

# 2010

## Analyse comparative des sandwiches des cafétérias de l'Unil



LIGUES DE LA SANTÉ  
[www.liguesdelasante.ch](http://www.liguesdelasante.ch)

Laurence Margot

Ligues de la santé, r. de la Mouline 8,  
1022 Chavannes-près-Renens

19/08/2010

## Définition du mandat

L'Unil à travers la Commission de la restauration (CRUNIL) mandate régulièrement les Ligues de la santé pour une analyse nutritionnelle de l'offre alimentaire servie dans les restaurants et cafétérias du site.

Le mandat déterminé pour l'année universitaire 2009-2010 comportait plusieurs actions :

- L'analyse des menus servis à l'Unithèque et à l'Amphimax pendant deux semaines (novembre 2009 et avril 2010) sur la base des recettes documentées
- Le questionnaire de satisfaction quant au goût des menus, rempli par une centaine de clients pendant la semaine du 1<sup>er</sup> au 5 mars 2010
- Le comparatif d'une sélection d'articles de cafétéria par rapport à des produits équivalents vendus dans des commerces lausannois

Ce document présente donc les résultats de l'analyse de différents produits vendus dans les cafétérias (8 sandwiches sur les 10 les plus vendus dans l'ensemble des cafétérias de l'Unil, sur la base des statistiques janvier-avril 2010) ainsi qu'une salade à l'emporté et une tranche de pizza.

Des produits comparables ont été achetés dans 4 points de vente de la grande distribution (Délifrance, Polli, Migros, Pouly). Cette analyse ayant été faite en juillet 2010, période de vacances, certains articles n'étaient pas disponibles, le comparatif porte alors sur 4 produits au lieu de 5.

Les articles ont été décortiqués par un cuisinier de l'Unil et une diététicienne, leur différents composants pesés.

Les tableaux ci-après présentent pour chacun des articles, le prix/100 g hors TVA puisque celle-ci est différente pour l'UNIL (7.6%) que pour les commerces de la place (2.4%), et le pourcentage de chacun de leurs composants (source de protéines, garniture (tomate, salade, ananas, cornichon, etc.), et pain). Le consommateur payant 7.6% de TVA sur son sandwich bénéficie de l'infrastructure du lieu de vente pour le consommer.

Le sandwich idéal se devrait d'avoir des % élevés de protéines et de garniture, un % moindre de pain, et un prix bas par 100 g. Le rang de chaque composant est alors mis en évidence (vert : meilleur positionnement, rouge : moins bon positionnement). Un tableau final illustre le positionnement général de chaque produit de l'Unil par rapport aux produits concurrents.

Il n'a pas été fait de comparaison en terme de goût des produits, mais lorsque des particularités de type de produit ont été relevées, elles ont été mentionnées (cf. poulet au curry).

De même, certains concurrents mettent en avant la fraîcheur de leurs produits par le fait qu'ils sont assemblés devant le client, permettant une adaptation du sandwich aux goûts individuels, ce qui n'est pas le cas pour ceux de l'Unil. Ce critère qui peut être incitatif à l'achat, n'a pas été pris en compte.

## Résultats



### Salade mixte

Salade mixte	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)			-		200		248		214	
Prix					6.5		5.8		7.9	Niçois e
Prix/100g (hors TVA)	1.94				3.17	sauce 60 ml	2.28	sauce 60 ml	3.60	sauce 60 ml

meilleur positionnement

moins bon positionnement

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix

### Sandwich pain mou au jambon-fromage



Sandwich pain mou au jambon-fromage	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)	127		200		262		260		-	
Prix	3.00		7.90	1/2	7.50		5.70			
Prix/100g (hors TVA)	2.18		3.86		2.79		2.14			
Poids protéines (g)	42		53		88		83			
% Prot	33%		27%		34%		32%			
Poids garniture (g)	3		40		23		34			
Détail garniture	Concombre + MG		SV + tomate + MG		SV + mayonnaise		SV + sauce tartare			
Pain	77		107		151		143			
% Pain	61%		54%		58%		55%			

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix mais part trop élevée du pain par rapport au contenu ; la garniture pourrait être augmentée

## Sandwich pain mou au salami



Sandwich pain mou au salami	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
	Poids total (g)	133		123		108		143		-
Prix	3.0		5.5	1/3	4.90		3.80			
Prix/100g (hors TVA)	2.08		4.36		4.43		2.59			
Poids protéines (g)	45		21		40		20			
% Prot	34%		17%		37%		14%			
Poids garniture (g)	8		30		67		95			
Détail garniture	Concombre + MG		SV + tomate		MG		SV + concombre + MG			
Pain	80		72		67		95			
% Pain	60%		59%		62%		66%			

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix et contenu

## Sandwich pain bagnat au thon



Sandwich pain bagnat au thon	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
	Poids total (g)	207		156		220		292		327
Prix	4.50		6.50	1/3	6.20		3.60		8.00	
Prix/100g (hors TVA)	2.01		4.07		2.75		1.20		2.39	
Poids protéines (g)	72		61		72		130		136	
% Prot	35%		39%		33%		45%		42%	
Poids garniture (g)	32		10		57		0		42	
Détail garniture	SV + tomates + MG		SV + MG		+ mayonnaise		Mayonnaise		Tomate + œuf + MG	
Pain	103		85		91		162		149	
% Pain	50%		54%		41%		55%		46%	

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix, proportion faible de thon



### Sandwich pain mou au jambon

Sandwich pain mou au jambon	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)	130		122		98		258		196	
Prix/100g (hors TVA)	0.021		0.044		0.049		0.021		0.032	
Poids protéines (g)	39		18		32		81		68	
% Prot	30%		15%		33%		31%		35%	
Poids garniture (g)	8		33		-		32		18	
Détail garniture	Concombre + MG		SV + tomate		-		SV + concombre		SV	
Pain	83		71		66		145		110	
% Pain	64%		58%		67%		56%		56%	

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix, part très importante de pain par rapport au contenu ; la garniture pourrait être augmentée

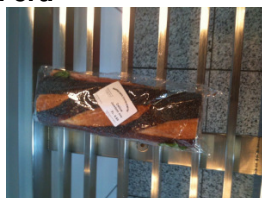
### Sandwich pain bagnat au poulet au curry



Sandwich pain bagnat au poulet au curry	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)	252		243		230		280		266	
Prix	4.50		7.90	1/2	7.00		3.60		7.90	
Prix/100g (hors TVA)	1.65		3.17		2.97		1.25		2.90	
Poids protéines (g)	103	poulet	113	purée de poulet	114		128	poulet reconstitué	84	
% Prot	41%		47%		50%		46%		32%	
Poids garniture (g)	42		24		6		28		39	
Détail garniture	Ananas		SV		Macédoine de fruit + mayonnaise au curry		Mayonnaise au curry		SV + carottes	
Pain	107		106		110		152		143	Wrap
% Pain	42%		44%		48%		54%		54%	

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix, bonne proportion de pain

## Délice au jambon cru



Délice au jambon cru	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)	155		189		132		205		154	
Prix	4.50		7.90	1/2	4.90		5.70		5.50	
Prix/100g (hors TVA)	2.68		4.08		3.62		2.71		3.49	
Poids protéines (g)	34		31		30		51		27	
% Prot	22%		16%		23%		25%		18%	
Poids garniture (g)	23		48		8		30		27	
Détail garniture	SV + concombre + tomate		SV + tomate		Cornichon + MG		SV + concombre + tomate + MG		Cornichons + MG	
Pain	98		110		94		124		100	
% Pain	63%		58%		71%		60%		65%	

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix, bonne proportion de pain

## Sandwich baguette maïs tomate mozzarella



Sandwich baguette maïs tomate mozzarella	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)	300		156		194		213		-	
Prix	4.50		5.50	1/3	5.50		3.50			
Prix/100g (hors TVA)	1.39		3.44		2.77		1.60			
Poids protéines (g)	70		51		32		32			
% Prot	23%		33%		16%		15%			
Poids garniture (g)	38		25		42		53			
Détail garniture	Tomate + MG		Tomate		Tomate + basilic + MG		Tomate + origan + MG			
Pain	192		79		120		128			
% Pain	64%		51%		62%		60%			

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix, part très importante de pain par rapport au contenu. La quantité de mozzarella et de tomate pourrait être augmentée

## Sandwich campaillette au Brie



Sandwich campaillette au Brie	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)	231		208		155		247			
Prix	4.50		7.90	1/2	4.70		5.50	Gruyère fondu		
Prix/100g (hors TVA)	1.80		3.71		2.96		2.17			
Poids protéines (g)	86		60		39		65			
% Prot	37%		29%		25%		26%			
Poids garniture (g)	24		43		26		27			
Détail garniture	Tomate + noix		SV + tomate		SV + mayonnaise		SV + concombre + MG			
Pain	121		105		90		155			
% Pain	52%		50%		58%		63%			

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix, bonne proportion de fromage et de garniture



## Tranche de pizza

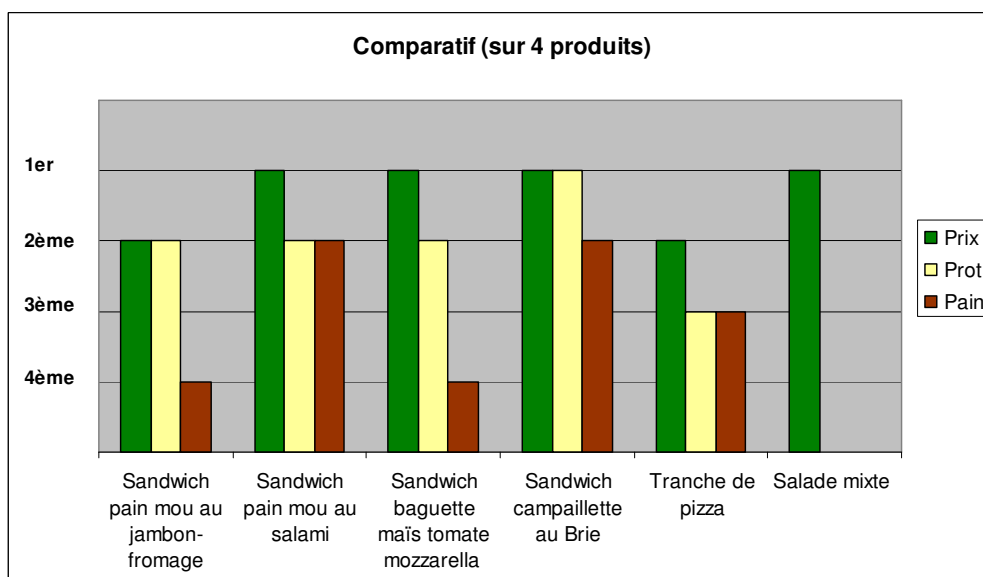
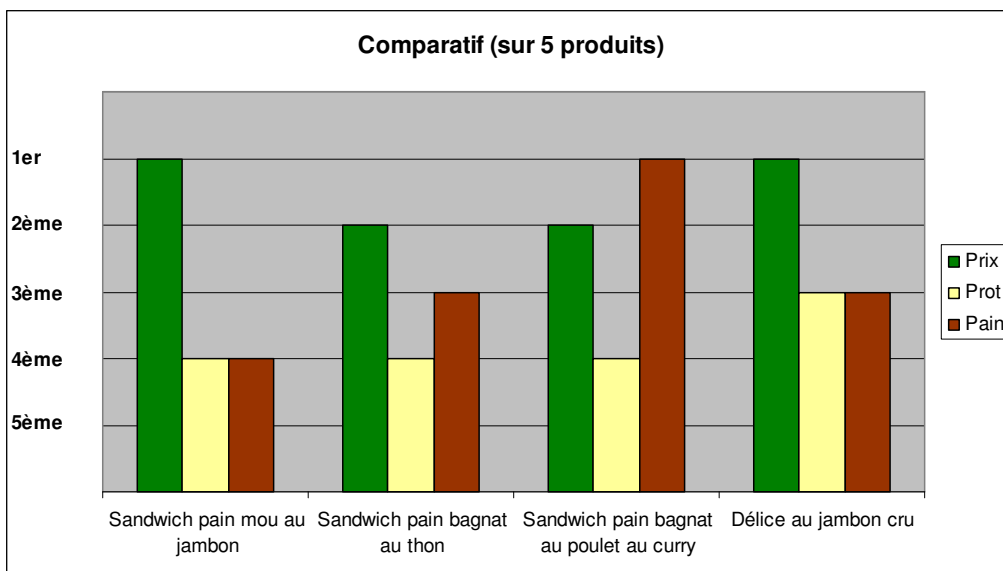
Tranche de pizza	UNIL		Délifrance		Polli		Migros		Pouly	
Poids total (g)	277		110		-		238		265	
Prix	5.50		4.00				4.50		4.90	
Prix/100g (hors TVA)	1.83		3.55				1.85		1.80	
% Garniture	30%		25%				47%		40%	
Poids garniture (g)	82		27				111		106	
Détail garniture	Tomate + fromage + jambon		Tomate + fromage + jambon			Tomate + fromage + jambon		Tomate + fromage + jambon + champignons + poivrons		
Poids pâte (g)	195		83				127		159	
% Pain	70%		75%				53%		60%	

**Commentaire :** bon rapport quantité/prix, part très importante de pâte par rapport à la garniture

## Positionnement des produits de l'UNIL

Les tableaux ci-après illustrent le positionnement des produits de l'Unil par rapport à ceux de la concurrence, pour le prix (en vert), la proportion élevée de source protéique, jambon, poulet, fromage, salami, etc (jaune), et la part réduite de pain ou de pâte à pizza (brun).

Le comparatif a été fait sur la base de 4 ou 5 articles, en fonction des produits disponibles sur le marché le jour du test.



## Commentaires

En règle générale, les produits de l'Unil analysés obtiennent un bon score pour le prix au 100 g (première ou deuxième place).

Il s'avère toutefois que la sélection de produits a été faite sur la base des meilleures ventes, et que sans doute les clients de l'Unil sont des consommateurs avertis et donc à la recherche de produits au bon rapport quantité/prix.

Néanmoins pour ce critère, la Migros se positionne également très bien (score meilleur que celui de l'Unil pour les sandwiches jambon-fromage, poulet au curry, thon).

La quantité de farce (source de protéines, garniture) des sandwiches pourrait être augmentée pour certains produits (jambon-fromage, thon, jambon, tomate-mozzarella, pizza).