



ODOXA

L'opinion tranchée

Les Français et le petit-déjeuner

Sondage réalisé pour **FERRERO**

Méthodologie



Recueil

Enquête réalisée auprès d'un échantillon de Français interrogés par internet les **23 et 24 août 2023**.



Echantillon

Echantillon de **1005 Français** représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus.

La représentativité de l'échantillon est assurée par la méthode des quotas appliqués aux variables suivantes : sexe, âge, niveau de diplôme et profession de l'interviewé après stratification par région et catégorie d'agglomération.

Précisions sur les marges d'erreur

Chaque sondage présente une incertitude statistique que l'on appelle marge d'erreur. Cette marge d'erreur signifie que le résultat d'un sondage se situe, avec un niveau de confiance de 95%, de part et d'autre de la valeur observée. La marge d'erreur dépend de la taille de l'échantillon ainsi que du pourcentage observé.

Taille de l'Echantillon	Si le pourcentage observé est de ...					
	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
200	3,1	4,2	5,7	6,5	6,9	7,1
400	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500	1,9	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600	1,8	2,4	3,3	3,7	4,0	4,1
800	1,5	2,5	2,8	3,2	3,5	3,5
900	1,4	2,0	2,6	3,0	3,2	3,3
1 000	1,4	1,8	2,5	2,8	3,0	3,1
2 000	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,2
3000	0,8	1,1	1,4	1,6	1,8	1,8

Lecture du tableau : Dans un échantillon de 1000 personnes, si le pourcentage observé est de 20%, la marge d'erreur est égale à 3,6%. Le pourcentage réel est donc compris dans l'intervalle [17,5 ; 22,5].

Principaux enseignements

70% des Français prennent un petit déjeuner tous les matins, généralement une boisson chaude accompagnée de tartines

La tradition du petit-déjeuner à la française perdue

- 1) 8 Français sur 10 prennent un petit déjeuner très régulièrement, généralement tous les jours.
- 2) 8 enfants sur 10 prennent un petit-déjeuner tous les jours
- 3) La France se partage en deux entre ceux qui prennent leur petit-déjeuner seuls (53%) et ceux qui sont accompagnés (47%).
- 4) Pratiquement tout le monde (93%) prend le petit-déjeuner à la maison.
- 5) 71% des Français estiment que le petit-déjeuner est le moment où l'on peut s'autoriser des produits gourmands.
- 6) Les tartines avec une boisson chaude restent -et de loin- le petit-déjeuner favori des Français.
- 7) Top 3 des garnitures de tartine : le beurre, la confiture puis la pâte à tartiner, qui a la cote chez les plus jeunes.

Synthèse détaillée du sondage

(1/3)

70% des Français prennent un petit déjeuner tous les matins, généralement une boisson chaude accompagnée de tartines

La tradition du petit-déjeuner à la française perdure

1) 8 Français sur 10 prennent un petit déjeuner très régulièrement, généralement tous les jours

Le petit-déjeuner demeure un rituel chez les Français : 78% d'entre eux le prennent plusieurs fois par semaine, dont la grande majorité (70%) tous les jours ou presque.

Si ce sont les plus âgés (65 ans et plus) qui ont sanctuarisé cette pratique (89% d'entre eux prennent un petit déjeuner tous les jours ou presque), il n'y a pas de clivages générationnels : quel que soit son âge, on prend très majoritairement son petit-déjeuner quotidiennement.

Le petit-déjeuner est tout autant un besoin qu'un bon moment. Un besoin, car 88% des Français considèrent que cela leur donne de l'énergie pour bien commencer la journée et 83% que c'est important pour être en bonne santé. Un bon moment, car 85% disent qu'ils prennent plaisir à consommer des produits qu'ils aiment et 74% qu'ils ont besoin de prendre du temps pour eux le matin avant de commencer la journée. A cela, 44% ajoutent que c'est l'occasion de partager un moment de convivialité avec leurs proches.

Et ceux qui n'en prennent pas ? Très majoritairement, c'est parce qu'ils ne veulent pas se « forcer » à manger car ils n'ont généralement pas faim ou pas envie (77%). Près de la moitié d'entre nous (49%) estimons que nous n'avons pas le temps de prendre un petit-déjeuner (70% chez les moins de 25 ans).

20% des Français -tout de même- considèrent qu'ils n'ont pas les moyens de s'offrir un petit-déjeuner (29% chez ceux qui gagnent moins de 1 500€ par mois), et 16% sautent ce repas pour des raisons diététiques.

Synthèse détaillée du sondage

(2/3)

2) 8 enfants sur 10 prennent un petit-déjeuner tous les jours ou presque

Aux dires de leurs parents, leurs enfants ou leurs adolescents ont également pris cette habitude : 80% consomment un petit-déjeuner tous les jours ou presque, ce sont 10 points de plus que les adultes interrogés.

Ce n'est pas parce que leurs parents ne mangent pas chaque matin que leurs enfants font de même : la plupart d'entre eux prennent bien un petit-déjeuner. Mais certains sont tout de même influencés par le comportement des adultes puisque ces enfants sont plus nombreux que les autres à zapper la case « petit dej » : 25% contre 19% en moyenne chez les autres enfants/jeunes.

3) La France se partage en deux entre ceux qui prennent leur petit-déjeuner seuls (53%) et ceux qui sont accompagnés (47%)

Le petit-déjeuner ne fait pas exception à l'individualisation des comportements lié à nos modes de vie : une majorité de 53% des Français prend généralement seule ce repas, soit un peu plus que ceux qui le prennent avec d'autres (47%).

Les « accompagnateurs » de ceux qui petit-déjeunent « collectif » sont presque toujours les membres de la famille : c'est le cas de 43% des Français (soit 91% de ceux qui petit-déjeunent accompagnés). Seuls 2% des Français prennent la plupart du temps leur petit-déjeuner avec des amis ou des colocataires et 2% avec des collègues de travail.

4) Pratiquement tout le monde (93%) prend le petit-déjeuner à la maison

Ce prisme familial est logique puisque quasiment tous les consommateurs de petits-déjeuners le prennent chez eux (93%). Seuls 6% le prennent ailleurs : en voiture (3%), sur leur lieu de travail (2%), dans un café, un restaurant ou chez un boulanger (1%). Compte tenu de cette écrasante proportion de petits-déjeuners à domicile, cela signifie que toutes les catégories de la population choisissent très largement de vivre ce moment chez eux.

Synthèse détaillée du sondage

(3/3)

5) 71% des Français estiment que le petit-déjeuner est le moment où l'on peut s'autoriser des produits gourmands

Nous avons vu combien la dimension plaisir était essentielle pour le petit-déjeuner. Ce plaisir se retrouve dans les produits consommés : 71% des Français estiment que le petit-déjeuner est le moment où l'on peut s'autoriser des produits gourmands. Toutes les générations se retrouvent autour de cette idée et les femmes encore plus que les hommes (74% contre 67%).

Mais quels sont donc ces mets gourmands... ?

6) Les tartines avec une boisson chaude restent -et de loin- le petit-déjeuner favori des Français

La tradition du petit-déjeuner « à la française » tient bon ! Les tartines de pain, de brioche ou de la baguette sont consommées par 62% de ceux qui passent généralement à table le matin. Une tartine allant de pair avec un café ou un thé pour les trois quarts d'entre eux (74%).

Les moins de 25 ans, lorsqu'ils prennent un petit-déjeuner, aiment varier les plaisirs : si ce sont les tartines qui ont leur prédilection, ils sont moins fans de boissons chaudes (48% contre 74% en moyenne), mais boivent plus souvent un jus de fruit (45% contre 32%). Ils aiment aussi déguster un fruit (34% contre 22%). Plus que les autres, ils mangent aussi des viennoiseries (45% contre 24%), des céréales (43% contre 21%) et des biscuits (31% contre 19%).

En revanche, le petit-déjeuner salé demeure une exception -quel que soit l'âge- : seuls 10% des Français prennent un œuf et encore moins un plat salé (3%) tel que de la viande ou des légumes.

7) Top 3 des garnitures de tartine : le beurre, la confiture puis la pâte à tartiner, qui a la cote chez les plus jeunes

Presque personne ne déguste son pain ou sa brioche nature (3%). Les adeptes le tartinent le plus souvent de beurre ou de margarine (69%) et/ou de confiture ou du miel (64%), la pâte à tartiner suit (19%) devant le fromage (11%) et le beurre de cacahuète (4%).

La pâte à tartiner connaît un grand succès chez les plus jeunes d'entre nous : 52% des moins de 25 ans qui prennent des tartines le matin y mettent de la pâte à tartiner, et c'est le cas de 46% des 25-34 ans.



Résultats du sondage

8 Français sur 10 prennent régulièrement leur petit déjeuner, généralement tous les jours



Vous-même, prenez-vous un petit-déjeuner le matin ?

Oui, tous les jours ou presque

70%

65 ans et plus : 89%
Femmes : 74% / Hommes : 66%

Oui, plusieurs fois par semaine

8%

Oui, mais moins fréquemment

5%

Oui, mais uniquement quand vous avez le temps, le week-end ou pendant les vacances par exemple

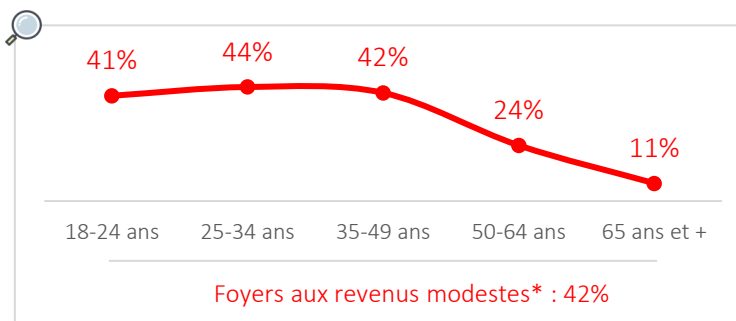
5%

Non, jamais ou presque jamais

12%

78%
des Français prennent un petit-déjeuner au moins plusieurs fois par semaine

30%
des Français ne prennent pas de petit-déjeuner tous les jours



Pour les personnes qui en prennent un, le petit-déjeuner est tout autant un besoin qu'un bon moment



A ceux qui prennent un petit-déjeuner

Pour quelle(s) raison(s) prenez-vous un petit-déjeuner ?

% Oui

Parce que cela vous donne de l'énergie
pour bien commencer la journée

88%

Parce que vous prenez plaisir à consommer
des produits que vous aimez

85%

Parce que c'est important pour être en bonne santé

83%

Parce que vous avez besoin de prendre du temps pour vous le
matin avant de commencer la journée

74%

Parce que c'est l'occasion de partager un moment
de convivialité avec vos proches

44%

77% des Français déclarent ne pas prendre de petit-déjeuner par manque d'appétit ou d'envie



A ceux qui ne prennent pas le petit-déjeuner tous les jours ou presque

Pour quelle(s) raison(s) ne prenez-vous pas le petit-déjeuner tous les jours ou presque ?

% Oui

Parce que vous n'avez généralement pas faim ou pas envie

77%

Parce que vous n'avez pas le temps

49%

Par manque de moyens

20%

Pour des raisons diététiques

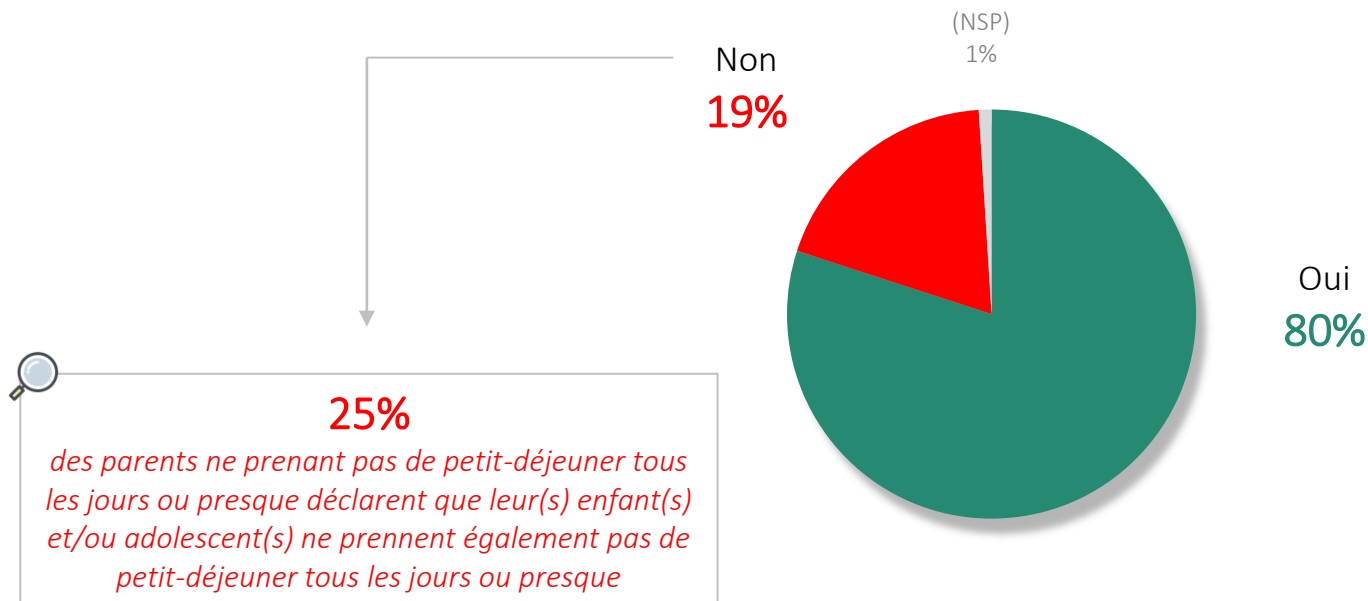
16%

8 enfants sur 10 prennent également un petit déjeuner tous les jours ou presque



Vos enfants et/ou adolescents prennent-ils leur petit-déjeuner tous les jours ou presque ?

i Les résultats sont présentés sur l'ensemble des répondants ayant des enfants et/ou adolescents chez eux.

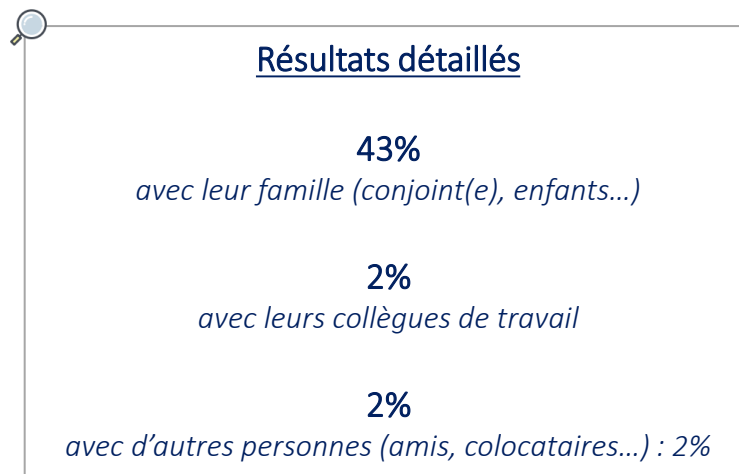
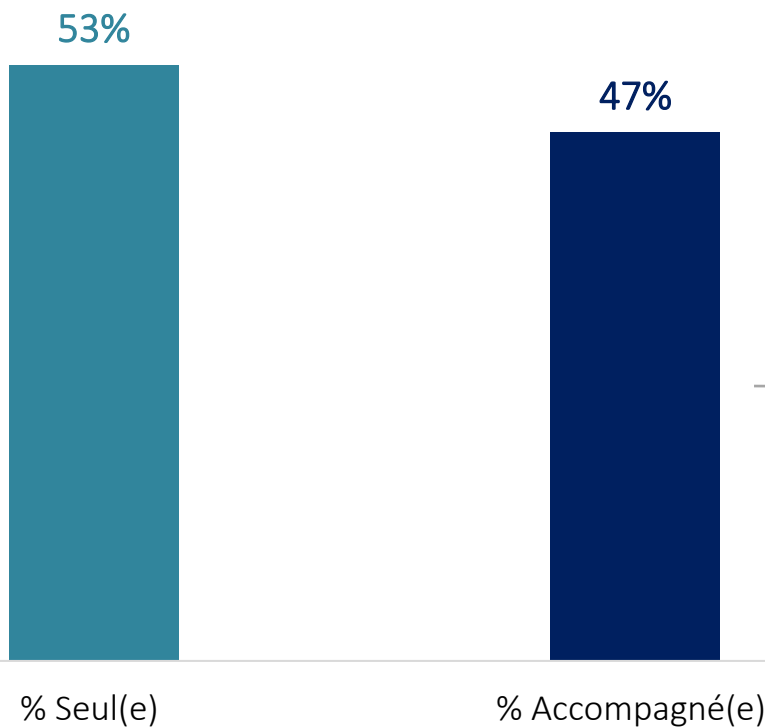


La France se partage en deux entre ceux qui prennent leur petit déjeuner seuls (53%) et ceux qui sont accompagnés (47%)



A ceux qui prennent un petit-déjeuner

La plupart du temps, avec qui prenez-vous votre petit-déjeuner ?

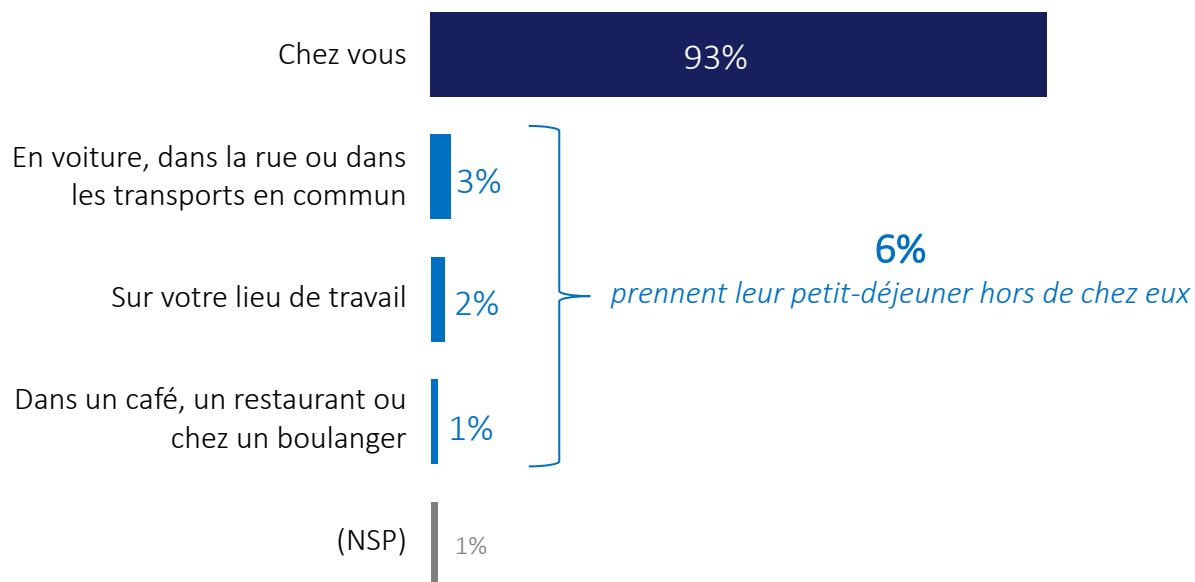


Pratiquement tout le monde (93%) prend le petit-déjeuner à la maison



A ceux qui prennent un petit-déjeuner

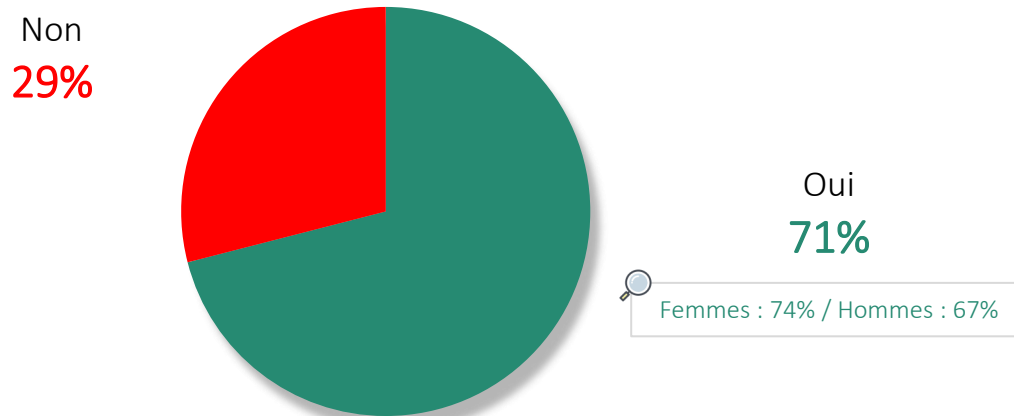
Et où prenez-vous votre petit-déjeuner habituellement ?



71% des Français estiment que le petit déjeuner est le moment où l'on peut s'autoriser des produits gourmands



Diriez-vous que le petit déjeuner est le moment où l'on peut s'autoriser des produits gourmands ?



Les tartines avec une boisson chaude restent -et de loin- le petit déjeuner favori des Français

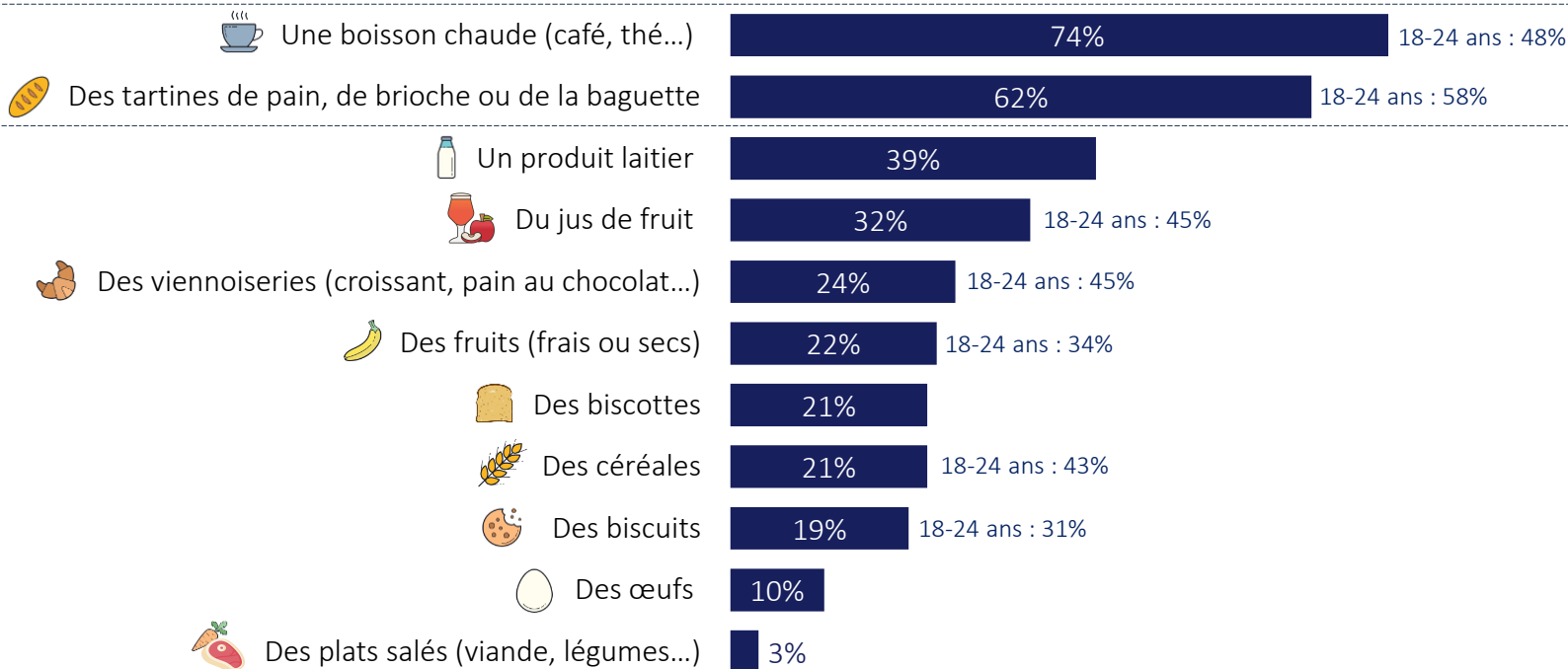


A ceux qui prennent un petit-déjeuner

Généralement, que prenez-vous pour le petit-déjeuner ?

Plusieurs réponses possibles

i Le total est supérieur à 100 car plusieurs réponses étaient possibles.



Top 3 des garnitures de tartine : le beurre, la confiture puis la pâte à tartiner, qui a la cote chez les plus jeunes



A ceux qui prennent du pain au petit-déjeuner

Et que mettez-vous sur vos tartines ?

Plusieurs réponses possibles

i Le total est supérieur à 100 car plusieurs réponses étaient possibles.

