

# Vad kostar matsvinnet i hemmet?

Kostnad i inköp för konsument från 2022



---

Denna titel kan laddas ner från: [Livsmedelsverkets publikationer](#)

Citera gärna Livsmedelsverkets texter, men glöm inte att uppge källan. Bilder, fotografier och illustrationer är skyddade av upphovsrätten. Det innebär att du måste ha upphovsmannens tillstånd att använda dem.

© Livsmedelsverket, 2024.

Författare:

Karin Fritz.

Rekommenderad citering:

Livsmedelsverket. Fritz, K. Jonsson, P. 2024. PM 2024: Vad kostar matsvinnet i hemmet?

Livsmedelsverkets PM. Uppsala.

PM 2024

ISSN 1104-7089

Omslag: Livsmedelsverket

# Vad kostar matsvinnet i hemmet?

Årligen slänger varje person i Sverige i genomsnitt 15 kilo mat i sopkorgen och ytterligare 18 kilo hålls ut i avloppet<sup>1</sup>. Sammanlagt är matsvinnet alltså 33 kilo per person och år. Matsvinn är mat som går bra att äta men av olika anledningar inte äts eller dricks upp. För en familj på två vuxna och två barn handlar det om cirka 130 kilo per år.

Matsvinn är en utmaning längs hela livsmedelskedjan där mat hanteras och en betydande del av matsvinnet uppstår i hemmet. Anledningarna till att mat slängs är många och kan vara komplexa. Att slänga mat är ett slöseri med resurser som påverkar miljö och klimat och privatekonomin negativt. Matsvinn är ett slöseri både för individen och för samhället. När mat slängs i hemmet har den en högre miljöpåverkan, eftersom maten slängs i slutet av livsmedelskedjan, efter förädling, packning och distribution.

Enligt Livsmedelsverkets konsumentundersökning 2022<sup>2</sup> ser de flesta både klimatet och miljön samt den egna ekonomin som viktiga anledningar att minska matsvinnet. Kvinnor anser i högre utsträckning än män att både den egna ekonomin och klimatet och miljön är mycket viktiga anledningar. Högutbildade uppger i större utsträckning än personer med gymnasieutbildning att klimatet och miljön är mycket viktiga anledningar till att minska matsvinnet. Ekonomin är en viktigare faktor för de som är bosatta i mindre städer och landsbygdskommuner jämfört med de som bor i storstäder eller storstadsnära kommuner.

Att slänga mat är att slänga pengar och som en följd av de senaste årens ökade livsmedelspriser svarar konsumenterna att de i högre grad: planerar sina inköp, tar vara på matrester och använder sina sinnen för att inte slänga mat i onödan<sup>3</sup>. Konsumenterna tycker att det är viktigare att ta hand om den mat som de köper hem när maten kostar mer.

Eftersom kostnaden är ett viktigt incitament för att minska matsvinnet har vi här räknat ut hur mycket matsvinnet kostar i kronor i hemmet.

Det årliga matsvinnet per person (33 kilo) kostar 1330 kronor. Den del av matsvinnet som slängs i sopkorgen kostar 833 kronor och den mat som hålls ut i vasken kostar 497 kronor. För en familj på fyra personer blir det 5320 kronor under ett år. Eftersom kilopriset skiljer sig åt både mellan och inom olika livsmedelsgrupper påverkas kostnaden av vilken mat som slängs. Kostnaden för matsvinnet utgör 3,1 procent av de totala inköpen av livsmedel. Nedan kan du läsa mer om hur uträkningarna för vad matsvinnet kostar är gjorda.

---

<sup>1</sup> Livsmedelsavfall i Sverige 2022, Naturvårdsverket

<sup>2</sup> Matsvinn i hemmet 2022, Livsmedelsverket

# Kostnadsberäkning av matsvinn

Den senaste nationella statistiken visar att 15 kilo mat slängs i sopkorgen och ytterligare 18 kilo hålls ut i avloppet. För att räkna ut vad den mat som slängs i sopkorgen och avloppet kostar har vi:

- använt oss av fördelningen av livsmedel eller livsmedelskategorier som slängs i sopkorgen från Livsmedelsverkets rapport från 2023 "Vilken mat slängs i hushållen".
- använt oss av oss av fördelningen av livsmedel eller livsmedelskategorier från Naturvårdsverkets rapport "Mängd mat och dryck via avloppet från svenska hushåll 2021".
- Utgått från Matkorgen 2022<sup>4</sup> för att veta vilken typ av livsmedel som köps in av en genomsnittlig konsument.

Viktade kilopris har räknats ut för varje livsmedelskategori<sup>5</sup> som slängs i sopkorgen och avloppet och dessa har sedan multiplicerats med respektive mängd slängd mat för att få en total kostnad. Exempelvis slängs 5,4 kilo frukt och grönsaker och det viktade priset för frukt och grönsaker är 46,10 kronor. Kostnaden blir då 249,10 kronor. För att räkna ut hur stor del av den mat som handlas som sedan blir matsvinn har priset på alla varor i Matkorgen 2022 slagits samman.

**Tabell 1.** Tabell med viktat kilopris för de livsmedelskategorier som slängs i sopkorgen

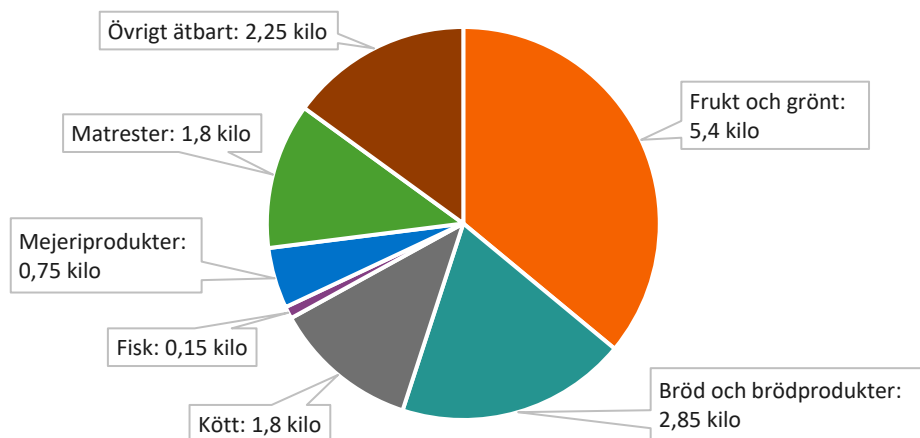
## Vilken mat slängs i sopkorgen?

Livsmedelsgrupp	Andel	Kilo	Viktat pris/kilo	Kostnad totalt i kronor
<b>Frukt och grönt</b>	36%	5,4	46,10	249,10
<b>Bröd och brödprodukter</b>	19%	2,9	47,60	135,60
<b>Kött</b>	12%	1,8	107,70	193,80
<b>Fisk</b>	1%	0,2	218,40	32,80
<b>Mejeriprodukter</b>	5%	0,8	39,30	29,50
<b>Matrester</b>	12%	1,8	47,50	85,60
<b>Övrigt ätbart</b>	15%	2,3	47,50	107,00
<b>Summa</b>				833,30

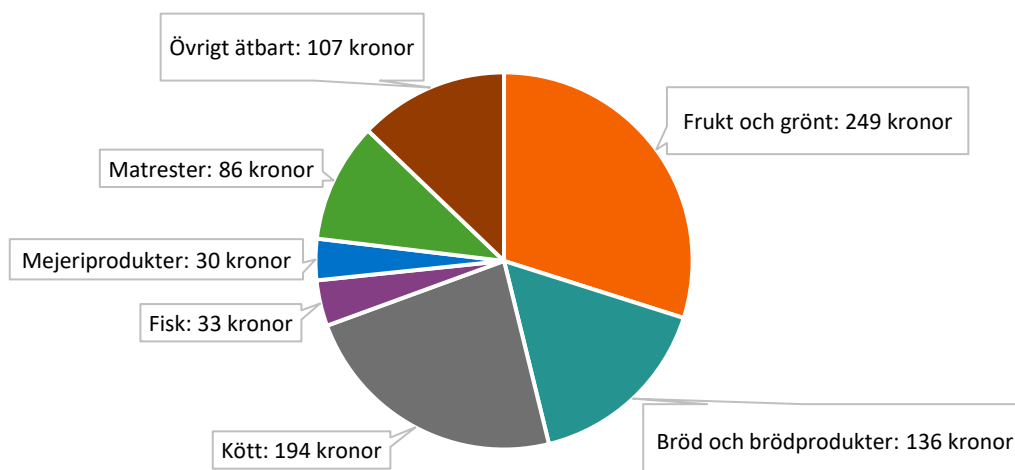
<sup>4</sup> The Swedish Market Basket Study 2022, Livsmedelsverket

<sup>5</sup> Priser för alla livsmedel som ingår i Matkorgen har inhämtats via e-handel för Willys, Ica och Coop under december 2022. För att beräkna kostnaden för inköp har ett genomsnittligt pris för de tre kedjorna av respektive livsmedel tagits fram som sedan multiplicerats med uppskattad inköpsmängd för varje produkt från Matkorgen. Genom att ta den totala kostnaden för respektive livsmedelsgrupp, exempelvis frukt och grönt, delat med mängden utifrån Matkorgen får vi fram ett viktat kilopris.

**Figur 1.** Diagram med kilo matsvinn av olika livsmedelskategorier som slängs i sopkorgen



**Figur 2.** Diagram med kostnaden för de olika livsmedelskategorier som slängs (är matsvinn) i sopkorgen.

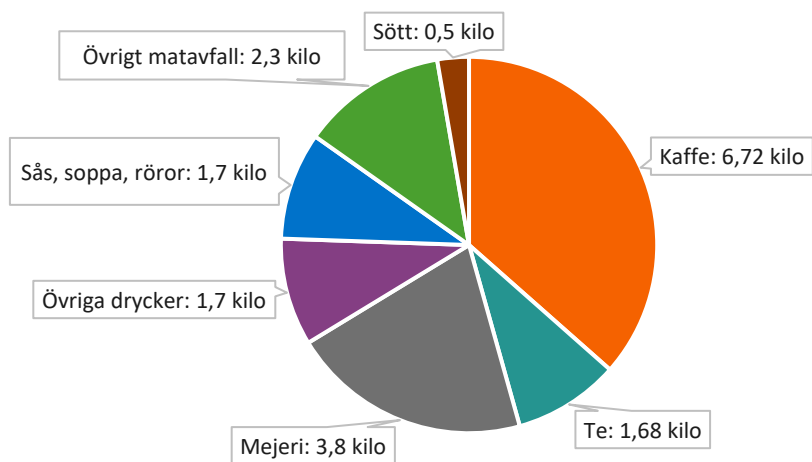


**Tabell 2.** Tabell med viktat kilopris för de livsmedelskategorier som hålls ut i avloppet

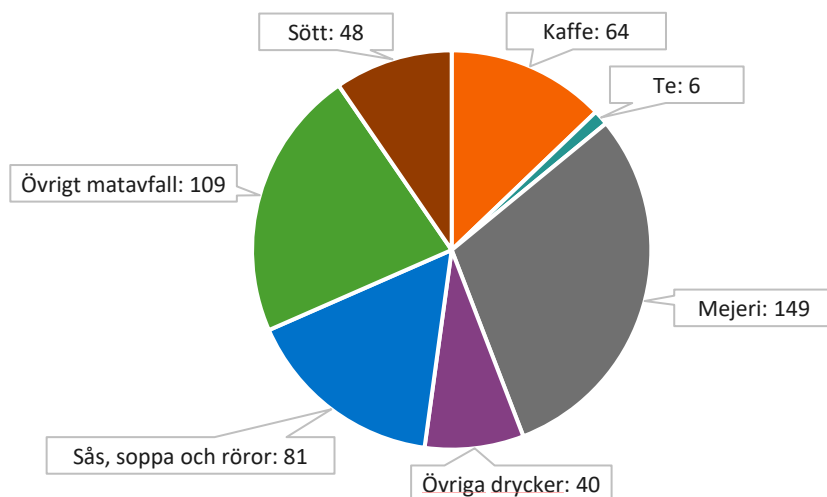
**Vilken mat slängs i avloppet?**

Livsmedelsgrupp	Andel	Kilo	Viktat pris/kilo	Kostnad totalt i kronor
Kaffe	37%	6,72	9,50	63,80
Te	9%	1,68	3,60	6,10
Mejeri	21%	3,8	39,30	149,50
Övriga drycker	9%	1,7	23,40	39,80
Sås, soppa och röror	9%	1,7	47,50	80,80
Övrigt matavfall	13%	2,3	47,50	109,30
Sött	3%	0,5	95,20	47,60
<b>Summa</b>				<b>496,90</b>

**Figur 3.** Diagram med kilo matsvinn av olika livsmedelskategorier som slängs i avloppet



**Figur 4.** Diagram med kostnaden för de olika livsmedelskategorier som slängs (är matsvinn) i avloppet.



Enligt Matkorgen 2022, är den totala kostnaden för den mat som en genomsnittlig individ köper hem under ett år 42 153 kronor, vilket blir 3513 kronor per månad. Denna kostnad ligger i linje med Konsumentverkets referenskostnader för livsmedel 2024. Det betyder att matsvinnet utgör 3,1 procent av den kostnad som läggs på livsmedel.

## **Mer fakta från uträkningarna**

Det genomsnittliga kilopriset 2022 är 87 kronor per kilo, det vill säga medelvärdet av alla priser på de livsmedel som ingår i Matkorgen. Om priset i stället viktas utifrån mängden av de olika livsmedlen som ingår i Matkorgen blir kilopriset 48 kronor. Med viktat pris menas att den totala årskostnaden för livsmedel enligt Matkorgen delas med antal kilo.

Antal kilo som köps under ett år är enligt Matkorgen 887 kilo (här ingår även dryck och tillagat kaffe och te, vilket uppgår till cirka 250 kilo). Här ingår också matsvinn (33 kilo) och oundvikligt matavfall (35 kilo). Det oundvikliga matavfallet är uträknat genom att ben, skal, kärnhus, kaffesump och liknande har vägts när Matkorgen har analyserats.

