



Cerisiers en fleurs dans les monts du Lyonnais, Rhône, France (45°47' N - 4°33' E), ©Yann Arthus-Bertrand.



LES PROTÉINES DANS NOTRE ALIMENTATION

Chaque année, un Français consomme en moyenne 55 kilogrammes de viande, 60 litres de produits laitiers et 250 œufs. Cette consommation de protéines animales est pourtant supérieure à nos besoins nutritionnels.

Équilibrons nos apports en protéines en alternant protéines animales et végétales. Associées à des céréales, les protéines végétales sont d'excellents substituts à la viande.

2x

La consommation
de viande des
Français a doublé
en 50 ans.