

PRO:s prisundersökning 2023



Matpriserna fortsätter att stiga!

PRO:s prisundersökning 2023 visar att matpriserna fortsätter att stiga. En jämförelse av cirka hälften av basvarorna i PRO-kassen visar att maten har blivit 27 procent dyrare på två år. Matpriserna spås ligga kvar på samma höga nivåer och till och med öka under kommande år. Prisökningarna slår hårt mot Sveriges pensionärer och andra med små marginaler.

PRO:s matkasse innehåller fler varor i år. Den består av 46 varor med utvalda varumärken. Prisundersökningen har genomförts av närmare tusen PRO-medlemmar som har besökt över 700 butiker i stora delar av landet. Basvaror som kaffe, te, frukt, mjölk, filmjölk, bordssmör och ägg är några av de varor vi har jämfört med priserna i november 2021. Prisökningen ligger på 27 procent på två år.

Prisökningarna slår hårt mot Sveriges pensionärer

En tredjedel av PRO:s medlemmar har minskat matinköpen på grund av de höga livsmedelspriserna. Det visar en ny medlemsundersökning. Även om matpriserna inte ökar med samma hastighet som under föregående år ligger dock de flesta priser kvar på samma höga nivå. Det ser inte heller ut att bli någon nedgång under kommande år. Matkostnaderna kommer att fortsätta öka med åtta procent under 2024 enligt Konsumentverkets beräkningar.

PRO:s prisundersökning skapar prismedvetenhet

Resultatet från prisundersökningen ger en möjlighet att jämföra priset mellan butiker i hela landet eller i den egna kommunen. Även genomsnittspriser för respektive vara presenteras. På så sätt kan konsumenter jämföra om den egna butiken är dyrare eller billigare än andra butiker. Dessutom kan man jämföra prisnivåer geografiskt i Sverige. Förutom priserna undersöker PRO även hur pensionärsvänliga butikerna är.

PRO har undersökt matpriserna i över 30 år

PRO:s prisundersökning är Sveriges största prisjämförelse som genomförs av konsumenter och i hela landet. Den första undersökningen gjordes 1991. Under flera år hade då pris- och löneökningarna varit höga. Parterna på arbetsmarknaden lyckades förhandla till sig låga löneökningar genom Rehnberg-avtalet. Men för att kontrollera att även priserna hölls nere inledde PRO, LO och Livsmedelsarbetareförbundet ett projekt med stöd av Konsumentverket.

I början gjordes enbart lokala undersökningar. Men 1993 tog PRO ensamma över ansvaret för genomförandet och undersökningen blev rikstäckande. Idag är undersökningens syfte, förutom att pressa priserna, även att skapa en prismedvetenhet hos svenska folket.

Under flera år har PRO även undersökt priserna på nätet. Men på grund av en minskande andel av befolkningen som handlar livsmedel på nätet idag så har den undersökningen fått stå på vänt.

PRO:s prisundersökning 2023

PRO:s prisundersökning genomfördes 25 oktober 2023 och ger en bild av prisnivån på PRO:s matkasse i hela landet. Totalt besöktes **714** butiker varav **622** butiker med fullständiga uppgifter redovisas i sammanställningen. 92 butiker har tagits bort från butiksredovisningen då dessa butiker saknar prisuppgifter för fler än nio varor. Genomsnittspriserna per vara baseras dock på alla undersökta butiker. Varor som saknas i butiken ersätts med detta pris.

Resultatet är uppdelat i mindre eller mellanstora butiker (små) och större varuhus eller stormarknader (stora). Resultatet från undersökningen baseras på **410** små och **212** stora butiker i hela landet. **23** av **26** PRO-distrikt deltog i årets undersökning. Gotland, Medelpad och Ångermanland deltog inte. I Stockholms län undersökte man flest butiker före Skåne, Kalmar län och Södermanland.

Antal undersökta butiker per distrikt – topp fem

Stockholms län	111
Skåne	109
Kalmar län	43
Södermanland	43
Värmland	37

714

butiker i hela
Sverige

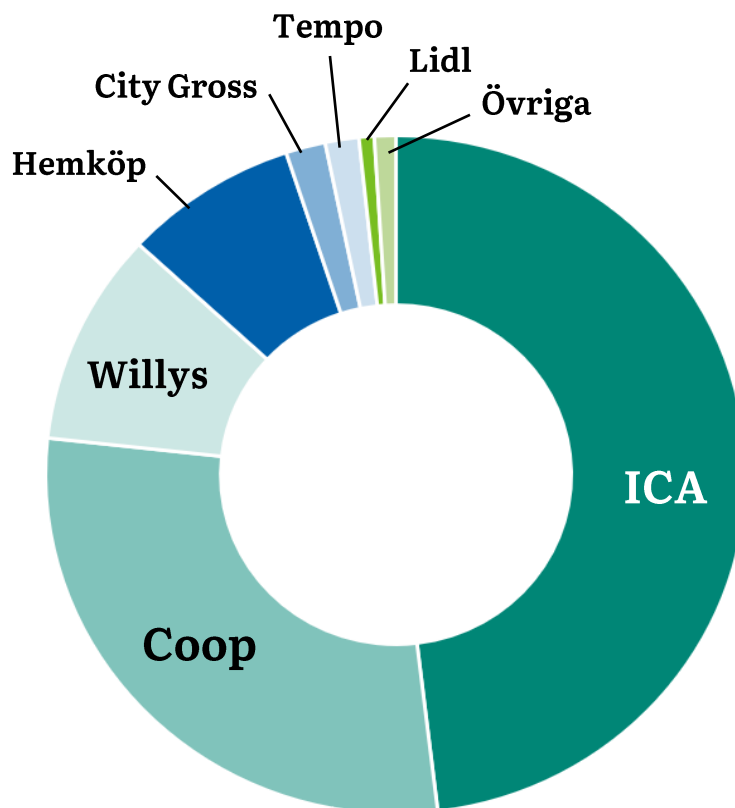


Butiksurvalet

PRO-distrikten bestämmer tillsammans med prisundersökarna själva vilka butiker som ska besökas. Som vanligt undersöks flest butiker från Ica (341) och Coop (203) men även många Hemköp (57) och Willys (72). Detta motsvarar i stort de verkliga marknadsandelarna bland butikskedjorna i Sverige.

Vi får ofta frågan om vi inte undersöker alla butikskedjor och varför. Skälet är att vissa butikskedjor saknar en stor del av de varumärken vi har i kassen. Det innebär att kassen blir ofullständig, då ofta hälften av antalet varor saknas. Vi kan därför inte ta med dem i butiksredovisningen. Detta gäller bland annat de Lidl-butiker (5) vi har undersökt i år. Hos övriga butikskedjor har vi undersökt ungefär lika många som tidigare år. Det gäller City Gross (13) och Tempo (11) samt några övriga (7) som inte tillhör någon av kedjorna.

Fördelning av besökta butiker per butikskedja



Så går prisundersökningen till

PRO:s prisundersökning är den enda som genomförs av konsumenter och i hela landet. Uppdraget som prisundersökare är både viktigt och meningsfullt.

Arbetet som görs ideellt av PRO:s prisundersökare och alla medlemmar är välkomna att vara med. Uppdraget är att under en dag per år gå till en eller flera butiker och anteckna priser på matvarorna i PRO:s matkasse. Innehållet i kassen varierar från år till år. I årets undersökning har vi en majoritet nya produkter men även några varor som har funnits med sedan 2021 eller längre. På dessa varor kan vi jämföra förändringen i prisläget från 2021 till 2023. Vilket är extra intressant med tanke på den snabba inflationstakt vi sett under 2022 och 2023.

Handlarens kontroll och underskrift gör undersökningen bättre

Efter genomförd prisundersökning ber PRO:arna om en underskrift från butiksföreståndaren eller annan ansvarig där de intygar att det är de rätta prisuppgifterna som har samlats in. Att handlaren går igenom priserna och skriver under blir en kvalitetsstämpel – och något de flesta gör. I **62 procent** av butikerna har handlaren skrivit under varulistorna. Antalet underskrifter har minskat succesivt från 2017 då hela 86 procent av butikerna signerade protokollet.

Ett par butikskedjor har rekommenderat handlarna att inte skriva under varulistorna. Det har visat sig tydligast i två butikskedjor där Willys är den butikskedja där lägst andel underskrifter görs. Och så har det sett ut länge. Endast 25 procent av handlarna inom Willys har skrivit under. Även Coop har uppmanat sina butiker att inte signera och kvalitetskolla butikens priser. Endast 34 procent av Coop-butikerna har signerat protokollet. Bäst i klassen är Tempo och Hemköp där alla respektive 90 procent av butikerna har signerat.



Genomsnittspris för PRO-kassen

Genomsnittspriset för PRO:s matkasse med 46 olika varor var **1 495,66 kr** baserat på alla varors genomsnittspris. Genomsnittspriset på kassen i de stora butikerna var **1 400,71 kr** och i de små **1 537,96 kr**. Mellanskillnaden på genomsnittspriset i de stora respektive små butikerna var **137,25 kr** vilket motsvarar **10 procent**.

Billigaste och dyraste priserna

Den billigaste matkassen i undersökningen kostade **1 279,70 kr** och den dyraste **1 705,97 kr**. Skillnaden mellan den dyraste och den billigaste butiken, oavsett storlek, var **426,27 kr**. Matkassen från den dyraste butiken kostar **33 procent** mer än den från den billigaste.



De tre billigaste små butikerna

Butik	Distrikt	Totalpris
ICA Supermarket Knalleland	Södra Älvsborg	1 359,86 kr
ICA Supermarket Tornet Ulricehamn	Södra Älvsborg	1 394,56 kr
ICA Supermarket Mathyttan	Dalarna	1 403,94 kr

De tre billigaste stora butikerna

Butik	Distrikt	Totalpris
Maxi ICA Stormarknad Kumla	Örebro län	1 279,70 kr
ICA Kvantum City Fristad	Södra Älvsborg	1 304,43 kr
Maxi ICA Stormarknad Angered	Göteborg	1 309,38 kr

PRO:s matkasse 2023

Genomsnittspriserna per vara i PRO:s prisundersökning baseras på alla 714 besökta butikens priser för respektive vara. I beräkningen av butikernas pris på PRO:s matkasse används snittpriset för de varor som saknas i butiken.

Vara	Snittpris
Bananer, EKO, 1 kg	29,65 kr
Äpple, Royal Gala klass 1, 1 kg	37,59 kr
Vitkål, hel, klass 1, 1 kg	22,31 kr
Lingongrova, Pågen, 500 g	27,96 kr
Korvbröd, Korvbrödsbagarn 10-pack, 270 g	22,93 kr
Knäckebröd Din stund, Chia & havssalt, Wasa, 260 g	36,07 kr
Digestives Original, McVitie's, 400 g	18,77 kr
Delicatobollar 6 st, 6x40 g, Delicato	24,28 kr
Kaffe, ECO, Arvid Nordqvist, 450 g	73,47 kr
Svart te, earl grey, 25-pack, Lipton	23,18 kr
Långkornigt ris, 10 min, Uncle Ben's, 1 kg	44,44 kr
Gammaldags Idealmakaroner, 750 g	19,98 kr
Taco Kit, Santa Maria, 288 g	39,40 kr
Havrefras, original, 375 g,	39,63 kr
Havregryn, Axa, 1,5 kg	28,96 kr
Mjöl, rågsikt, Kungsörnen, 2 kg	28,96 kr
Ljus sirap, Dansukker, 750 g	21,36 kr
Russin, Sun Maid, 250 g	32,57 kr
Cacao ögon, Fazer, 400 g	59,63 kr
Senap Original, Slotts, 450 g	21,15 kr
Kikärtor, 480 g, Zeta	19,84 kr
iKaffe, havredryck, Oatly 1 liter	22,05 kr
Nötfärs eko, krav, ca 12 %, 500g	69,52 kr
Kokkorv Original, Sibylla, konserv 300 g	43,80 kr
Matjesill klassisk, Abba, 215 g	25,92 kr
Caviar, Grovkornig stenbitsrom svart, Abba, 80 g	42,84 kr
Kaviar, Kalles original, 190 g	28,19 kr
Leverpastej, ugnsbakad, Scan, 200 g	16,65 kr
Pastasås Mild ost, Kelda, 400 ml	36,23 kr
Potatissallad Original, Rydbergs, 400 g	21,78 kr
Ägg 6-pack, Frigående	21,95 kr
Bregott, 75 %, 600 g	61,03 kr
Messmör, 450 g, Fjällbrynt	33,38 kr

Philadelphia, original, naturell färskost, 200 g	26,07 kr
Smör- & rapsolja original, flytande, Arla Köket, 5 dl	29,26 kr
Standardmjölk 3 % svensk, 1 liter	13,68 kr
Filmjölk 3 % svensk, 1 liter	14,85 kr
Turkisk yoghurt, 10 %, Salakis, 1000 g	36,97 kr
Apelsinjuice, God morgon Orange, 1 liter	24,30 kr
Proviva blåbär, bärdryck, 1 liter	33,16 kr
Krögarpytt, Felix, 720 g	53,11 kr
Fiskpinningar frysta, Originalet, Findus, 750 g	56,89 kr
Svenska ärter, frysta, Findus, 600 g	27,41 kr
Avokado, fryst tärnad i papplåda, 250 g	33,42 kr
Gräddglass, vanilj, Sia, 0,5 liter	20,99 kr
Väst kustchips, gräddfil & lök, 180 g, Estrella	30,08 kr
	1 495,66 kr

Jämför!

Är varorna
dyrare eller
billigare i din
butik?



Prisjämförelse 2021 till 2023

Vi har jämfört priserna från 2021 till 2023 på ett antal utvalda basvaror från prisundersökningen. Det visar sig att priset på maten ökat med **27 procent** på två år. Ser man bara på maten på frukostbordet så har den ökat med ännu mer – 28 procent under två år. Några av varorna har sjunkit i pris under 2023 efter en rejäl prishöjning under föregående år. Det gäller till exempel Bregott, mjölk och filmjölk.

Vara	2021	2022	2023	↑ 21–23
Bananer, EKO, 1 kg	24,56 kr	28,71 kr	29,65 kr	21%
Äpple, Royal gala, 1 kg	28,86 kr	32,45 kr	37,59 kr	30%
Kaffe, ECO, Arvid Nordqvist, 450 g	53,41 kr	71,64 kr	73,47 kr	38%
Te-påsar, Earl Grey, Lipton, 25-pack	19,74 kr	20,58 kr	23,18 kr	17%
Långkornigt ris, Uncle Ben's, 1 kg	30,75 kr	39,52 kr	44,44 kr	45%
Gammaldags Idealmakaroner, 750 g	17,17 kr	20,03 kr	↓ 19,98 kr	16%
Mjöl, rågsikt, Kungsörnen, 2 kg	23,69 kr	29,75 kr	28,96 kr	22%
Ljus sirap, Dansukker, 750 g	18,17 kr	18,44 kr	21,36 kr	18%
Russin, Sun Maid, 250 g	26,38 kr	31,76 kr	32,57 kr	23%
Cacao ögon, Fazer, 400 g	42,34 kr	54,49 kr	59,63 kr	41%
Senap Original, Slotts, 450 g	16,53 kr	19,69 kr	21,15 kr	28%
Kaviar, Kalles original, 190 g	21,51 kr	26,44 kr	28,19 kr	31%
Leverpastej, ugnsbakad, Scan, 200 g	15,23 kr	17,44 kr	↓ 16,65 kr	9%
Ägg 6-pack	16,06 kr	21,19 kr	21,95 kr	37%
Bregott, 75 %, 600 g	48,29 kr	68,39 kr	↓ 61,03 kr	26%
Standardmjölk 3 % 1 liter	10,98 kr	14,58 kr	↓ 13,68 kr	25%
Filmjölk 3 % 1 liter	11,98 kr	15,98 kr	↓ 14,85 kr	24%
Apelsinjuice, God morgon Orange, 1 liter	20,89 kr	22,59 kr	24,30 kr	16%
Svenska ärter, frysta, Findus, 600 g	23,22 kr	24,69 kr	27,41 kr	18%
Gräddglass, vanilj, Sia, 0,5 liter	18,34 kr	19,77 kr	20,99 kr	14%
	488,10 kr	598,13 kr	621,02 kr	27%

Jämförelsen stämmer med SCB:s siffror

Enligt SCB var priset för livsmedel nästan 26 procent högre vid tiden för prisundersökningen jämfört med två år tidigare, det vill säga november 2021. Kaffe, te, kakao, fisk, oljor och fetter är varugrupperna som ökat mest i pris. Jämförelsevis så steg priserna endast med 1,8 procent från november 2019 till samma månad 2021.

28%

dyrare frukost
än för två år sen




Geografiska skillnader

Prisskillnaden mellan det billigaste och det dyraste distriktet i butiksundersökningen är **109,52 kr**. I Södra Älvsborg är det billigast och matkassen kostar där i snitt **1444,90 kr** medan du betalar **1554,42 kr** i snitt i Västerbotten. Skillnaden är **8 procent**.

Gotland, Medelpad och Ångermanland deltog inte i årets undersökning. Tabellen visar distriktens medelpris på PRO-kassen i alla undersökta distrikt.

Distrikt	Antal butiker	Medelpris
Södra Älvsborg	20	1 444,90 kr
Göteborg	21	1 456,80 kr
Halland	25	1 461,00 kr
Skåne	95	1 463,03 kr
Blekinge	6	1 464,39 kr
Västmanland	6	1 468,93 kr
Kronoberg	19	1 469,54 kr
Örebro län	21	1 470,26 kr
Södermanland	41	1 475,17 kr
Skaraborg	8	1 477,79 kr
Värmland	33	1 483,43 kr
Jönköpings län	16	1 483,72 kr
Kalmar län	33	1 486,17 kr
Gävleborg	6	1 486,38 kr
Dalarna	20	1 488,23 kr
Östergötland	29	1 491,20 kr
Bohuslän	22	1 501,68 kr
Norra Älvsborg	19	1 505,48 kr
Uppsala län	18	1 520,83 kr
Stockholms län	105	1 526,87 kr
Jämtlands län	25	1 528,68 kr
Norrbottn	12	1 532,89 kr
Västerbotten	22	1 554,42 kr



Södra
Älvsborg:
1445 kr

Jämför!

Vad kostar
maten i din del
av landet?

Pensionärsvänlig butik

PRO undersöker även vilken service som erbjuds pensionärer och andra. Vi vill visa uppskattning till de handlare som ser, och anstränger sig för, dem med extra behov. Därför utser vi pensionärsvänliga butiker.

Jämför!

Hur pensionärsvänlig är din butik?

I samband med prisundersökningen har PRO ställt frågor om hur pensionärsvänliga de undersökta butikerna är. Vi ser inga stora skillnader i andelen som svarat ja på frågorna jämfört med tidigare år. Det är positivt att se att man fortfarande kan betala med kontanter i nästan alla undersökta butiker.

66 %

I 66 % av butikerna finns det sittplats innanför kassorna.

65 %

I 65 % av butikerna finns det kundtoalett i anslutning till butiken.

99 %

I 99 % av butikerna kan du använda kontanter under butikens hela öppettid.



94 %

I 94 % av butikerna finns det möjligheter att ta ut kontanter i butiken.

56 %

I 56 % av butikerna finns det möjligheter att ta ut kontanter i anslutning till butiken.

62 %

...av butikerna har pensionärsrabatt någon dag eller tid varje vecka.

37 %

...av butikerna erbjuder hemleverans av varor från butiken.



69 %

I 69 % av butikerna är man utbildad i bemötandet av personer med olika svårigheter.

För att en butik ska anses som pensionärsvänlig ska svaret på samtliga ställda frågor vara ja. Dessutom bör handlaren ha signerat protokollet och butikens prisläge ligga bland de billigare i distriktet i sin storleksklass.

Av de 714 butiker som besöktes i årets prisundersökning var sammanlagt **26** butiker pensionärsvänliga enligt de uppsatta kriterierna. Det betyder att endast **4 procent** av butikerna klarar våra krav för pensionärsvänlig butik. Här nedan visar vi de butiker som klarar kraven.

Pensionärsvänliga butiker 2023

Maxi ICA Stormarknad Karlskrona

ICA Supermarket Rödeby Allivs

ICA Kvantum Uddevalla

Maxi ICA Stormarknad Falun

ICA Kvantum Sätra Gävle

ICA Kvantum Bäckebo

Maxi ICA Stormarknad Torshälla

Maxi ICA Stormarknad Kungsbacka

ICA Supermarket Hovmantorp

Maxi ICA Stormarknad Älmhult

Maxi ICA Stormarknad Burlöv

ICA Kvantum Hörby

Maxi ICA Stormarknad Löddeköpinge

Maxi ICA Stormarknad Råå

ICA Kvantum Åhus

Maxi ICA Stormarknad Botkyrka

Maxi ICA Stormarknad Haninge

ICA Supermarket Sjöstad

Maxi ICA Stormarknad Nynäshamn

Maxi ICA Stormarknad Nyköping

Maxi ICA Stormarknad Katrineholm

ICA Supermarket Tornet Ulricehamn

Maxi ICA Stormarknad Stenhagen Uppsala

ICA Supermarket Kil

Maxi ICA Stormarknad Kumla

Hemköp Linköping Ryd

Pensionärs-
vänlig butik

4 %

Endast 4 %
klarar våra krav

PRO

© Januari 2024, Pensionärernas Riksorganisation
Text: Ola Nilsson
Foto: Anneli Nygårds
www.pro.se