



DOSSIER DE PRESSE

FEVRIER 2026

OBSERVATOIRE DES PRIX 2025



FICHE METHODOLOGIQUE

L'enquête a été réalisée sur quatre périodes, février, avril, juin et octobre 2025 dans **135 magasins** par une équipe de **100 « veilleurs consommation »** sur 42 départements.

Les veilleurs ont visité 4 surfaces de ventes : hypermarchés, supermarchés, enseignes à dominante marques propres (EDMP type hard-discounts) et magasins spécialisés bio.

Ils ont relevé le prix de 3 gammes de produits : les marques nationales, les plus bas constatés en magasins, les produits issus de l'agriculture biologique.

Le panier de produits :

Les relevés ont porté sur 83 produits de consommation courante répartis en fonction des 12 groupes d'aliments référencés au sein du PNNS (Plan National Nutrition Santé) :

Les familles de produits présentées au sein du PNNS	
Groupes d'aliments	Produits contenus dans notre panier
Fruits et légumes : au moins 5 par jour	<p>Toute l'année :</p> <p>Banane, Citron jaune, Pomme Golden ou Gala, Carottes, Oignon (jaune), Champignons de Paris (sauf été), Poire (sauf été)</p> <p><u>Selon les saisons</u> : (A= Automne, H=Hiver, E=été, P= Printemps)</p> <p>Mâche (AH), Laitue (verte) (PE), Betterave rouge (A), Cèleri rave (HA), Chou vert (A), Poireau (AH), Potiron ou butternut (AH), Concombre (PE), Aubergine violette (E), Courgette longue (E), Haricot vert (E), Poivron (vert) (E), Tomate grappe (E), Chou-fleur (P), Epinard en branches (P), Navet (P), Radis (P), Brocoli (H), Fenouil (H)</p> <p>Orange (HP), Clémentines (H), Kiwi (H), Pomelo (P), Fraise ronde (E), Melon Type Charentais (E), Pastèque verte (E), Pêche (E), Cerises (rouges) (E), Prune (A), Raisin blanc (A), Figue (A), Abricot (E)</p>
Fruits à coque sans sel ajouté (amandes, pistaches, noix, noisettes) : une petite poignée par jour	Cerneaux de noix sèches
Légumineuses ou légumes secs (lentilles, pois chiches, haricots rouges / blancs...) : au moins 2 fois par semaine	Lentilles vertes Pois chiches
Produits céréaliers complets (pain, pâtes, riz, autres produits céréaliers non ou peu raffinés) : tous les jours	Pain complet Pâtes type penne Riz blanc long grain 10 min cuisson Semoule (couscous) Farine T45 blanche Patate douce Pomme de terre (type vapeur)
Produits laitiers (lait, yaourt, fromage...) : 2 portions par jour pour les adultes, 3 pour les enfants	Lait demi-écrémé UHT Fromage blanc nature non sucré (3% MG) Yaourt nature non sucré Comté non râpé (9 à 12 mois d'affinage) Pointe de Brie Roquefort Bûche de chèvre type Ste-Maure Mimolette (1/2 vieille)
Viandes, volaille et œufs (VO) : bœuf, veau, mouton, agneau, porc, abats, à limiter (500g/semaine maximum)	Steak haché 100% pur bœuf, 5% MG Côte de porc (première) Filet de canard Filet de poulet Pièce pour Bœuf Bourguignon Filet de dinde Roti de porc (filet) Œufs moyens plein air

Poissons et fruits de mer : 2 fois par semaine dont un poisson gras (saumon, maquereau, sardine...)	Moules fraîches Lieu noir Sardine Truite Maquereau
Charcuterie : à limiter (150g par semaine maximum) – jambon blanc à privilégier	Jambon blanc sans nitrite
Matières grasses ajoutées : pas de consommation excessive, huiles végétales (colza et noix riches en Oméga 3) préférables aux matières grasses animales (beurre...)	Huile d'olive extra vierge Mélange 4 huiles Beurre doux
Produits sucrés : à limiter	Sucre cristal blanc (betterave) Poudre chocolatée petit-déjeuner Confiture de fraise (mini 50% de fruits) Tablette de chocolat noir (mini. 50% de Cacao ou extra)
Boisson : eau à privilégier	Café moulu arabica A noter : Le PNNS recommande la consommation d'eau du robinet plus économique et moins productrice de déchets
Sel : à limiter	

Nous avons ajouté à ces 12 groupes de produits des condiments ne compromettant pas l'équilibre nutritionnel (vinaigre de cidre, cumin en poudre, et tête d'ail blanc) ainsi que la poudre à lever pour la réalisation de recettes.

Le prix moyen de chaque produit est calculé de façon pondérée en prenant en compte :

- Les caractéristiques des surfaces de vente enquêtées,
- La portion recommandée par le PNNS pour couvrir les besoins des adultes, des adolescents et des enfants (validée par un professionnel de santé ayant concouru à la mise en place du PNNS),
- Les recommandations de l'INRAE (Institut National de la Recherche pour l'Agriculture, l'Alimentation et l'Environnement) visant une alimentation plus durable et responsable

Les paniers sont constitués pour nourrir une famille de 4 personnes, deux adultes, un adolescent de 14 ans et un enfant de 4 ans, pendant un mois, en respectant le PNNS.

Observatoire des prix Familles Rurales

Une alimentation saine moins menacée par l'inflation que par des marges excessives : Familles Rurales saisit l'Autorité de la Concurrence

Familles Rurales, l'une des principales associations de défense des consommateurs et 1^{er} Mouvement familial, a réalisé, pour la 19^{ème} année consécutive, son Observatoire des prix de grande consommation. Son objectif est de permettre à tous les consommateurs des choix éclairés et de contribuer à une politique publique ambitieuse garantissant à tous l'accès à une alimentation saine et durable.

Les principaux résultats :

Adopter une alimentation saine préserve le pouvoir d'achat :

- Le prix de nos paniers en conventionnel a baissé de -0,75% entre 2024 et 2025, dans le même temps l'inflation alimentaire a augmenté de +1,7%
- Une tendance qui se vérifie sur la période 2023- 2025 : année après année, nos paniers de produits sains, en conventionnel, voient leur inflation plus contenue que celle des autres produits alimentaires. +9,4% pour nos paniers conventionnels contre +14,7% pour l'inflation alimentaire en général
- Focus sur les fruits et légumes frais : des prix qui baissent, une consommation qui repart à la hausse

La péréquation inadaptée des marges par la grande distribution constitue un frein à l'accès à une alimentation saine ou quand « *le coco de Paimpol finance le coca d'Atlanta* »¹

- En 2021, c'est notamment grâce aux bénéfices du rayon fruits et légumes : + 247 millions d'euros après impôts que la grande distribution a couvert les pertes de son rayon boulangerie / pâtisserie : - 65 millions d'euros, où est la logique ?

¹ https://www.lemonde.fr/economie/article/2012/10/02/systeme-u-le-coco-et-le-coca_5983574_3234.html

- **Les producteurs ont vendu leurs fruits et légumes 12,5 milliards à l'entrée de la chaîne de distribution, les consommateurs les ont payés quasi 2 fois plus soit 22,7 milliards, sans aucune transformation à la sortie (moyenne 2021-2023)**
- **Produits bio, les grands perdants : Une inflation en hausse de +1,7% sur notre panier en 2025 et des marges brutes jusqu'à 3 fois supérieures en bio par rapport au conventionnel : +291% pour l'abricot bio vs l'abricot en conventionnel**

Les 2 leviers à activer pour faciliter l'accès aux aliments recommandés pour notre santé :

- **Pour les consommateurs :**

Réduire la diversité des produits dans le panier sain : respecter le PNNS ne coûte « plus que » 539€/ mois pour une famille de 4 personnes lorsqu'on varie moins les produits

- **Pour les pouvoirs publics et la grande distribution :**

Garantir l'accès à tous à un panier de 100 produits préconisés par le PNNS en les vendant à prix coûtant en GMS

En 2025, alors que l'inflation alimentaire continue de peser lourdement sur le budget des ménages, les résultats de l'Observatoire des prix Familles Rurales apportent un éclairage sans ambiguïté : **se nourrir conformément aux recommandations du Programme national nutrition santé (PNNS) permet non seulement de préserver sa santé, mais aussi de mieux résister à l'inflation.** Entre 2024 et 2025, nos paniers de produits sains suivis ont vu leurs prix reculer, tandis que l'inflation alimentaire poursuivait sa hausse selon les données de l'Insee.

Ces résultats battent en brèche une idée largement répandue : non, l'alimentation saine n'est pas inflationniste. **Sur plusieurs années, les produits constitutifs d'une alimentation équilibrée enregistrent une hausse de prix nettement plus contenue que l'ensemble des produits alimentaires, en conventionnel.** Pourtant, dans le même temps, l'accès économique à ces produits essentiels demeure insuffisant pour une part croissante de la population.

En cause : les mécanismes de formation des prix et, en particulier, la péréquation des marges opérée par la grande distribution. Les fruits et légumes, pourtant au cœur des messages de santé publique, supportent des marges importantes tout au long de la chaîne de distribution. Les produits issus de l'agriculture biologique, quant à eux, cumulent une inflation plus élevée et des niveaux de marges parfois très supérieurs à ceux observés sur les produits conventionnels, sans justification économique clairement établie au regard des coûts supportés.

Ces constats interrogent profondément la cohérence de notre système alimentaire. Alors qu'une part significative de la population déclare avoir déjà renoncé à certains aliments, voire sauté des repas faute de moyens², et que les pouvoirs publics consacrent des montants considérables à la prise en charge des conséquences sanitaires d'une alimentation

² <https://www.famillesrurales.org/plan-france-ruralites-etude-ifop-territoires-ruraux-2023>

déséquilibrée, les pratiques observées apparaissent en décalage avec les objectifs affichés de santé publique et d'accessibilité économique.

Fort des résultats de son Observatoire 2025 et face à l'insuffisance des réponses apportées jusqu'à présent, **Familles Rurales a décidé de saisir l'Autorité de la concurrence afin de demander l'ouverture d'une enquête sectorielle sur la formation des prix au sein des filières et la péréquation des marges dans la grande distribution alimentaire**. Cette démarche vise à analyser les mécanismes économiques à l'œuvre, leurs effets sur la concurrence par les prix et, surtout, leurs conséquences sur l'accès des consommateurs à une alimentation saine, durable et économiquement accessible.

Les quelques données publiques disponibles sont claires : ce n'est pas l'alimentation saine qui coûte trop cher. C'est l'accès à celle-ci qui est aujourd'hui renchéri artificiellement. La régulation ciblée des produits essentiels ne constitue pas une contrainte économique, mais une réponse rationnelle et nécessaire à un enjeu majeur de santé publique et de pouvoir d'achat.

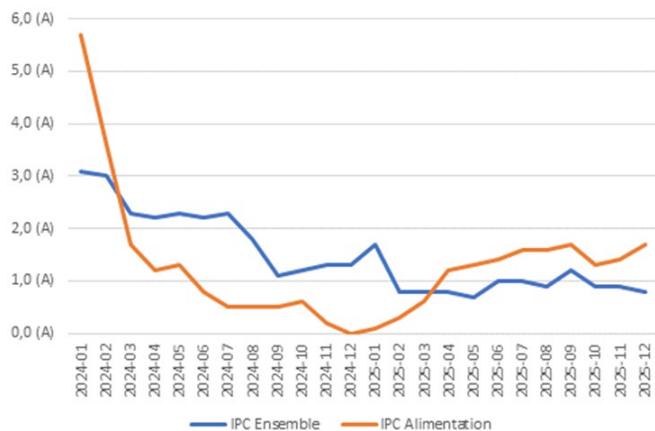
CONTACT : Niki Vouzas – niki.vouzas@famillesrurales.org – 06 49 49 75 17

OBSERVATOIRE DES PRIX 2025 : RÉSULTATS DETAILLÉS

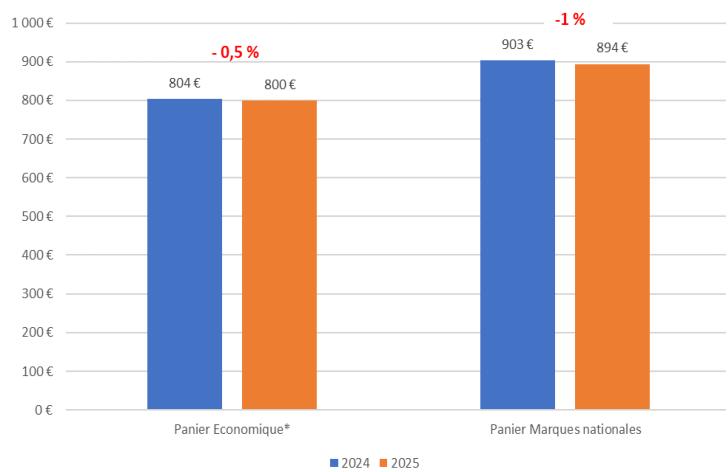
- I- Adopter une alimentation saine préserve le pouvoir d'achat : Les prix de nos paniers, en conventionnel, ont baissé de -0,75% entre 2024 et 2025 alors que l'inflation alimentaire a connu une hausse de +1,7%. Cette tendance se confirme à plus long terme : + 14,7% d'inflation alimentaire entre 2023 et 2025 contre +9,4% pour ces paniers

Le prix de nos paniers en conventionnel a baissé de -0,75% entre 2024 et 2025, dans le même temps l'inflation alimentaire a augmenté de +1,7%

Inflation générale et inflation des produits alimentaires (2024-2025, en % - Insee)

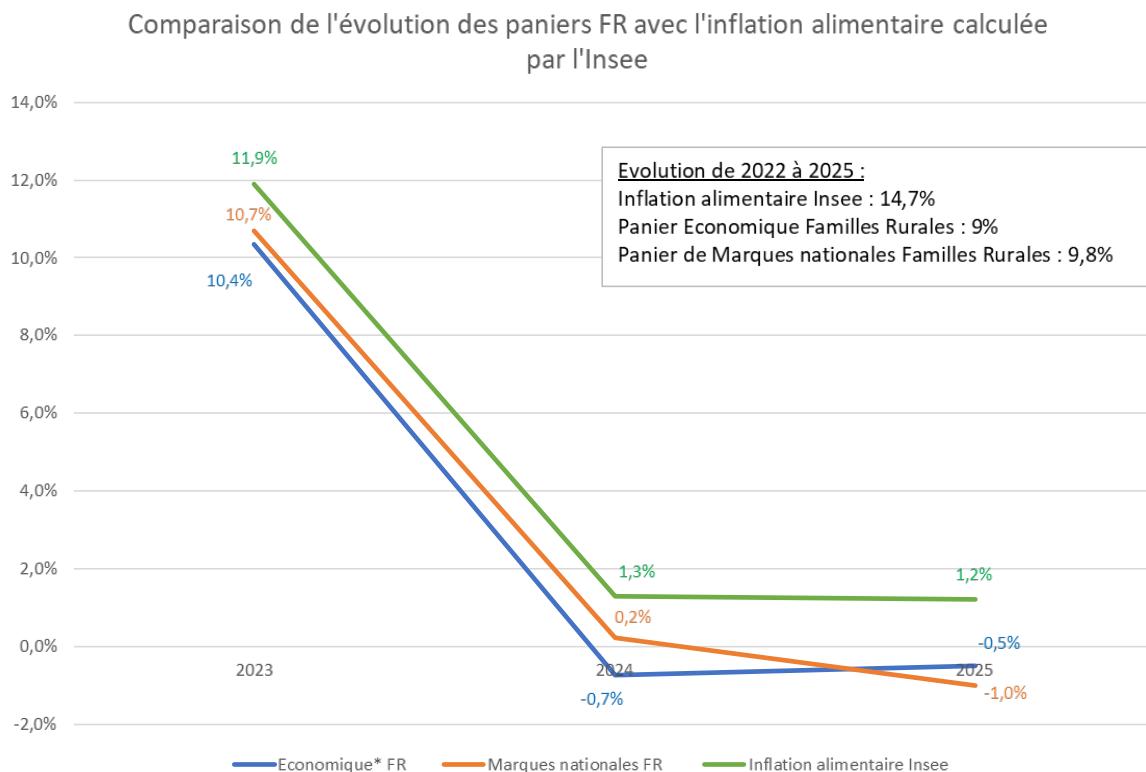


Evolution des paniers conventionnels Familles Rurales 2024-25



Sur la période comprise entre décembre 2024 et décembre 2025, l'inflation alimentaire calculée par l'Insee s'est établie à +1,7% tandis que l'inflation générale atteignait +0,8%. Dans le même temps, nos paniers conventionnels compatibles avec les recommandations du Programme National Nutrition Santé (PNNS) ont, à rebours de la tendance générale, enregistré une baisse de -0,75% en moyenne. En 2025, manger sainement a donc permis non seulement de contenir l'impact de l'inflation, mais également de dégager un gain de pouvoir d'achat sur le poste alimentaire par rapport à l'année précédente.

Une tendance qui se vérifie sur la période 2023- 2025 : année après année, nos paniers de produits sains, en conventionnel, voient leur inflation plus contenue que celle des autres produits alimentaires. +9,4% pour nos paniers conventionnels contre +14,7% pour l'inflation alimentaire en général

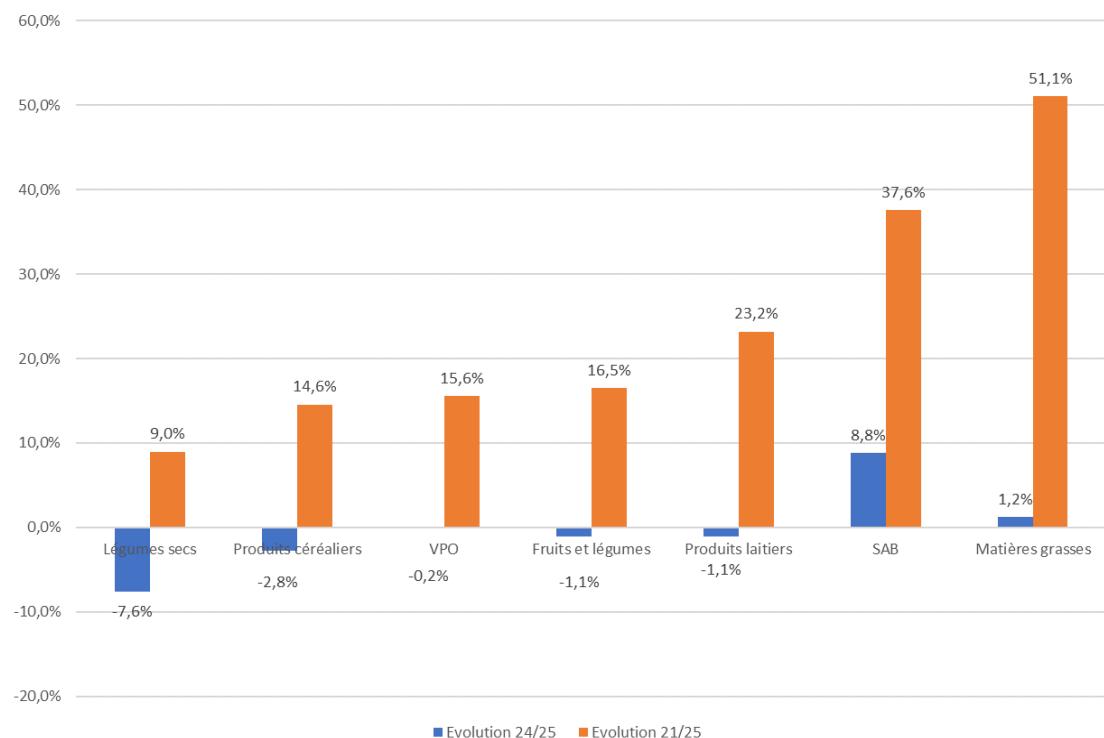


Cette dynamique favorable ne se limite pas au court terme. Depuis 2023, bien que nos paniers de produits sains, en conventionnel, aient eux aussi été affectés par la crise inflationniste, leur hausse de prix est restée nettement plus contenue que celle observée pour l'ensemble des produits alimentaires.

Ces résultats confirment qu'une alimentation conforme aux recommandations nutritionnelles contribue à la fois à la préservation de la santé et à une meilleure maîtrise du budget des ménages.

Les paniers étudiés intègrent par ailleurs l'ensemble des recommandations du PNNS, lequel n'exclut ni les produits sucrés ni les matières grasses, mais en préconise une consommation modérée. À ce titre, certains produits dits « à limiter » y figurent et ont pu être analysés. Or, l'évolution de cette catégorie révèle une tendance particulièrement marquée.

Evolution du prix des catégories de produits conventionnels du panier Familles Rurales entre 2024 et 2025 et sur 4 ans (2021 à 2025)



VPO : Viandes, poissons, œuf ; SAB : Produits sucrés, aromatiques et boissons³

Entre 2024 et 2025, alors que la quasi-totalité des catégories constituant nos paniers alimentaires affiche une baisse de prix ou une augmentation modérée, les produits sucrés, aromatiques et boissons (SAB) enregistrent une hausse significative de +8,8 %. Cette augmentation est principalement portée par certains produits spécifiques : le café (+25,1 %), les tablettes de chocolat noir (+20,2 %) et la poudre chocolatée pour le petit-déjeuner (+17,3 %). Ces évolutions s'expliquent en partie par des aléas climatiques, notamment au Brésil, ayant entraîné une baisse des volumes disponibles, et par une hausse des prix sur les marchés internationaux, amplifiée par des phénomènes spéculatifs.

Sur une période plus longue, depuis le début de la crise inflationniste en 2021, certaines catégories de produits du panier connaissent des hausses particulièrement marquées. Les matières grasses affichent ainsi une augmentation cumulée de +51 % (suite aux tensions sur le beurre et l'olive entre 2022 et 2024), tandis que les produits sucrés progressent de +38 %. **Ces évolutions confirment que plus l'alimentation s'éloigne des préconisations nutritionnelles, plus elle s'avère coûteuse pour les ménages.**

Focus sur les fruits et légumes frais : des prix qui baissent, une consommation qui repart à la hausse

À l'inverse, les catégories au cœur d'une alimentation équilibrée présentent des évolutions plus favorables. Les fruits et légumes frais, composante essentielle de l'assiette, enregistrent

³ Sont compris dans cette catégories : Poudre chocolatée petit déjeuner, Sucre cristal blanc, Confiture de fraise, Tablette de chocolat, Café moulu pur arabica, Poudre à lever, Vinaigre de cidre et cumin en poudre.

une baisse de prix de -1,1 % entre 2024 et 2025. Cette évolution s'explique notamment par des situations de surproduction, comme celle observée sur le chou-fleur cette année.

Parallèlement, leur consommation repart à la hausse en 2025, avec une augmentation de +2% pour les fruits et de +1% pour les légumes, selon France Agrimer⁴.

Sans prétendre établir un lien de causalité strict, cette concomitance entre baisse des prix et reprise de la consommation marque un retournement de tendance notable.

S'agissant des légumes secs de notre panier, la forte baisse de -7,6% semble une conséquence de la forte hausse de l'an dernier (+6,1%). Ce sont surtout les pois chiches qui accusent un recul de plus de -10% de leur prix (-4,6% tout de même pour les lentilles).

II- La péréquation inadaptée des marges par la grande distribution constitue un frein à l'accès à une alimentation saine ou quand « le coco de Paimpol finance le coca d'Atlanta »⁵

Comme l'a dénoncé à plusieurs reprises Serge Papin, ministre en charge du pouvoir d'achat, « le coco de Paimpol finance le coca d'Atlanta ». Cette formule résume avec force une réalité largement documentée mais encore insuffisamment transparente : les mécanismes de péréquation des marges opérés par la grande distribution. Si les données disponibles en matière de marges demeurent partielles, celles qui sont publiques n'en sont pas moins révélatrices.

Les arbitrages opérés par la grande distribution apparaissent en effet en décalage non seulement avec les messages de santé publique, mais également avec les engagements qu'elle affiche. Dans une tribune publiée en juin 2025, les distributeurs affirmaient ainsi : « *En tant que distributeurs, en lien direct avec les agriculteurs, les industriels (grandes marques, PME, TPE) et les consommateurs, nous avons un rôle central à jouer pour relever ces défis. C'est pourquoi nous nous efforçons de proposer à nos clients une alimentation de qualité au meilleur prix, et sommes engagés dans des démarches de Responsabilité Sociale et Environnementale depuis de nombreuses années.*⁶ »

En 2021, c'est notamment grâce aux bénéfices du rayon fruits et légumes : + 247 millions d'euros après impôts que la grande distribution a couvert les pertes de son rayon boulangerie / pâtisserie : - 65 millions d'euros, où est la logique ?

En 2021, la grande distribution a notamment compensé les pertes de son rayon boulangerie-pâtisserie, déficitaire à hauteur de -65 millions d'euros, grâce aux bénéfices générés par le rayon fruits et légumes, qui se sont élevés à +247 millions d'euros après impôts⁷. Cette péréquation interroge directement la logique économique et sanitaire à l'œuvre dans la formation des prix alimentaires et apparaît très clairement défavorable aux produits essentiels à notre santé.

Certes, la grande distribution adopte une approche multi-produits et recherche une rentabilité globale à l'échelle du magasin, indépendamment de la performance économique de chaque

⁴ https://www.franceagrimer.fr/sites/default/files/2025-12/NCO-FL-2025-11-25_VF.pdf

⁵ https://www.lemonde.fr/economie/article/2012/10/02/systeme-u-le-coco-et-le-coca_5983574_3234.html

⁶ <https://www.altaa.org/5-distributeurs-interpellent-le-gouvernement-pour-accelerer-la-transition-alimentaire/>

⁷ Chiffres recalculés à partir des données sur la marge nette avant IS du rapport annuel de l'OFPM.

rayon. Pour Familles Rurales, être un acteur soucieux de la santé publique et du pouvoir d'achat suppose de contenir les marges sur les produits essentiels à une alimentation équilibrée — au premier rang desquels figurent les fruits et légumes frais — plutôt que de les utiliser comme variables d'ajustement pour compenser les pertes de rayons plus transformés.

Or, les pratiques observées montrent que cette logique n'est pas celle actuellement mise en œuvre. Les fruits et légumes, pourtant au cœur des recommandations nutritionnelles, contribuent de manière significative à l'équilibre financier global des enseignes, au détriment de leur accessibilité économique pour les consommateurs.

Comptes moyens des rayons alimentaires en GMS en 2021 pour 100 € de chiffre d'affaires

	Boucherie	Charcuterie	Volailles	Produits laitiers	Fruits et légumes	Marée	Boulangerie Pâtisserie	Ensemble des rayons étudiés
Chiffre d'affaires	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
Coût d'achat des ventes	72,8	66,1	71,1	76,6	68,9	72,8	44,4	70,2
Marge brute (marge commerciale)	27,2	33,9	28,9	23,4	31,1	27,2	55,6	29,8
CHARGES DIRECTES DU RAYON	Frais de personnel dédié du rayon	12,4	7,0	3,5	4,2	7,2	12,6	31,8
	Marge semi-nette	14,8	26,9	25,4	19,1	23,8	14,5	23,7
	Approvisionnements et fournitures	0,4	0,1	0,1	0,1	0,3	0,2	0,9
	Eau, gaz, électricité	0,6	0,5	0,8	0,4	0,4	0,8	1,1
	Frais sur matériels et équipements	0,8	1,1	0,8	0,9	1,0	1,1	2,1
	Taxes, cotisations et redevances	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,5	0,4
	Autres charges du rayon	0,4	0,5	0,4	0,6	1,0	0,8	0,4
CHARGES COMMUNES REPARTIES	Sous-total : autres charges directes	2,7	2,6	2,4	2,4	3,1	3,4	4,9
	Immobilier	1,7	1,5	1,2	1,6	1,9	1,6	2,6
	Frais de personnel hors rayon	5,9	5,4	4,6	5,2	5,6	6,3	10,3
	Frais financiers	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	Autres charges communes	6,6	7,5	8,2	8,9	8,6	6,7	9,9
	Sous-total : charges communes	14,3	14,6	14,2	15,8	16,3	14,7	22,9
	Marge nette avant répartition de l'IS	- 2,1	9,7	8,8	0,9	4,4	- 3,6	- 4,1
	Répartition de l'impôt sur les sociétés	- 0,7	3,2	2,9	0,3	1,5	- 1,2	- 1,4
	Marge nette après répartition de l'IS	- 1,4	6,4	5,9	0,6	2,9	- 2,4	- 2,7
								1,6

Source : OFPM, enquête réalisée par FranceAgriMer avec le concours des enseignes

À la lumière de ces données publiques, la promesse d'une « alimentation de qualité au meilleur prix » portée par les distributeurs apparaît difficilement conciliable avec les arbitrages économiques constatés. À l'heure où une personne sur quatre déclare avoir déjà sauté un repas faute de moyens, où près d'une sur deux a dû renoncer à certaines denrées alimentaires⁸ et où de nombreux producteurs peinent à couvrir leurs charges, la persistance de telles pratiques interroge profondément la cohérence du système alimentaire actuel.

Ces constats posent la question de la répartition de la valeur au sein de la chaîne alimentaire laquelle appelle un éclairage approfondi des rôles et des niveaux de rémunération des différents maillons.

⁸ <https://www.famillesrurales.org/plan-france-ruralites-etude-ifop-territoires-ruraux-2023>

Les producteurs ont vendu leurs fruits et légumes 12,5 milliards à l'entrée de la chaîne de distribution, les consommateurs les ont payés quasi 2 fois plus soit 22,7 milliards, sans aucune transformation à la sortie (moyenne 2021-2023)

Ces chiffres témoignent du déséquilibre manifeste au détriment des consommateurs et des producteurs en termes de répartition de la valeur. Les données publiées par le Centre Technique Interprofessionnel des Fruits et Légumes (CITFL) en novembre 2025⁹ identifient trois grands types d'acteurs intervenant dans le circuit d'approvisionnement des ménages en fruits et légumes : les metteurs en marché, les commerce de gros et les distributeurs. En valeur, les 12,5 milliards d'euros entrant sur le marché français, hors transformation et hors exportation, se transforment ainsi en 22,7 milliards d'euros TTC au stade de la vente au détail.

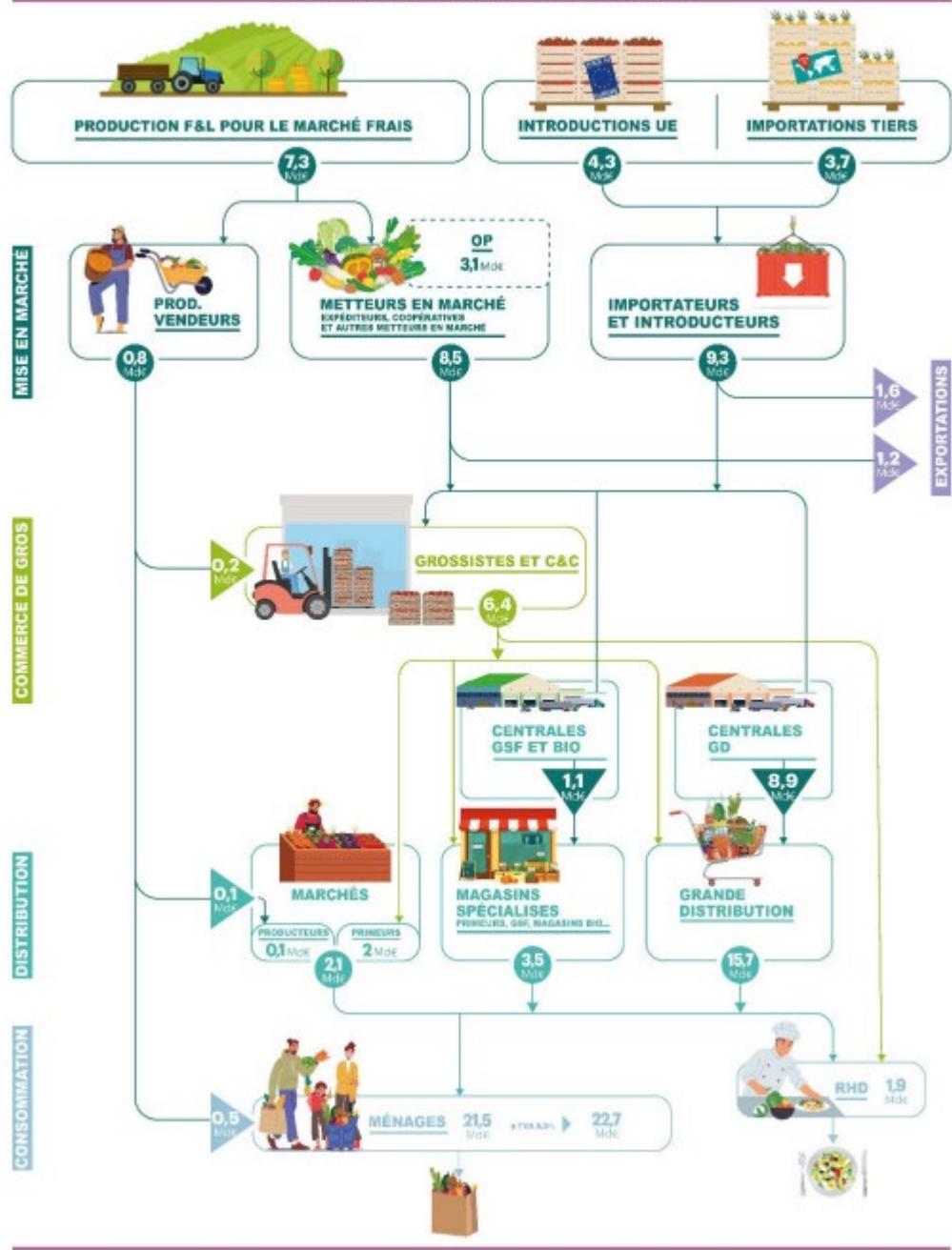
Il ne s'agit pas de remettre en cause la légitimité de la rémunération de chacun de ces maillons, tous indispensables au fonctionnement de la chaîne alimentaire. En revanche, les écarts de valeur observés interrogent fortement les niveaux de marges pratiqués par les différents acteurs, et en particulier leur répartition.

⁹ Note de synthèse Le diagramme de la filière fruits et légumes (Schéma des flux 2021-2023) – Novembre 2025 [Le diagramme de la filière fruits et légumes frais - Schéma des flux 2021-2023 - CTIFL](#)

DIAGRAMME DE LA FILIÈRE DES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS

(HORS POMME DE TERRE), EN MILLIARDS D'EUROS – MOYENNE 2021-2023

Sources : calculs CTIFL d'après Agreste, INSEE, Douanes, Kantar



Source : CTILF¹⁰

Cette question est apparue de manière particulièrement aiguë en janvier 2023, au cœur de la crise inflationniste. À cette période, des producteurs de pommes et de poires alertaient publiquement sur leur impossibilité de couvrir leurs charges et demandaient un prix d'achat de 1,20 € par kilo à la grande distribution¹¹, qui, au mieux, leur proposait 1 € le kilo. Dans le même temps, ces fruits étaient vendus en magasin à un prix moyen de 2,50 € le kilo. Même en tenant

¹⁰ [Le diagramme de la filière fruits et légumes frais - Schéma des flux 2021-2023 - CTILF](#)

¹¹ <https://www.lafranceagricole.fr/economie/article/836477/les-producteurs-de-pommes-veulent-0-20-kg-en-plus>

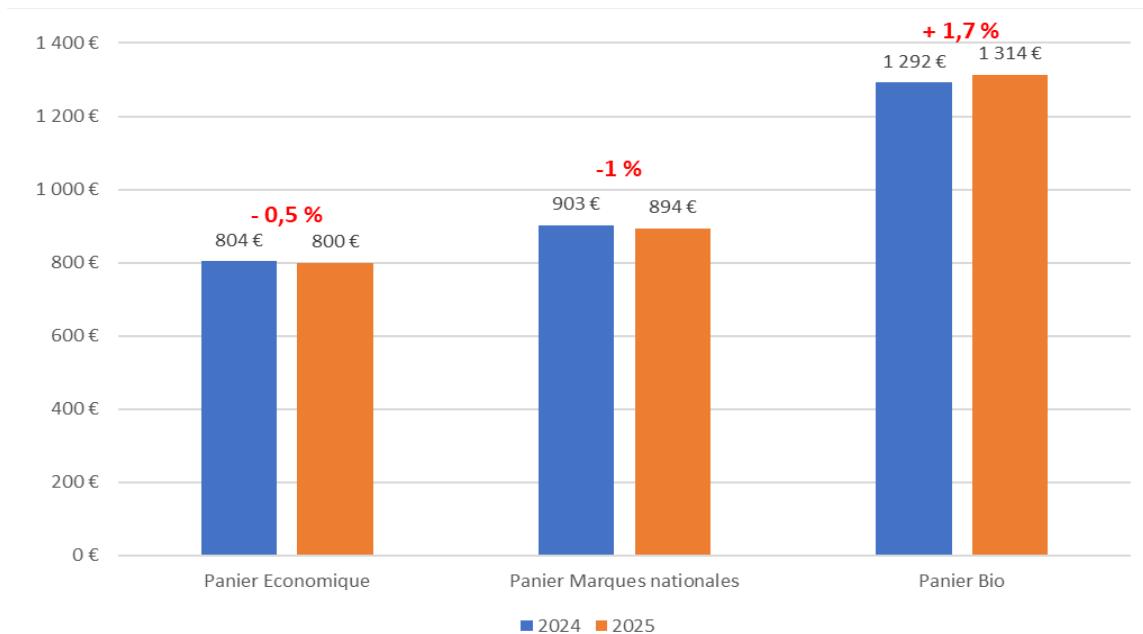
compte des coûts liés aux intermédiaires, au transport, au fonctionnement des magasins et aux pertes inhérentes à des produits périssables, un tel écart demeure difficile à justifier.

Ces données objectives n'ont pas vocation à désigner un « coupable unique ». Elles mettent toutefois en évidence un manque de lisibilité et un déséquilibre structurel de la chaîne de valeur, particulièrement préoccupants lorsqu'ils concernent des produits essentiels à la santé publique. C'est à partir de ces constats chiffrés que Familles Rurales appelle à repenser la transparence et l'effectivité des dispositifs existants de régulation des prix

Produits bio, les grands perdants : Une inflation en hausse de +1,7% sur notre panier en 2025 et des marges brutes jusqu'à 3 fois supérieures en bio par rapport au conventionnel : +291% pour l'abricot bio vs l'abricot en conventionnel

En 2025, notre panier composé exclusivement de produits issus de l'agriculture biologique s'inscrit à contre-courant de la tendance observée sur les autres paniers suivis par Familles Rurales. Alors que les prix des paniers conventionnels reculent entre 2024 et 2025, le panier bio enregistre, quant à lui, une hausse de +1,7 %.

Evolution du prix des paniers Familles Rurales 2024-25



Dans le détail, notre panier constitué de marques nationales baisse de -1 %, passant sous la barre des 900 euros mensuels (894 €), tandis que notre panier « économique », composé des prix les plus bas constatés pour chaque produit, recule de -0,5 % pour s'établir à 800 €. À l'inverse, notre panier bio atteint 1 314 € par mois en 2025, confirmant que les produits sains n'ont été préservés de l'inflation cette année qu'en agriculture conventionnelle.

Cette évolution est d'autant plus préoccupante que les attentes des consommateurs à l'égard des produits biologiques demeurent fortes. Dans un contexte où 41 % des consommateurs se déclarent « très inquiets » des résidus de pesticides¹² dans leur alimentation, **Familles Rurales s'inquiète de l'accessibilité économique de ces produits pour le plus grand**

¹² <https://www.interfel.com/services/documentation/synthese-du-barometre-de-confiance-fruits-et-legumes-2024/>

nombre. Selon les données de l'Observatoire de la consommation de l'Agence bio¹³, **75 % des personnes interrogées expliquent leur non-consommation de produits biologiques par des prix jugés trop élevés.**

Au-delà de cette inflation plus marquée en 2025, les données disponibles mettent également en évidence des niveaux de marges plus élevés sur les produits biologiques que sur leurs équivalents conventionnels. Les travaux de l'Observatoire de la formation des prix et des marges, qui analysent chaque année la répartition de la valeur sur plusieurs fruits et légumes bio et conventionnels, apportent un éclairage précieux à cet égard¹⁴.

Comparaison des indicateurs de marges brutes en GMS pour les produits bio et conventionnels (en €/Kg – A partir des rapports annuels de l'OFPM)

	Rapport OFPM 2024 (campagne 2022-2023)			Rapport OFPM 2025 (campagne 2023-2024)		
	Conventionnel	Bio	Déférence conventionnel / bio	Conventionnel	Bio	Déférence conventionnel / bio
Carotte	0,83 €	0,96 €	16%	0,98 €	0,98 €	0%
Pomme	1,28 €	1,82 €	42%	1,29 €	1,72 €	33%
Poireau	1,28 €	2,62 €	105%			
Abricot	1,20 €	4,69 €	291%			
Oignon				1,76 €	1,44 €	-18%
Kiwi				2,33 €	2,40 €	3%

L'analyse du rapport annuel de 2024, portant sur la campagne de production 2022-2023, montre ainsi que les marges brutes¹⁵ en grande distribution sont significativement plus élevées pour les produits biologiques : +16 % pour la carotte bio par rapport à la carotte conventionnelle, +42 % pour la pomme, +105 % pour le poireau, et jusqu'à +291 % pour l'abricot. Les données du rapport 2025, relatives à la campagne 2023-2024, apparaissent plus contrastées. Si la marge brute sur la pomme bio demeure supérieure de 31 % à celle de la pomme conventionnelle, les écarts sont faibles pour le kiwi et la carotte, tandis que l'oignon constitue le seul produit pour lequel la marge sur le conventionnel dépasse celle du bio de 20%.

Familles Rurales admet pleinement que les produits biologiques puissent afficher des prix plus élevés, compte tenu de coûts de production supérieurs : main-d'œuvre plus nombreuse, rendements parfois plus faibles, coûts de certification, volumes de production plus limités et intrants naturels plus onéreux. En revanche, ces éléments ne suffisent pas à expliquer des écarts de marges brutes aussi importants au stade de la distribution.

Dès lors, la question se pose : en quoi les coûts supportés par la grande distribution — transport, stockage, manutention, mise en rayon ou frais administratifs — seraient-ils fondamentalement différents entre un produit biologique et son équivalent conventionnel, à produit comparable ? Pour l'OFPM, l'une des principales explications avancées réside dans le conditionnement plus fréquent des fruits et légumes biologiques, souvent vendus emballés en grande distribution. Toutefois, cet élément suffit-il à justifier des surmarges d'une telle ampleur ?

En l'absence de données plus exhaustives et d'explications économiques pleinement convaincantes, ces écarts nourrissent des suspicions persistantes de surmarges sur les produits biologiques. Elles constituent un frein majeur au développement de ce marché et

¹³ <https://www.agencebio.org/vos-outils/les-chiffres-cles/observatoire-de-la-consommation-bio/>

¹⁴ <https://observatoire-prixmarges.franceagrimer.fr/>

¹⁵ La marge brute ou marge commerciale est la différence entre le prix de vente au détail et le prix d'achat au fournisseur. Cette marge brute sert donc à payer tous les frais d'exploitation (salaires, loyers, charges fixes ...), les impôts et de dégager une marge nette.

compromettent l'accès du plus grand nombre à une alimentation plus respectueuse de l'environnement et de la santé.

III- **Les 2 leviers à activer pour faciliter l'accès aux aliments recommandés pour notre santé : réduire la diversité de nos paniers, le budget pour respecter le PNNS passe alors de 800€ à 539€ / mois pour une famille de 4 personnes. Garantir un prix coûtant, dans toute la GMS, sur 100 aliments recommandés par le PNNS**

11 millions de nos concitoyens ne mangent plus à leur faim¹⁶, la situation en outre-mer est alarmante, nos finances publiques consacrent plus de 20 milliards par an à soigner les conséquences d'une alimentation inadaptée¹⁷, l'Autorité de la concurrence a dénoncé des marges excessives¹⁸. Pour sortir de cette impasse, Familles Rurales plaide pour l'activation rapide de 2 leviers :

- La recomposition de nos paniers pour diminuer la charge financière de la couverture de nos besoins nutritionnels quotidiens ;
- L'encadrement des marges de 100 produits recommandés par le PNNS dans un contexte où un consommateur sur 3 déclare avoir déjà dû sauter un repas faute de ressources suffisantes¹⁹.

➤ **Respecter le PNNS ne coûte « plus que » 539€/ mois pour une famille de 4 personnes lorsqu'on varie moins les produits**

Dans l'idéal, le PNNS invite à varier les produits de chaque catégorie : plusieurs types de fruits et légumes en fonction des saisons, plusieurs types de matières grasses, de féculents, de légumes secs...

Pour ne pas dissuader les budgets les plus contraints en les éloignant d'une alimentation saine dont chacun a besoin pour rester en bonne santé, Familles Rurales a établi un panier moins varié mais qui respecte néanmoins la diversité des catégories et leur saisonnalité. Ce sont les fruits et légumes les moins chers qui ont ainsi été pris en compte, mais également les viandes les plus accessibles (poulet et porc sans dépasser les limites indiquées), les poissons les moins onéreux.

En choisissant les 42 produits²⁰ les plus abordables de notre panier (qui en contient 83 en tout), il est ainsi possible de limiter encore plus le budget nécessaire à l'achat de l'ensemble

¹⁶ <https://www.credoc.fr/publications/en-forte-hausse-la-precarite-alimentaire-sajoute-a-dautres-fragilites>

¹⁷ <https://www.tresor.economie.gouv.fr/Articles/2016/09/06/tresor-eco-n-179-obesite-quelles-consequences-pour-l-economie-et-comment-les-limiter>

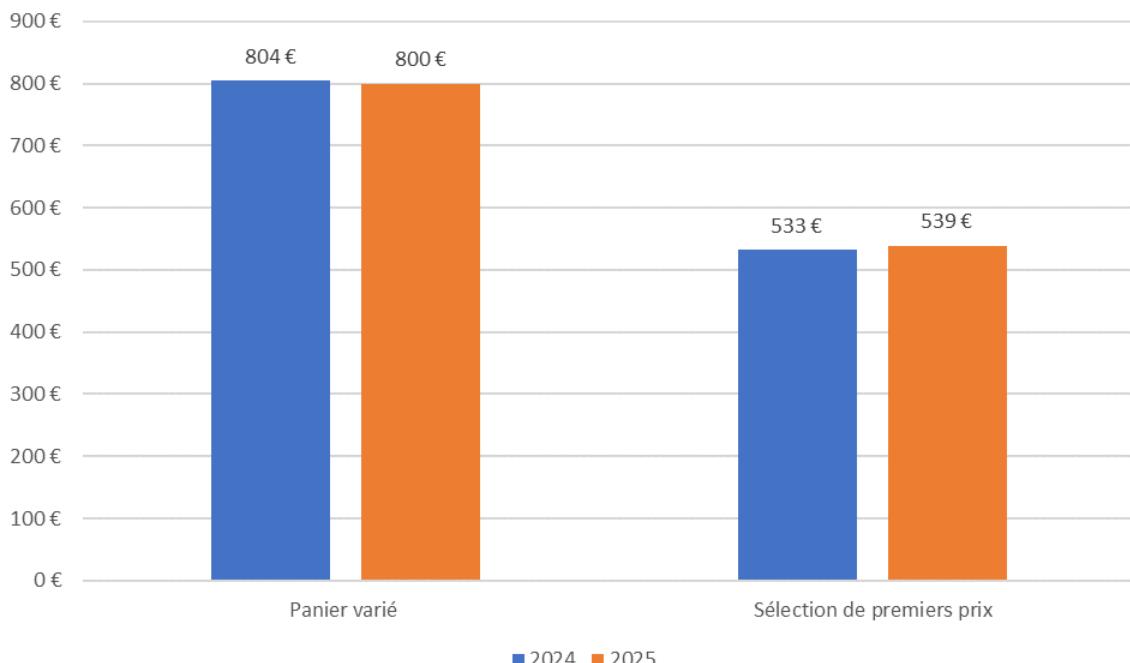
¹⁸ [https://www.leparisien.fr/economie/l-inflation-est-en-partie-due-aux-profits-excessifs-des-entreprises-pointe-l'autorité-de-la-concurrence-16-06-2023-K46WF6SUE5FRJEUCPGHXOWSOI4.php](https://www.leparisien.fr/economie/l-inflation-est-en-partie-due-aux-profits-excessifs-des-entreprises-pointe-l-autorite-de-la-concurrence-16-06-2023-K46WF6SUE5FRJEUCPGHXOWSOI4.php)

¹⁹ <https://www.famillesrurales.org/plan-france-ruralites-etude-ifop-territoires-ruraux-2023>

²⁰ Principe de constitution du panier économique restreint 2025 : 42 produits en tout : 17 FL (dont les 5 FL les moins chers de chaque saison), les 3 viandes différentes les moins chères, les 2 poissons les moins chers, le fromage le moins cher et les produits basiques, soit : Courgette (longue), Chou vert (frisé), Carottes, Oignon (jaune), Aubergine (violette), Tomate grappe, Potiron ou butternut, Poireaux, Banane, Pastèque verte, Orange (Naveline), Banane, Pomme Golden ou Gala, Melon Type Charentais, Pomelo rose, Chou-fleur, Céleri rave, Betterave rouge (crue), Côte de porc (première), Filet de poulet, Bœuf Bourguignon, Moules fraîches, Sardines, Œufs moyen de plein air, Lait demi-écrémé UHT, Yaourt nature non sucré (ferme), Pointe de Brie, Pomme de terre (type vapeur), Farine T45 blanche, Pâtes type penne, Riz blanc long grain 10 min cuisson, Lentilles vertes, Pain complet (non tranché env. 300g), Beurre doux, Huile d'olive extra vierge, Mélange 4 huiles, Poudre chocolatée petit-déjeuner, Sucre cristal

des produits dont une famille de 4 personnes a besoin pour être en bonne santé, soit un coût de 539€ / mois.

Prix du panier économique* selon la diversité des produits achetés en (€)



* prix le plus bas constaté dans le magasin

Les 5 fruits et légumes de saison les moins chers de notre panier en 2025

Hiver	Printemps	Eté	Automne
Carotte	Carotte	Courgette	Chou vert
Poireaux	Chou-fleur	Pastèque	Carotte
Potiron	Orange	Carotte	Poireaux
Orange	Banane	Banane	Potiron
Banane	Pomme	Melon	Banane

A noter : Ce panier bien que restreint affiche néanmoins une certaine variété de produits notamment de fruits et légumes et respecte l'ensemble des préconisations du PNNS.

- Garantir l'accès à tous à un panier de 100 produits préconisés par le PNNS en les vendant à prix coûtant en GMS

Bien que les prix des produits alimentaires se soient stabilisés en 2024 et 2025, le poids de l'alimentation dans le budget des ménages s'est alourdi d'un à deux points supplémentaires selon le type de ménages. En effet, notre panier composé de la sélection des produits les

blanc (betterave), Confiture de fraise (50% de fruits), Tablette de chocolat noir (env. 50% de Cacao ou extra), Café moulu pur arabica, Poudre à lever et Vinaigre de cidre.

moins chers a augmenté de près de 20% entre 2021 et 2025 alors que le SMIC n'a augmenté « que » de 13,4% et le RSA de 14,4%. Pour une famille de 4 personnes disposant d'un RSA, adopter une alimentation saine représente 40% de son revenu, c'est 1/5 de celui d'une famille disposant de 2 SMIC.

Poids budgétaire du panier économique restreint pour un couple avec 2 enfants (1 de plus de 14 ans et 1 de moins de 14 ans soit 2,3 unités de consommation).

	2021		2025	
Panier économique restreint	450 €		539 €	
Indicateur de niveau de vie	Montant du revenu	Poids du panier dans le budget	Montant du revenu	Poids du panier dans le budget
RSA pour un ménage (au 1er avril)	1 187 €	38%	1 358 €	40%
2 personnes au SMIC (décembre)	2 516 €	18%	2 853 €	19%

A la lumière de ces données, force est de constater que le poids du budget à consacrer à une alimentation saine qui demeure une priorité de santé publique est de fait difficilement soutenable pour tous. C'est la raison pour laquelle, Familles Rurales a formulé en octobre 2025 une proposition opérationnelle, concrète et immédiatement applicable : **imposer à la grande distribution la vente à prix coûtant de 100 produits recommandés par le PNNS**²¹.

A défaut de la considération attendue de la part du gouvernement s'agissant de cette proposition pourtant sans aucun surcoût pour nos finances publiques, et après avoir été auditionné par une commission d'enquête sur les marges ouverte par le Sénat²², Familles Rurales a décidé de saisir l'**Autorité de la concurrence**.

Notre association entend solliciter auprès de son Président l'ouverture d'une enquête sectorielle sur la formation des prix au sein des filières et la péréquation des marges dans la grande distribution alimentaire. Cette démarche vise à analyser les mécanismes économiques à l'œuvre, leurs effets sur la concurrence par les prix, ainsi que leurs conséquences sur l'accessibilité économique des produits essentiels à la santé publique, notamment les fruits et légumes frais.

Pour Familles Rurales, les données publiques sont claires : ce n'est pas l'alimentation saine qui coûte trop cher, mais l'accès à celle-ci qui est aujourd'hui renchéri artificiellement. La régulation ciblée des produits essentiels ne constitue pas une contrainte économique supplémentaire ; elle représente une réponse rationnelle, proportionnée et nécessaire à un enjeu majeur de santé publique, de justice sociale et de pouvoir d'achat.

²¹ <https://www.famillesrurales.org/pouvoir-dachat-ces-100-aliments-bons-pour-la-sante-doivent-etre-prix-coutant>

²² https://videos.senat.fr/video.5636464_6942b7b705c5e.table-ronde-relative-aux-consommateurs

FAMILLES RURALES EN UN REGARD

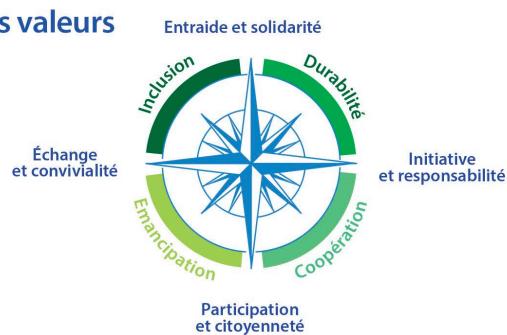
PREMIER MOUVEMENT FAMILIAL ASSOCIATIF DE FRANCE

Familles Rurales est une association reconnue d'utilité publique qui agit en faveur des familles sur tout le territoire, en milieu rural et périurbain. Mouvement familial et d'éducation populaire, Familles Rurales intervient dans tous les domaines de l'intérêt général : petite enfance, enfance, formation, parentalité, grand âge et défense des consommateurs. Son action : accompagner les projets et développer des initiatives, des structures et des services pour répondre aux besoins des familles et défendre leurs intérêts.

Les missions

- Informer les familles et faire entendre leur voix
- Proposer des réponses adaptées aux besoins des familles
- Développer l'entraide de proximité
- Dynamiser les territoires ruraux et périurbains
- Soutenir l'engagement associatif

Les valeurs



Les chiffres clés

- 127 000 familles adhérentes
- 25 000 bénévoles
- 14 000 salariés



1 700
associations locales
65
fédérations départementales
10
fédérations régionales
1
fédération nationale

LES DOMAINES D'ACTION

AGIR ENSEMBLE À CHAQUE ÉTAPE DE LA VIE

Agir au quotidien

Avec les familles adhérentes, Familles Rurales invente et développe les activités et services adaptés à leurs besoins :

- 260 structures petite enfance ;
 - 1 200 accueils de loisirs ;
 - 6000 jeunes engagés ;
 - 7 500 personnes en formation ;
 - 190 points de médiation numérique ;
 - 50 tiers-lieux ruraux ;
 - 133 « permanences consommation » ;
 - 500 clubs séniors ;
 - 156 associations de services d'aide à domicile ;
- mais aussi des séjours de vacances, de l'accompagnement scolaire, du soutien à la parentalité, de la prévention routière, des Espaces de Vie Sociale, des points conseil budget...

Représenter les familles

Association familiale et agréée défense des consommateurs, Familles Rurales se mobilise pour défendre les intérêts des familles. Le Mouvement a notamment obtenu :

- La mise en place du chèque énergie pour les ménages modestes ;
- L'instauration d'un droit à l'oubli sur Internet pour les mineurs ;
- L'encadrement des services de transport d'utilité sociale ;
- Un étiquetage des aliments plus lisible pour préserver la sécurité alimentaire des consommateurs.

Construire les ruralités de demain

Familles Rurales présente des solutions nouvelles pour préparer l'avenir des familles et des territoires ruraux en prenant en compte la voix des familles. Parmi les thématiques prioritaires :

- Préserver les services publics dans les territoires ruraux ;
- Connecter les territoires ruraux en très haut débit ;
- Développer le télétravail et les tiers-lieux ;
- Être un acteur de la transition écologique ;
- Créer de nouvelles synergies et mobiliser les entreprises à travers le fonds de dotation RURAL MOUV.



PETITE ENFANCE



ENFANCE



ÉDUCATION ET PRÉVENTION



JEUNESSE



SENIORS



CONSOMMATION ET VIE PRATIQUE



LOISIRS ET CULTURE



ENTRAIDE ET CONVIVIALITÉ



FORMATION