

2026-03-17



Webbinarium: Räcker maten?

Sveriges näringsmässiga
försörjningsgrad

Rasmus Einarsson & Elin Röös

Institutionen för energi och
teknik

Sveriges lantbruksuniversitet





KONSUMENT

FÖRETAG

IN E

EXPRESSEN

Varannan tugga är importerad mat

Publicerad 9 feb 2023 kl 17.00

Uppdaterad 8 mar kl 15.16

Sveriges livsmedelsproduktion har rasat i förhållande till hur mycket vi konsumerar.

Vi behöver en ny strategi för en ökad och uthållig livsmedelsförsörjning, skriver Kristdemokratiska bondeförbundet.

förmåga

inlägg



VÄSTMANLANDS
TINGSRÄTT
Avdelning 2

DOM
2017-08-21

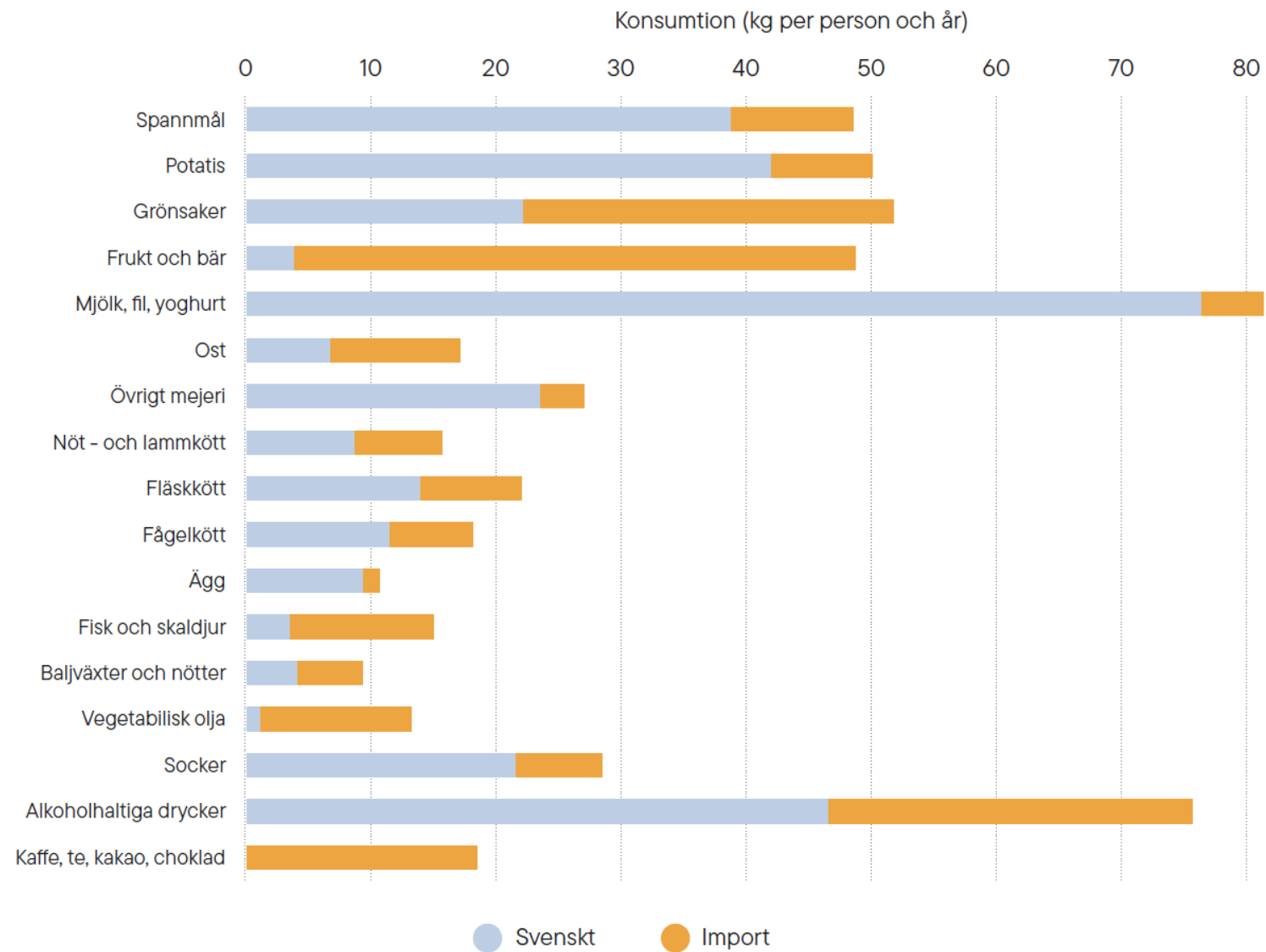


- **PLATE**

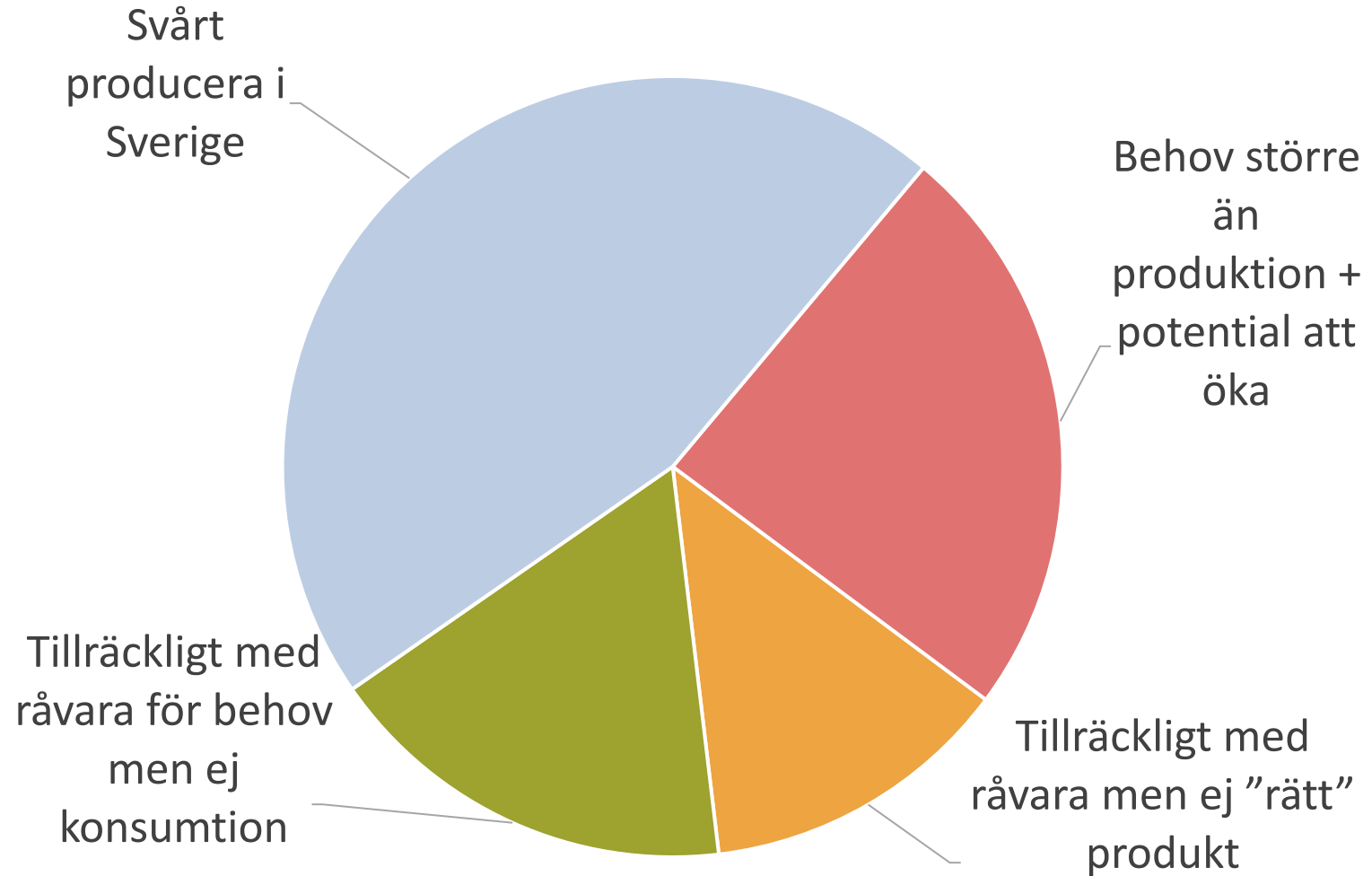
Varför så stor import?



● PLATE



● PLATE





Hem > Nyheter > Varannan tugga importerad – bara hälften kan äta sig mätta vid kris

Varannan tugga importerad – bara hälften kan äta sig mätta vid kris

Östgötsk mat för framtiden - Regional livsmedelsstrategi

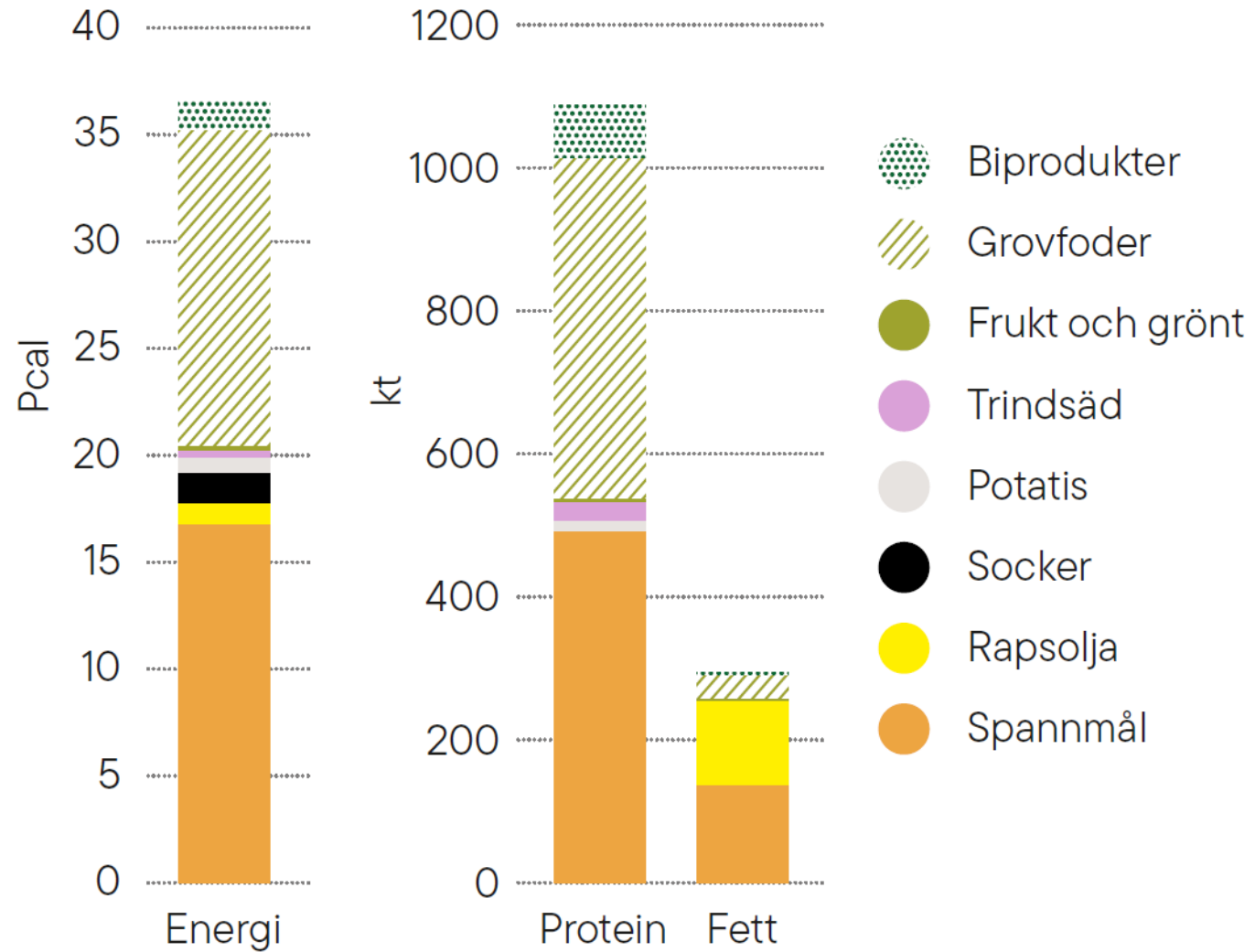
Varannan tugga är importerad - Det är en av anledningarna till varför efterfrågan i dag på östgötska...



● PLATE

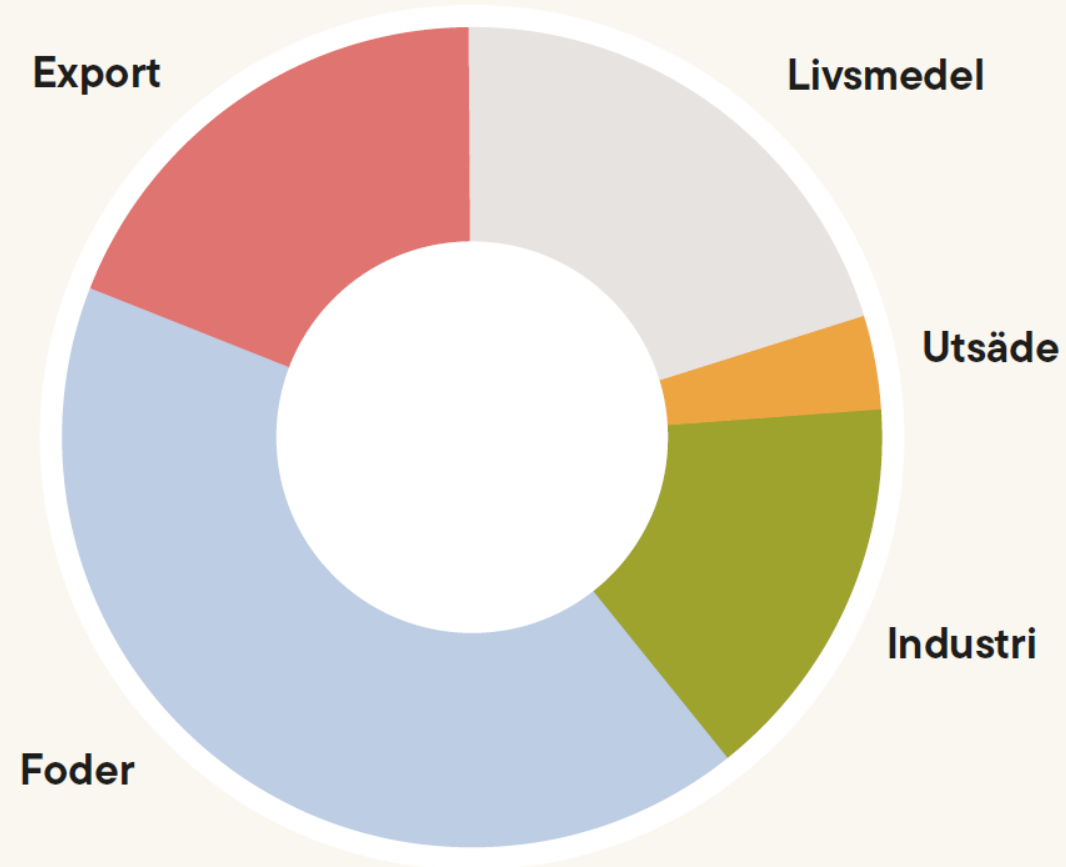
Andelen importerade livsmedel i den nuvarande svenska kosten säger ingenting om hur stor mängd ätbara råvaror som produceras i Sverige i förhållande till befolkningens näringsbehov.

Produktion från svensk åkermark 2024

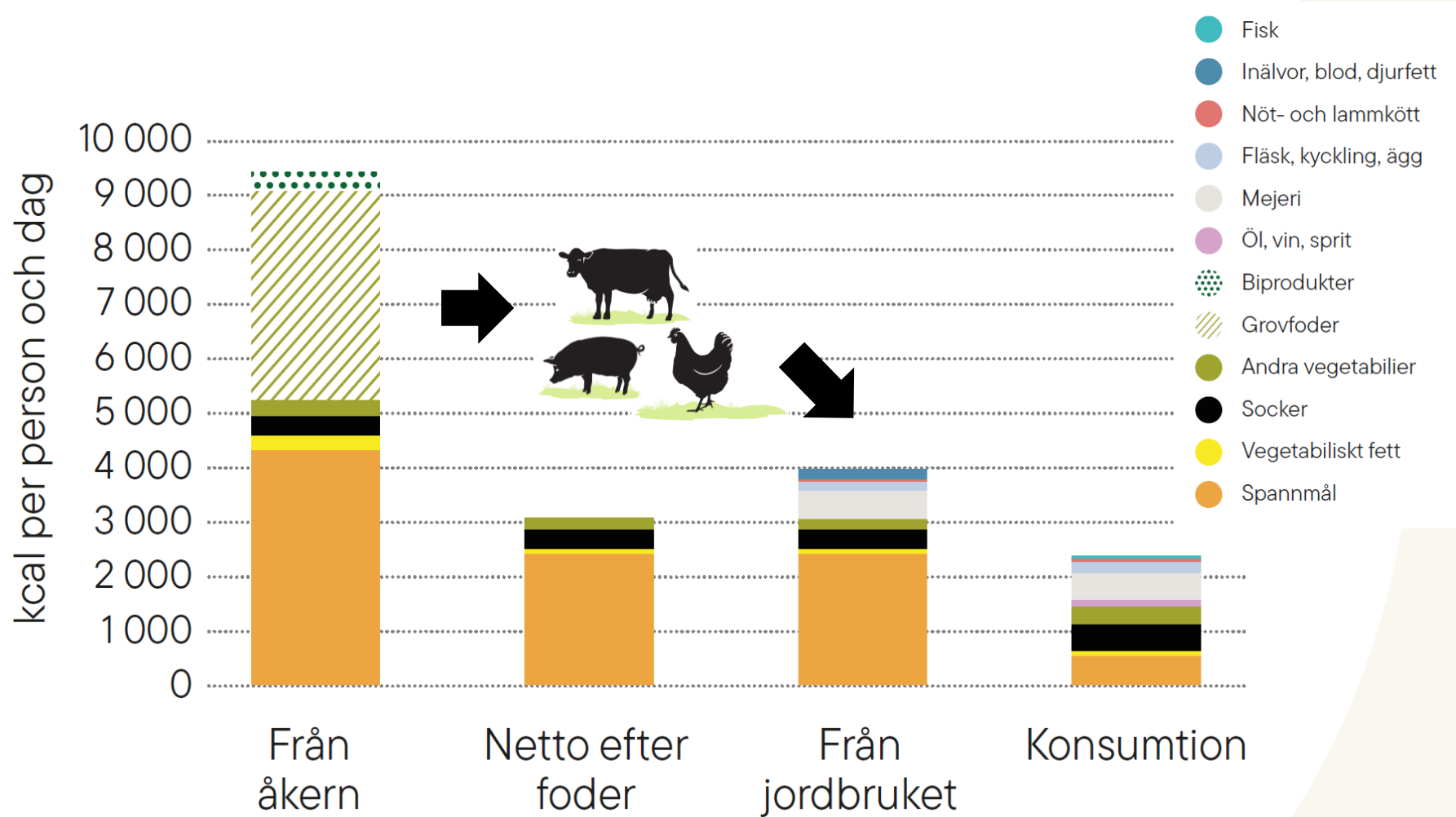


● PLATE

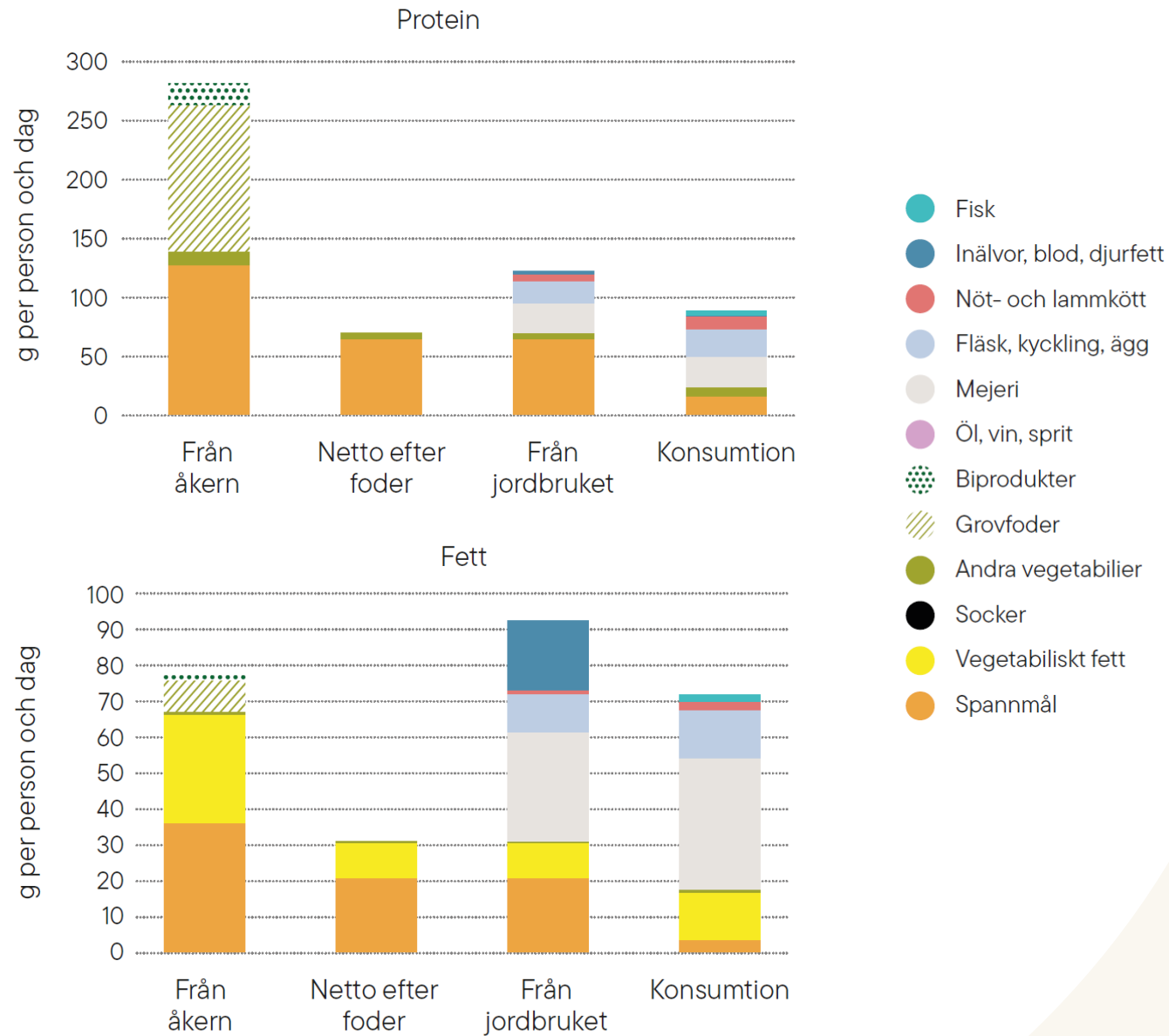
Spannmålsskördens användning



Energi från svenskt jordbruk 2024

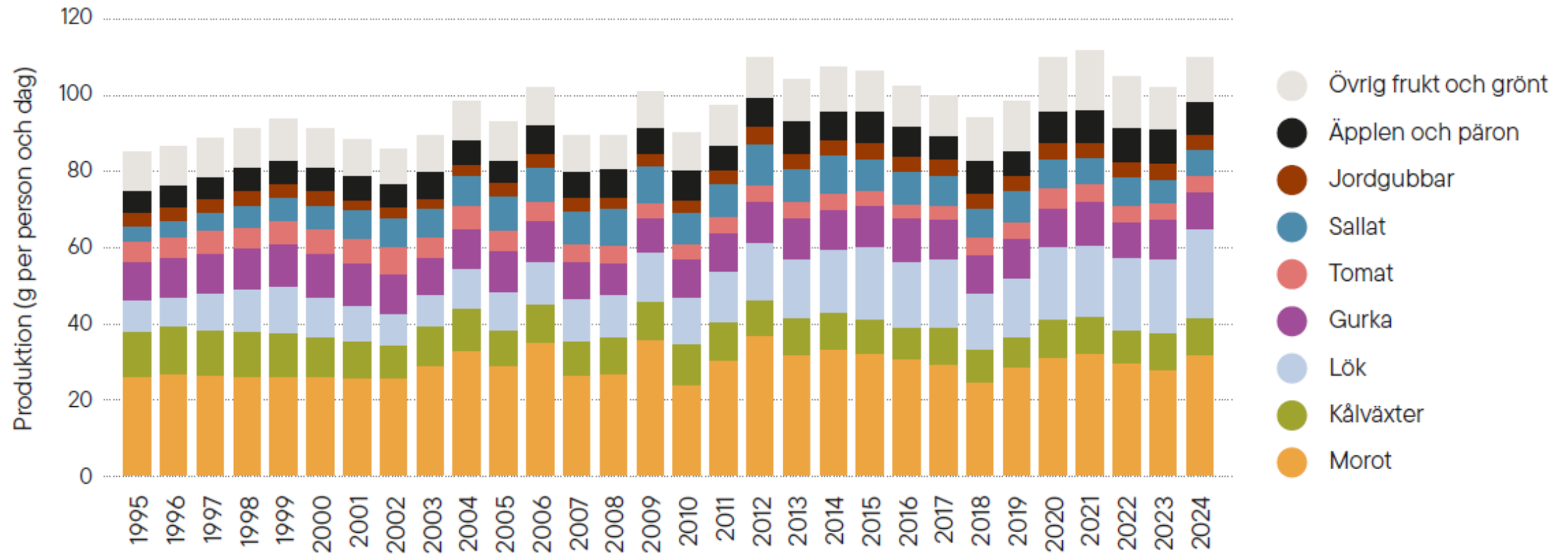


Protein och fett från svenskt jordbruk 2024



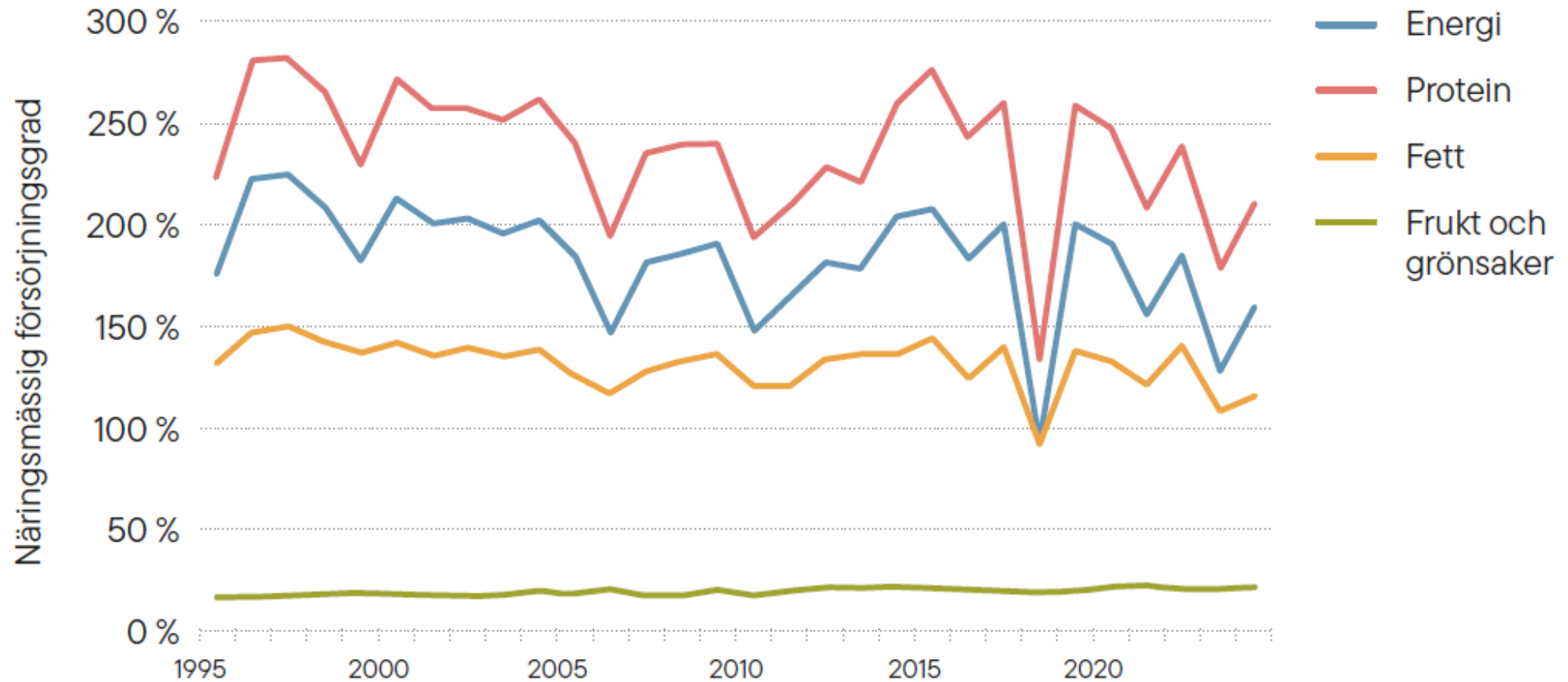
● PLATE

Produktion av frukt, bär och grönsaker från svenskt jordbruk



● PLATE

Näringsmässig försörjningsgrad



● PLATE



Livsmedelsgrupp	Svenska produktionen per person (g per dag)	Svenska total-konsumtionen per person (g per dag)	Kostrekommendation enligt de nordiska näringsrekommendationerna (NNR; Blomhoff m.fl., 2023) ooh de svenska kostråden (Livsmedelsverket, 2025e)
Spannmål	715	165	Minst 90 g fullkorn per dag
Vegetabiliskt fett	10	21	Minst 25 g vegetabilisk olja om dagen (NNR)
Socker	88	118	< 10 E%, motsvarar cirka 50-60 g per dag
Potatis	215	228	Potatis bör ingå som en "betydande del" av kosten (NNR)
Trindsäd (1)	0	4	Baljväxter bör ingå som en betydande del av kosten (NNR). Ät bönor, ärter och linser ofta – gärna varje dag (svenska kostråden)
Frukt och grönt	110	393	500-800 g per dag enligt NNR, minst 500 g om dagen enligt de svenska kostråden
Mejeri-produkter (2)	725 helmjölk (700 kcal per kg, 3,4 % protein och 4 % fett)	330 mjölkprodukter (1400 kcal per kg, 8 % protein, 11 % fett)	350-500 g per dag (Ingen strikt rekommendation utan ett exempel på mängd för att täcka behovet av kalcium, jod och vitamin B12)
Ägg, vikt utan skal	30	34	Ett måttligt intag av ägg kan vara en del av en hälsosam kost (NNR)

● PLATE



Livsmedelsgrupp	Svenska produktionen per person (g per dag)	Svenska total-konsumtionen per person (g per dag)	Kostrekommendation enligt de nordiska näringsrekommendationerna (NNR; Blomhoff m.fl., 2023) ooh de svenska kostråden (Livsmedelsverket, 2025e)
Benfritt nöt- och lammkött	26	48	Max 350 g tillagat rött kött i veckan (motsvarar cirka 60 g benfritt kött om dagen)
Benfritt fläskkött	43	53	
Benfritt fågelkött	36	51	
Övrigt kött, benfritt	Ingen data	3	
Inälvor	7	3	
Blod	8	ingen data	
Animaliskt fett	19	ingen data	

● PLATE

Försörjningsgrad =
produktionen / befolkningens **konsumtion**
av olika varugrupper.

Näringsmässig försörjningsgrad =
produktionen / befolkningens **behov**
i termer av energi, protein och fett
samt rekommenderat intag av frukt och grönt.

● PLATE

Livsmedelsberedskap är *”verksamhet som syftar till att upprätthålla **den livsmedelsförsörjning som är nödvändig för befolkningens överlevnad**, för att säkerställa de viktigaste samhällsfunktionerna samt för att bidra till det militära försvarets förmåga”*
(Ds 2023:34, 188).

● PLATE

En hälsosam och
hållbar kost



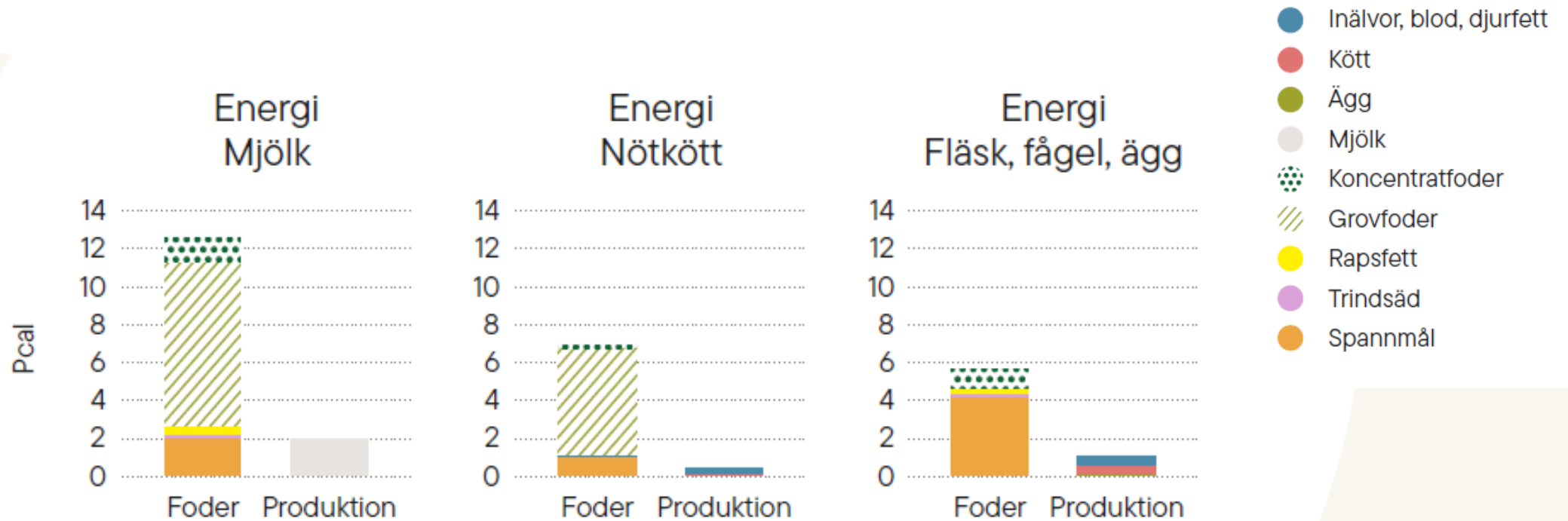
Överlevnad

Dagens
konsumtion



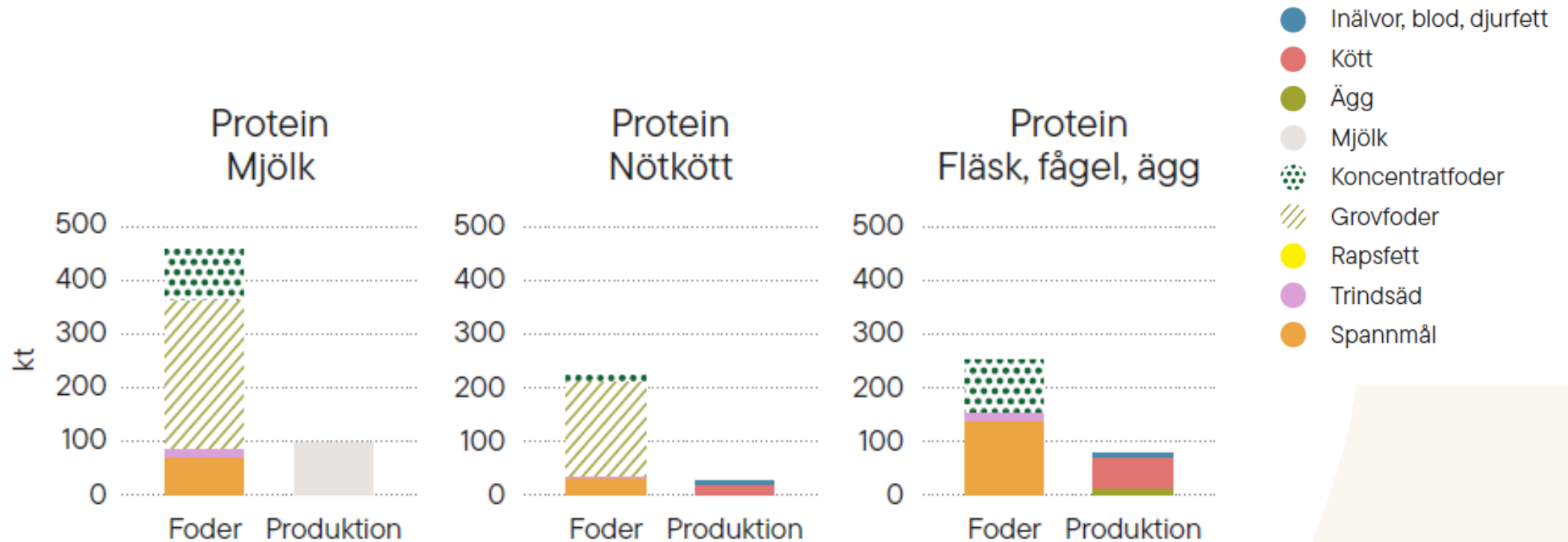
● PLATE

Animalieproduktionens bidrag till livsmedelsförsörjningen



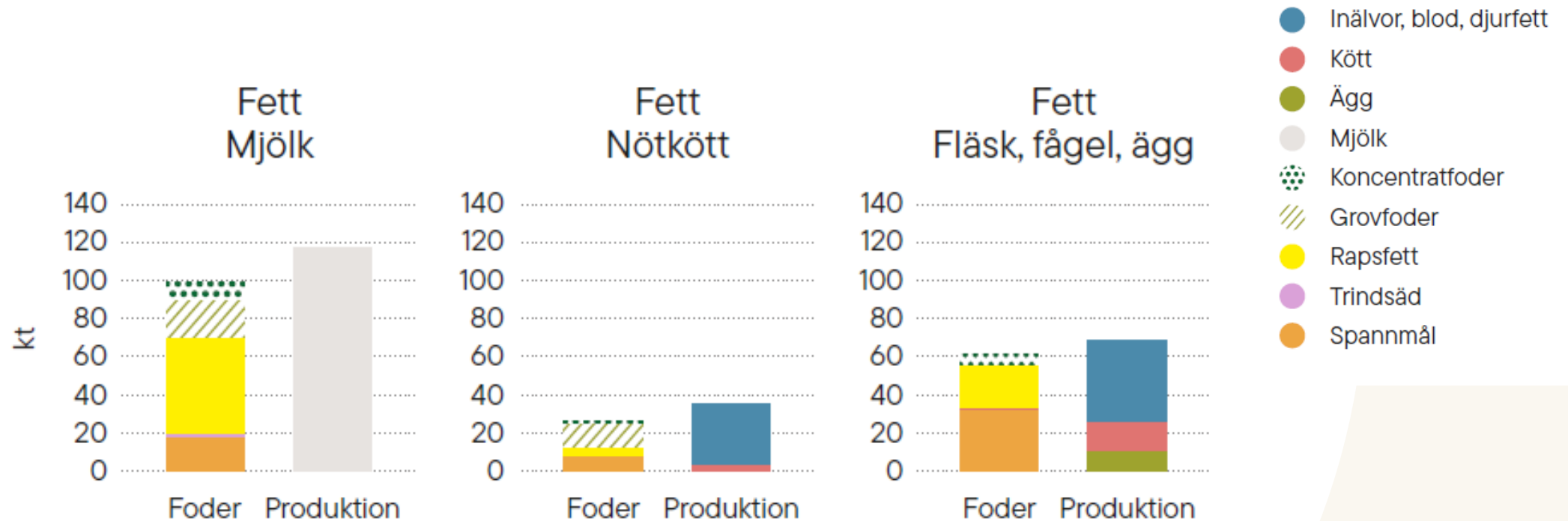
● PLATE

Animalieproduktionens bidrag till livsmedelsförsörjningen

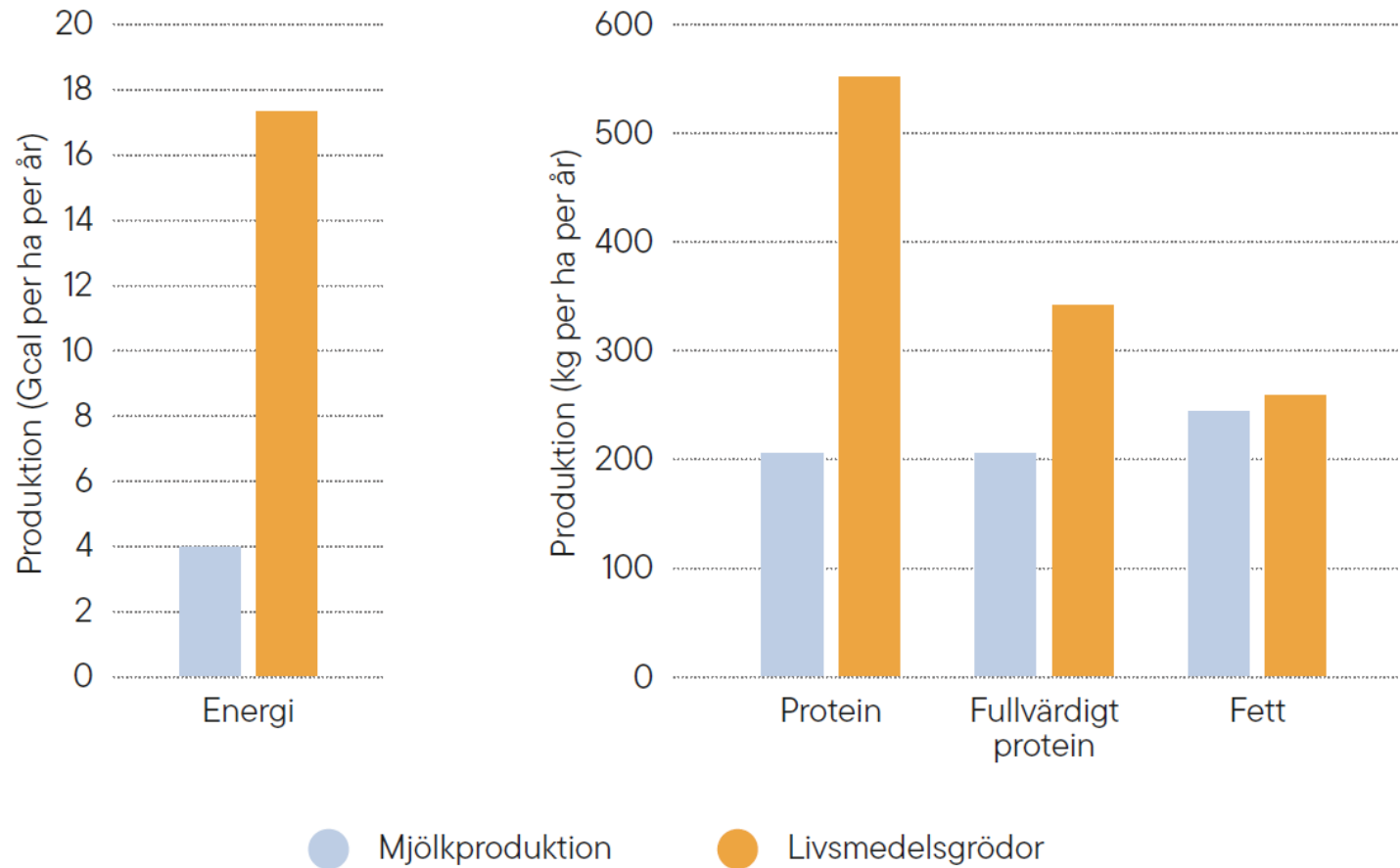


● PLATE

Animalieproduktionens bidrag till livsmedelsförsörjningen

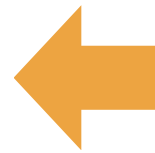
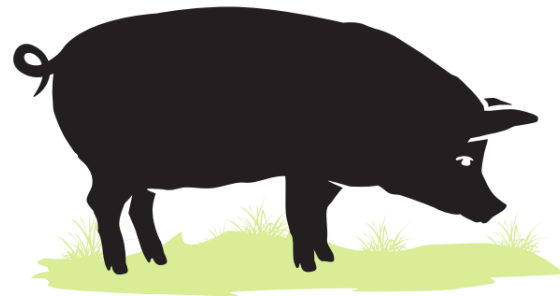


Mer mat från vegetabilieproduktion



● PLATE

Djur som levande lager?



5000-6000 kcal per dag

- Om alla djur slaktas -> räcker i 18 dagar
- Fodret i foderlagren efter skörd -> räcker i 270 dagar

● PLATE

Sammanfattning

- Hög importandel \neq låg råvaruproduktion
- Sverige har en hög näringsmässig försörjningsgrad
- Importstopp medför inte plötslig brist på mat
- Försörjningsförmåga kräver mer än försörjningsgrad
- Behövs åtgärder i och utanför jordbruket för att stärka försörjningsförmågan
- En strategi som utgår från befolkningens faktiska behov innebär sannolikt bättre förutsättningar för både försörjningsförmåga, folkhälsa och miljö/klimat.



PLATE

Forskningscentrum för
resilienta måltider

Stockholm
Resilience Centre



Beijer
Institute
OF ECONOMIC RESEARCH

