MINISTÈRE
DU TRAVAIL, DE LA SANTÉ,
DES SOLIDARITÉS
ET DES FAMILLES

Liberté
Égalité
Fraternité

PROGRAMME MIEUX MANGER POUR TOUS

LISTE DES PRODUITS ÉLIGIBLES PAR CATÉGORIE DE PRODUITS

1 Fruits, légumes, légumineuses avec label* OU sans label
en privilégiant si possible les aliments de saison et produits localement

Sous leur forme brute ou en soupe, purée ou compote et SANS ajout de sucre, sel ou matière grasse. Frais, surgelés, en conserves, en bocaux, en vrac.

Fruits & légumes

Légumes secs

Exemples : Fèves, haricots rouges/blancs, pois chiches, pois cassés, petits pois, lentilles vertes/corails/rouges/blondes, arachides.

Fruits secs ou à coques
sans ajout de sucre ou sel

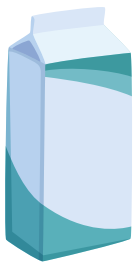
Exemples : Amandes, noisettes, noix (cajou, macadamia, pécan, etc...) graines de chia/courge/lin/tournesol, dattes, pistaches, sésame, abricots secs, raisins secs, pignons de pins, pavot.

Attention dans cette catégorie sont exclus les confitures, jus de fruits, sorbets aux fruits, compotes ou soupes ou tout autre produit avec matière grasse, sucre, et/ou sel ajoutés, plats préparés.

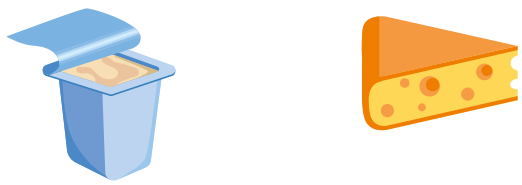
2 Produits obligatoirement sous label de qualité*

Produits laitiers

Lait de chèvre, vache ou brebis entier, demi-écrémé ou écrémé.



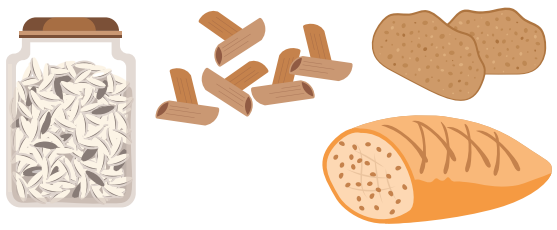
Les yaourts et fromages blancs natures au lait de vache, chèvre ou brebis. Les fromages à pâte molle/pressée/fraîche ou cuite.



Attention dans cette catégorie sont exclus le beurre, les crèmes, les sauces, le lait concentré, yaourts avec sucre ajouté.

Produits céréaliers semi complets ou complets
sous leur forme brute

Exemples : Riz, quinoa, pâtes, semoule, boulgour, avoine, millet, les farines, le pain.



Attention dans cette catégorie sont exclus biscottes, granola, céréales fourrées ou autres céréales du petit déjeuner avec ajout de sucre, biscuits, gâteaux.

Œufs frais, viandes et poissons
sous leur forme brute

Viandes et poissons frais ou surgelés ou en conserve, œufs frais.

Attention sont exclus les poissons panés ou reconstitués, les saucisses, le jambon ou toute autre charcuterie et plats préparés à base de viandes ou de poissons.

Produits peu transformés sans ajout

Café en grain ou moulu, cacao non sucré, chocolat noir 100% cacao.
Boissons végétales sans sucre ni matière grasse ajoutés.
Épices, moutarde, vinaigre.

Huile végétale

Huile d'olive, de colza et de noix.

Toutes les autres huiles sont exclues.

*LISTE DES LABELS OU MENTIONS ÉLIGIBLES AU PROGRAMME MIEUX MANGER POUR TOUS

AB (Agriculture Biologique) ou en conversion • Label rouge • IGP (Indication géographique protégée) • STG (Spécialité traditionnelle garantie) • « Fermier », « Produit à la ferme », « Produit de ferme » • Certification environnementale de niveau 2 • HVE niveau 2 et 3 (Haute valeur environnementale) • Pêche Durable • RUP « Région Ultrapériphérique » • AOP / AOC (Appellation d'origine protégée / contrôlée) • Issu du commerce équitable.