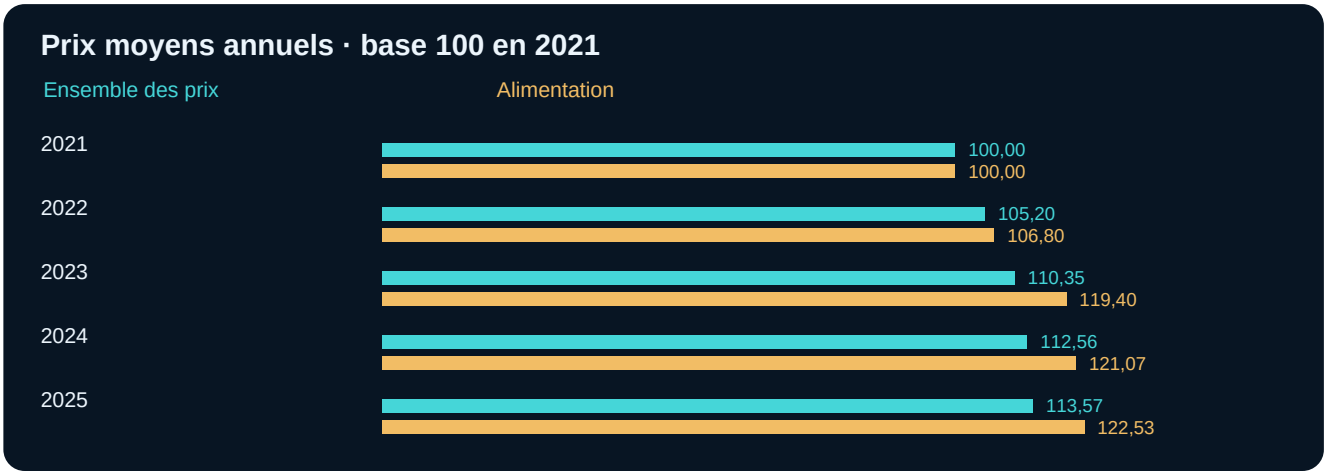
Inflation : combien valait en 2025 un panier de 100 € de 2021 ?

L’inflation a ralenti, mais la hausse accumulée depuis 2021 reste visible dans les budgets. NOVACTUA reconstitue deux paniers de 100 €.

L’essentiel en mots simples

Imaginez que les mêmes courses coûtent un peu plus cher chaque année. Même si elles n’augmentent presque plus la dernière année, toutes les petites et grandes hausses précédentes restent dans le prix que vous payez. C’est l’histoire du panier de 100 € devenu un panier d’environ 123 € pour l’alimentation.



Pourquoi le ticket reste élevé

Si vous aviez dépensé 100 € en 2021 pour un panier reproduisant l’indice général des prix français, le même repère atteindrait environ 113,57 € en moyenne en 2025. En limitant l’exercice à l’alimentation, le résultat monte à 122,53 €. L’écart de près de 9 € entre les deux simulations montre pourquoi des ménages exposés surtout aux dépenses alimentaires peuvent ressentir une hausse plus forte que celle que suggère l’indice général. Les montants sont des reconstitutions à partir des moyennes annuelles, pas des relevés en magasin.

Le choc s’est concentré en 2022 et 2023

La hausse moyenne de l’ensemble des prix est passée de 5,2 % en 2022 à 4,9 % en 2023, puis 2,0 % en 2024 et 0,9 % en 2025. Sur l’alimentation, la hausse de 11,8 % en 2023 s’appliquait déjà à un niveau relevé de 6,8 % en 2022. Ainsi, le panier alimentaire théorique avait déjà franchi 119 € en 2023. Le ralentissement en 2024 et 2025 a limité la hausse supplémentaire, tout en laissant le niveau de prix au-dessus de celui de 2021.

Ce que cela change pour un foyer

À composition constante, un budget alimentaire de 400 € au niveau moyen de 2021 correspondrait à environ 490 € au niveau moyen de 2025. Un foyer qui a changé de produits, d'enseigne ou de quantité peut observer un autre écart. Pour rapprocher l'indice de votre situation, comparez les prix au kilo ou au litre d'un petit panier stable, puis regardez quelle part du budget est réellement consacrée à ce poste. Cette comparaison distingue l'effet du prix de celui de vos achats.

Méthode NOVACTUA

Nous multiplions les variations annuelles successives, chaque hausse s'appliquant au niveau atteint l'année précédente. Nous utilisons les taux Insee arrondis et arrondissons les montants seulement à la fin. Le graphique s'arrête à la moyenne 2025 et ne constitue pas un relevé au mois de novembre 2026.

Pourquoi les foyers ne vivent pas la même inflation

L'indice des prix combine des postes avec des poids qui reflètent une structure moyenne de consommation. En 2025, par exemple, l'Insee observe une hausse moyenne de 2,3 % pour les loyers effectivement payés et une baisse de 8,7 % pour les services de communication. Une moyenne nationale peut donc réunir des mouvements de sens opposés. Un foyer locataire et un foyer propriétaire, ou une famille qui consacre une grande part de son budget aux courses et une autre qui en consacre moins, n'auront pas la même exposition.

Un test simple pour isoler l'effet du panier

Prenons deux budgets fictifs composés uniquement d'alimentation et d'abonnements de communication. En 2025, les prix alimentaires ont augmenté de 1,2 % et les services de communication ont reculé de 8,7 %. Avec des poids de 90 % et 10 %, le panier stylisé augmente d'environ 0,21 %. Avec des poids de 70 % et 30 %, il baisse d'environ 1,77 %. Le cas volontairement simplifié montre le rôle des pondérations. Il ne représente ni un budget moyen, ni une prévision.

Prix, dépenses et pouvoir d'achat

Une hausse de dépenses peut venir d'un changement de prix, d'une quantité achetée plus élevée ou d'un changement de gamme. Le pouvoir d'achat demande en plus des données sur le revenu disponible. Avec un revenu fictif qui augmente de 10 % entre 2021 et 2025, le rapport 1,10 ÷ 1,1357 donne une baisse réelle d'environ 3,1 % rapportée au panier général. Un autre revenu ou panier donnerait un autre résultat.

Limites et protocole de vérification

Les deux paniers représentent des indices et des moyennes annuelles. Ils ne reproduisent pas un ticket réel, les promotions ou l'offre d'un magasin précis. La base 100 est une convention de lecture. On peut reproduire les calculs en reprenant les taux des publications Insee, en les divisant par 100, puis en multipliant les facteurs. Exemple pour l'alimentation : 100 × 1,068 × 1,118 × 1,014 × 1,012. Un calcul à partir des indices non arrondis peut différer légèrement.

Analyse et calculs · Rédaction NOVACTUA · Novembre 2026

Sources et données

Insee · moyennes annuelles de l'IPC en 2025

Insee · les prix en 2023 et 2022

Insee · séries par poste, dont alimentation