrement

Raisons (plusieurs réponses possibles) :

- 68% déclarent n'avoir pas le temps
- 54 % déclarent n'avoir pas faim

Pour ceux qui prennent leur petit déjeuner ils mangent :

- des oeufs/de la charcuterie : 2
- des céréales : 15
- du pain/des biscottes : 10
- des viennoiseries : 4
- des fruits/jus de fruits : 8
- des biscuits ou des barres de céréales : 2

Un quart des élèves déclare amener à manger au lycée pour le petit déjeuner (viennoiseries, barres chocolatées ou biscuit).

46% des DP déclarent ne pas manger tout le repas proposé à la cantine, la plupart déclarent que ce n'est pas appétissant (77%), et une autre partie indique que c'est par manque d'appétit (18%).

-

La grande majorité des demi pensionnaires ne se ressert pas.

Note moyenne de la demi-pension : 5.5 sur 10

60% des demi pensionnaires souhaiteraient pouvoir avoir du thé ou du café à la fin du repas

Suggestions :

- moins de riz/grain : 1
- moins d'huile/beurre/sauce : 9
- plus de fruits et légumes : 15
- variété : 21
- plus de féculents/plats plus consistants : 21
- moins de sel : 1