

Supplément 3. Quantités de groupes et sous-groupes d'aliments dans les diètes observées et optimisées pour les populations d'adultes et d'enfants dans les groupes SL-Excès optimisables^a.

	SL-EXCES optimisables 3-6 ans		SL-EXCES optimisables 7-11 ans		SL-EXCES optimisables 12-17 ans		SL-EXCES optimisables 20-75 ans		P ₂			
	Observée	Optimisée	Observée	Optimisée	Observée	Optimisée	Observée	Optimisée				
Individus, n pondérés	125 176		322 399		492 375		699 690					
Fruits, légumes, g/j	216,5 ± 158,1	345,9 ± 104,0	< 0,001	212,5 ± 121,4	303,1 ± 114,7	< 0,001	199,7 ± 102,4	316,7 ± 86,6	< 0,001	294,8 ± 189,8	531,1 ± 161,4	< 0,001
Fruits	108,3 ± 88,6	171,40 ± 65,9	< 0,001	89,8 ± 75,0	140,6 ± 76,4	< 0,001	82,9 ± 62,5	158,1 ± 66,8	< 0,001	122,9 ± 114,1	302,2 ± 127,1	< 0,001
Fruits frais	77,7 ± 70,2	135,1 ± 59,9	< 0,001	70,4 ± 67,9	115,0 ± 73,9	< 0,001	69,8 ± 58,6	146,5 ± 65,1	< 0,001	107,4 ± 106,6	285,4 ± 124,5	< 0,001
Fruits transformés	30,7 ± 43,8	36,3 ± 42,2	< 0,001	19,4 ± 31,0	25,6 ± 33,6	< 0,001	13,2 ± 21,9	11,5 ± 20,3	0,022	15,5 ± 32,4	16,8 ± 30,4	NS
Légumes	107,7 ± 98,1	173,84 ± 72,5	< 0,001	122,1 ± 85,7	161,7 ± 74,1	< 0,001	115,5 ± 72,3	156,7 ± 56,9	< 0,001	169,8 ± 117,4	223,4 ± 93,2	< 0,001
Noix	0,4 ± 1,9	0,7 ± 2,6	< 0,001	0,5 ± 2,2	0,8 ± 2,8	< 0,001	1,3 ± 5,6	2,0 ± 6,9	< 0,001	2,1 ± 6,0	5,5 ± 9,1	< 0,001
Féculents, g/j	146,3 ± 65,2	223,6 ± 37,3	< 0,001	190,1 ± 76,3	294,1 ± 46,0	< 0,001	229,7 ± 92,3	364,1 ± 84,1	< 0,001	231,2 ± 101,6	354,1 ± 104,1	< 0,001
Féculents raffinés	81,8 ± 53,2	147,4 ± 32,0	< 0,001	109,0 ± 60,3	196,5 ± 40,9	< 0,001	140,8 ± 73,6	236,8 ± 63,3	< 0,001	150,7 ± 83,5	214,0 ± 88,4	< 0,001
Féculents non raffinés	51,6 ± 35,1	66,5 ± 25,6	< 0,001	65,6 ± 45,3	82,4 ± 36,2	< 0,001	74,6 ± 45,5	114,5 ± 44,5	< 0,001	73,9 ± 50,1	134,3 ± 53,8	< 0,001
Céréales petit déjeuner	12,0 ± 20,3	9,6 ± 15,6	< 0,001	15,5 ± 20,2	15,2 ± 19,4	NS	14,4 ± 18,6	12,8 ± 15,3	0,002	6,7 ± 19,6	5,9 ± 15,5	0,026
Petit pot bébé céréales + lait	0,9 ± 16,4	0,0 ± 0,4	NS	0,0 ± 0,0	0,0 ± 0,0	- ---	0,0 ± 0,0	0,0 ± 0,0	- ---	0,0 ± 0,0	0,0 ± 0,0	- ---
Viandes, œufs et poissons, g/j	90,7 ± 42,5	103,6 ± 35,7	< 0,001	107,4 ± 47,6	125,1 ± 40,0	< 0,001	121 ± 53,3	146,7 ± 43,1	< 0,001	147,9 ± 63,4	140,2 ± 44,7	0,001
Viandes	63,8 ± 36,1	72,3 ± 28,6	0,002	81,5 ± 42,3	90,0 ± 36,2	< 0,001	95,4 ± 46,3	106,3 ± 39	< 0,001	109,1 ± 56,2	89,6 ± 43,2	< 0,001
Œufs	10,8 ± 14,7	9,6 ± 12,4	< 0,001	10,7 ± 15,6	9,7 ± 12,4	0,031	10,9 ± 12,4	7,2 ± 8,6	< 0,001	13,6 ± 17,2	11,9 ± 13,1	0,016
Poissons	16,1 ± 17,9	21,8 ± 16,9	< 0,001	15,1 ± 18,9	25,5 ± 17,1	< 0,001	14,6 ± 16,6	33,1 ± 16,3	< 0,001	25,3 ± 27,2	38,8 ± 21,2	< 0,001
Plats préparés et sandwiches, g/j	70,1 ± 66,0	106,7 ± 55,8	< 0,001	97,5 ± 61,3	137,8 ± 55,3	< 0,001	132,7 ± 67,3	113,2 ± 59,2	< 0,001	125,9 ± 87,9	78,1 ± 55,6	< 0,001
Plats préparés	37,3 ± 49,8	66,2 ± 46,4	< 0,001	52,0 ± 45,7	77,8 ± 49,1	< 0,001	64,9 ± 49,9	52,8 ± 46,5	0,001	65,2 ± 59,2	37,9 ± 41,5	< 0,001
Petit pot bébé viande/ poisson + légumes	2,2 ± 22,9	2,2 ± 22,9	< 0,001	0,0 ± 0,0	0,0 ± 0,0	- ---	0,0 ± 0,0	0,0 ± 0,0	- ---	0,0 ± 0,0	0,0 ± 0,0	- ---
Sandwichs	32,8 ± 33,8	40,4 ± 34,5	< 0,001	45,6 ± 38,2	59,9 ± 38,4	< 0,001	67,8 ± 44,9	60,4 ± 41,1	0,001	60,7 ± 60,7	40,2 ± 37,2	< 0,001

	SL-EXCES optimisables 3-6 ans		SL-EXCES optimisables 7-11 ans		SL-EXCES optimisables 12-17 ans		SL-EXCES optimisables 20-75 ans		P ²			
	Observée	Optimisée	Observée	Optimisée	Observée	Optimisée	Observée	Optimisée				
Matières grasses et sauces, g/j	27,9 ± 18,2	28,2 ± 12,5	NS	32,0 ± 19,6	30,4 ± 14,5	NS	28,5 ± 14,0	25,7 ± 9,9	0,001	41,8 ± 23,1	39,8 ± 17,6	0,011
Matières grasses animales	9,8 ± 10,4	0,6 ± 1,3	< 0,001	10,2 ± 8,4	1,2 ± 1,9	< 0,001	8,8 ± 7,4	1,2 ± 1,6	< 0,001	13,0 ± 13,1	4,5 ± 5,2	< 0,001
Matières grasses végétales	13,2 ± 10,8	21,2 ± 9,8	< 0,001	14,9 ± 12,2	23,1 ± 10,9	< 0,001	13,3 ± 8,5	19,3 ± 7,7	< 0,001	20,3 ± 14	27,0 ± 13,6	< 0,001
Épices et herbes aromatiques	4,9 ± 7,5	6,4 ± 8,1	< 0,001	6,9 ± 12,2	6,1 ± 8,9	NS	6,5 ± 7,8	5,2 ± 6,1	0,003	8,5 ± 12,9	8,2 ± 8,8	NS
Produits à base de soja, g/j	0,5 ± 7,5	1,2 ± 13,7	NS	2,8 ± 29	7,9 ± 47,8	< 0,001	0,1 ± 1,5	0,1 ± 1,5	< 0,001	2,9 ± 24,7	3,5 ± 25,6	NS

^aIndividus dont l'apport en sucres libres est supérieur à 10 % de l'apport énergétique total et dont la diète peut être optimisée : ils représentent 60 % des 3-6 ans SL-Excès, 91 % des 7-11 ans SL-Excès, 89 % des 12-17 ans SL-Excès et 99,9 % des adultes SL-Excès. ¹P *value* obtenue par modèle linéaire généralisé ajusté sur le sexe, l'apport énergétique total et l'IMC (sauf pour l'apport énergétique total, ajusté sur le sexe et l'IMC seulement). ²P *value* obtenue par modèle linéaire généralisé ajusté sur l'âge, le sexe, l'apport énergétique total, le tabagisme, l'IMC, le statut socioprofessionnel, la composition de la famille, le temps passé assis (sauf pour l'apport énergétique total, ajusté sur l'âge et le sexe seulement).