

Produit	Marque	Animal/Végétal	Score NOVA (indicateur de transformation)	Socre Yuka (indicateur de satisfaction)	Green Score (indicateur d'impact environnemental)	NutriScore (indicateur de qualité nutritionnelle)	Nombre d'additifs
Jambon	Fleury Michon	Animal	4/4 - ultra-transformé	72/100 - bon	D - mauvais	C - moyen	2
	La Vie	Végétal	4/4 - ultra-transformé	72/100 - bon	B - bien	C - moyen	1
Nuggets	Père Dodu	Animal	4/4 - ultra-transformé	48/100 - médiocre	E - très mauvais	B - bien	3
	Happyvore	Végétal	4/4 - ultra-transformé	78/100 - excellent	C - moyen	A - très bien	3
Knackis	Herta Original	Animal	4/4 - ultra-transformé	24/100 - mauvais	D - mauvais	E - très mauvais	2
	Herta Veggie	Végétal	4/4 - ultra-transformé	48/100 - médiocre	A - très bien	C - moyen	8
Saumon fumé	Labery	Animal	3/4 - transformé	35/100 - médiocre	F - néfaste	D - mauvais	0
	Ocean Kiss	Végétal	4/4 - ultra-transformé	57/100 - bon	C - moyen	C - moyen	6
Saucisses	Monoprix	Animal	3/4 - transformé	35/100 - médiocre	E - très mauvais	D - mauvais	2
	Heura	Végétal	4/4 - ultra-transformé	78/100 - excellent	B - bien	C - moyen	3

Détails additifs	Défauts nutritionnels	Qualités nutritionnelles
2 sans risque	Un peu trop salé	Bon apport en protéines Peu de graisses saturées et peu de sucre Peu calorique
1 sans risque	Trop salé	Bon apport en protéines et en fibres Peu de graisses saturées et peu de sucre Peu calorique
1 à risque 1 à risque modéré 1 à risque limité	/	Bon apport en protéines et en fibres Peu de graisses saturées, peu de sucre et peu de sel Peu calorique
1 à risque limité 2 sans risque	Un peu trop salé	Bon apport en protéines et en fibres Peu de graisses saturées et peu de sucre Peu calorique
1 à risque limité 1 sans risque	Produit trop gras et trop salé	Bon apport en protéines Peu de sucre Peu calorique
4 à risque limités 4 sans risque	Produit un peu trop salé	Bon apport en protéines et en fibres Peu de graisse saturées et peu de sucre Peu calorique
0	Produit trop salé	Bon apport en protéines Peu de graisses saturées et peu de sucre Peu calorique
3 à risque limité 3 sans risque	Produit trop salé	Bon apport en protéines et en fibres Peu de graisses saturées et peu de sucre Peu calorique
2 sans risque	Produit trop salé et un peu trop gras	Bon apport en protéines Pas de sucre Peu calorique
2 à risque limité 1 sans risque	Un peu trop salé	Bon apport en protéines et en fibres Peu de graisses saturées et peu de sucre Peu calorique

Conclusion

Si on compare ces produits, il semblerait que les 2 produits sont équivalents. Mais le jambon Fleury Michon a un impact environnemental beaucoup plus important.

Sur cet exemple, la version végétale l'emporte haut la main. Les nuggets végétaux sont meilleurs sur le plan nutritionnel et environnemental.

Dans tous les cas, ces produits ne sont vraiment pas bons pour la santé mais à choisir, il vaut mieux les knsckis végétaux. Ils sont meilleurs au niveau environnemental et "moins pire" au niveau nutritionnel.

Ici nous avons 2 profils très différents. Le saumon Labery est mauvais d'un point de vue environnemental et nutritionnel. Mais le saumon Ocean Kiss comporte beaucoup d'additifs et n'est pas très bon au niveau nutritionnel.

Sur cet exemple, la version végétale l'emporte. Les saucisses végétales sont meilleures sur le plan environnemental.

Dans tous les cas, on parle ici de produit trop transformés et trop salés. Ils sont donc à consommer avec modération dans notre alimentation du quotidien.