



# Livsmedelsverket

## Matsvinn julmat 2023

GENOMFÖRD AV ORIGO GROUP  
JANUARI 2024

**Origo Group**

# Innehåll

Sammanfattning 2

Resultat 5

Bakgrund 22

Om undersökningen 23

Om respondenterna 27

# Sammanfattning

## NÄSTAN ALLA FIRAR JUL MEN VAR TREDJE SLÄNGER MAT SOM VAR TÄNKT ATT ÄTAS UNDER JULEN

96 procent av de svarande uppger att de åt julmat under julen 2023. Av dem uppgav 62 procent att de firade jul hemma. Män samt åldersgruppen 50-64 år uppger i högre utsträckning att de firade jul hemma. Även boende i Stockholm firar i högre utsträckning jul hemma.

Var tredje som firat jul och ätit julmat uppger att de själva eller sällskapet de firade jul med kastade mat som de planerat att äta. Yngre i åldern 18-34 år kastar mer mat än dem som är 50 år och äldre. Boende i Stockholm uppger i högre utsträckning att de kastar mat.

## MATSVINNET ÄR STÖRRE UNDER JULEN

42 procent av de svarande uppger att de kastade mer mat under julen 2023 jämfört med vad de gör till vardags. 30 procent kastade mindre mat.

Män uppger i högre utsträckning att de slänger mycket mat jämfört med kvinnor under julen och yngre 18-34 år kastar mycket mer mat än dem som är 50 år och äldre. Boende i Stockholm uppger i högre utsträckning att de kastar mat.

# Sammanfattning

## 40 PROCENT KASTADE MINDRE MAT JULEN 2023 JÄMFÖRT MED TIDIGARE JULAR

40 procent uppger att de kastade mindre mat julen 2023, 43 procent att de kastade lika mycket som vanligt och 15 procent uppger att de kastade mer mat än vad de gjort andra jular.

Kvinnor och åldersgrupperna 50 och äldre upplever att de kastade mindre mat julen 2023 jämfört med andra jular.

Boende i Småland med öarna (Gotland/Öland) upplever i högre utsträckning att de kastade mindre mat jämfört med genomsnittet i Sverige.

## SILL, LAX, ANNAN FISK OCH JULSKINKA ÄR DE LIVSMEDEL SOM FLEST KASTAR

Av dem som slängt mat under julen 2023 uppger 46 procent att de kastade sill, lax eller annan fisk. 41 procent kastade julskinka. Ost och mejeriprodukter tillsammans med godis och snacks är de livsmedel som kastas i lägst utsträckning.

## FRÄMSTA SKÄLET ATT KASTA MAT ÄR ATT MAN TILLAGAT FÖR MYCKET ELLER KÖPT FÖR MYCKET MAT

39 procent uppger att främsta skälet att kasta mat är att man tillagat för mycket och 31 procent svarar "köpt för mycket". 27 procent uppger att maten känns ofräsch, 25 procent att den blivit dålig och 23 procent att man tagit för mycket på tallriken. 10 procent kastar maten för att de inte vill riskera att bli sjuk.

# Sammanfattning

Kvinnor uppger i högre utsträckning att de kastat maten för att den blivit dålig. Yngre, 18-34 år, har i högre utsträckning kastat mat för att de tagit för mycket på tallriken eller att de tröttnat på att äta samma mat flera dagar.

Äldre, 65-79 år kastar i högre utsträckning mat för att den blivit dålig/oätlig.

## 87 PROCENT UPPGER ATT DE PÅ NÅGOT SÄTT ÄNDRAT SITT AGERANDE AVSEENDE MAT JULEN 2023

Drygt var tredje svarande uppger att de köpt/tillagat mindre mat, planerat inköpet mer och försökt hålla nere antalet rätter. 19 procent har tagit bättre tillvara på rester och 13 procent har i högre grad frusit in mat. 19 procent uppger att

de lagat mer mat och 13 procent att de agerat precis som vanligt julen 2023 jämfört med andra jular.

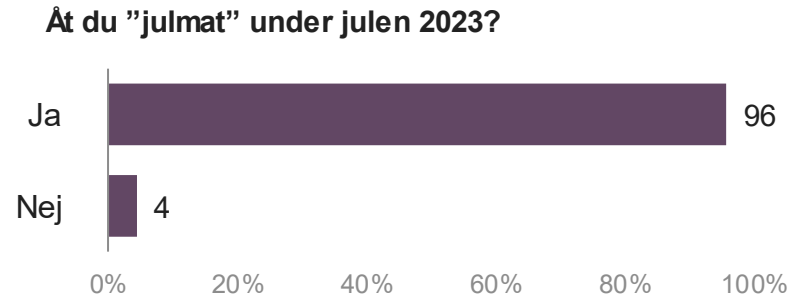
Män uppger i högre utsträckning än kvinnor att de köpt/lagat mer mat julen 2023. Åldersgruppen 50-64 år har i högre utsträckning än snittet köpt/tillagat mindre mat och försökt hålla nere antalet rätter. Åldersgruppen 65-79 år har i högre utsträckning agerat som vanligt.

# Resultat



# Konsumtion av Julmat

Nästan samtliga, 96 procent, har ätit julmat under julen 2023.



Bas: Samtliga respondenter (2 267 svar).

# Konsumtion av Julmat

## Signifikanta skillnader mellan grupper

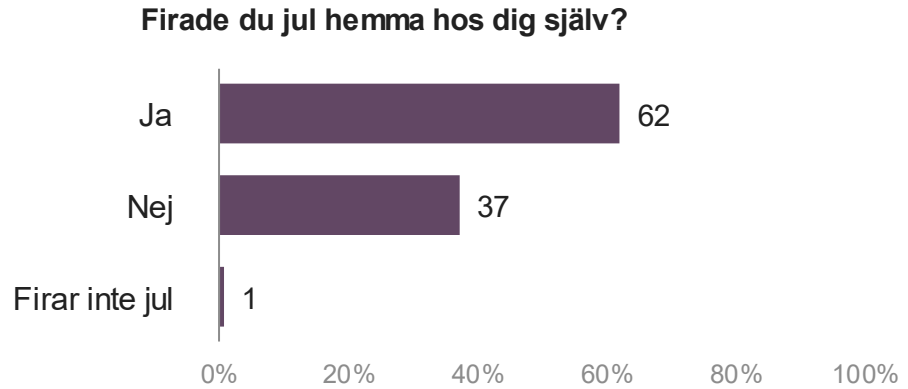
### **De skillnader som framkommer är dessa:**

- Inga signifikanta skillnader mellan grupperna kön, ålder och region. Samtliga grupper åt julmat 2023 i hög utsträckning.



# Julfirande

En majoritet, 62 procent, firade jul hemma hos sig själva. 37 procent firade inte jul hemma och 1 procent firade inte jul alls.



Bas: Åt "Julmat" under julen 2023 (2 165 svar).

# Julfirande

## Signifikanta skillnader mellan grupper

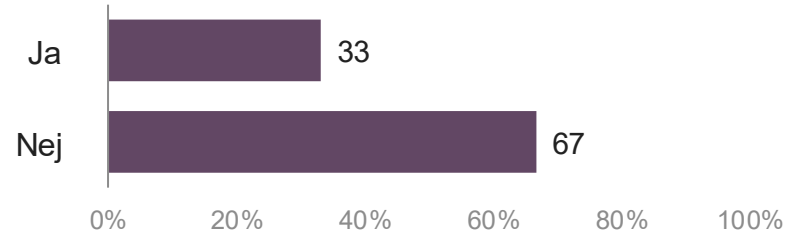
### De skillnader som framkommer är dessa:

- Män firade i högre grad jul hemma än kvinnor.
- Åldersgruppen 50-64 år firade jul hemma i högre utsträckning än övriga åldersgrupper.
- Boende i Stockholm firade jul hemma i högre utsträckning än genomsnittet och boende i Övre Norrland firade jul hemma i lägre utsträckning.

# Matsvinn under julen 2023

En tredjedel slängde mat som planerats att ätas under julen.

**Slängde du eller ditt sällskap någon mat som ni planerat att äta under julen?**



Bas: Firade jul (2 147 svar).

# Matsvinn under julen 2023

## Signifikanta skillnader mellan grupper

### De skillnader som framkommer är dessa:

- De yngre åldersgrupperna 18-34 år och 35-49 år slängde mer mat som planerats att ätas under julen jämfört med de äldre åldersgrupperna 50-64 år och 65-79 år.
- Boende i Stockholm, Västsverige och Mellersta Norrland slängde mer mat än snittet. Boende i Östra Mellansverige, Norra Mellansverige och Övre Norrland slängde mindre mat än snittet.

# Matsvinn under julen 2023

Fyra av tio kastade mer mat under julen än de vanligen gör till vardags. Tre av tio kastade ungefär lika mycket och tre av tio kastade mindre mat.

## När du tänker tillbaka på julen 2023 Upplever du att du:



Bas: Slängde "julmat" under julen 2023 (606 svar).

# Matsvinn under julen 2023

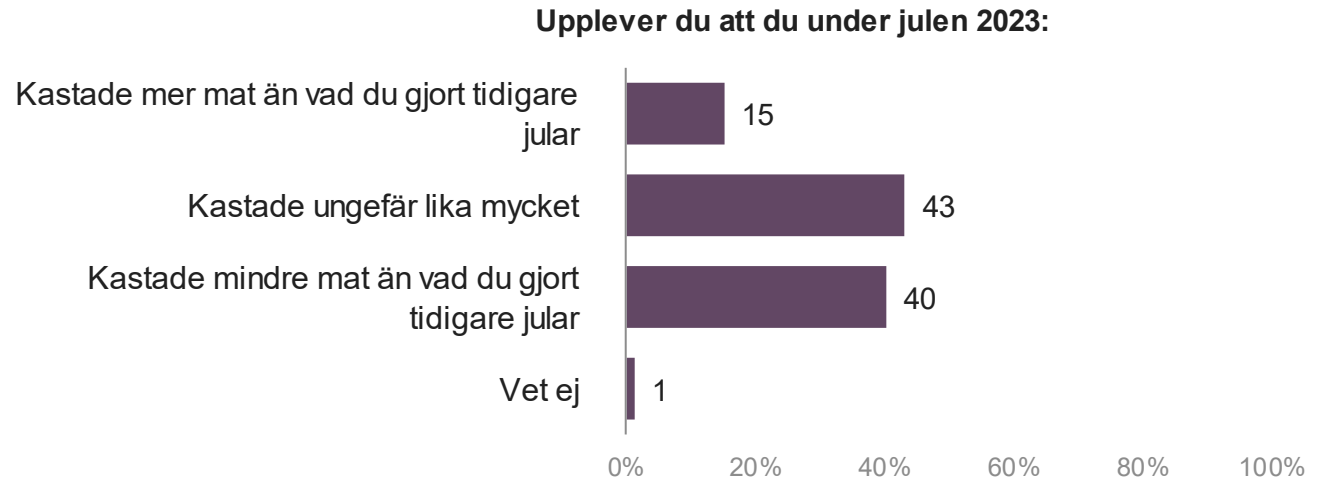
## Signifikanta skillnader mellan grupper

### De skillnader som framkommer är dessa:

- Män upplever i högre utsträckning än kvinnor att de slänger mycket mer mat i samband med julen.
- Åldersgruppen 18-34 år upplever i högre utsträckning än snittet att de slänger mycket mer mat.  
Åldersgrupperna 50-64 år och 65-79 år upplever i lägre utsträckning att de slänger mer mat.
- Boende i Stockholm upplever i högre utsträckning än snittet att de slänger mycket mer mat och Boende i Sydsverige upplever i lägre utsträckning att de slänger mer mat.

# Matsvinn under julen 2023

Två av fem kastade mindre mat än de gjort tidigare jular. 15 procent kastade mer mat och 43 procent kastade ungefär lika mycket.



Bas: Slängde "julmat" under julen 2023 (606 svar).

# Matsvinn under julen 2023

## Signifikanta skillnader mellan grupper

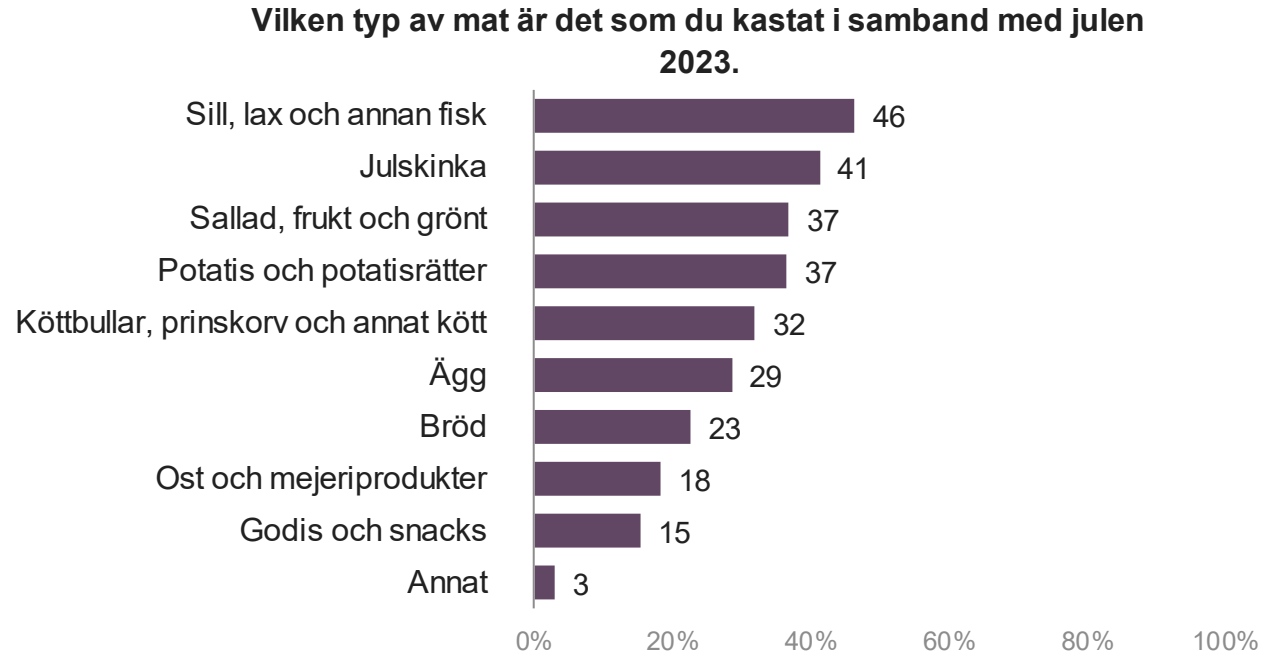
### De skillnader som framkommer är dessa:

- Kvinnor upplever i högre utsträckning än män att de kastade mindre mat än tidigare jular.
- Åldersgrupperna 50-64 år och 65-79 år upplever i högre utsträckning än snittet att de kastade mindre mat än tidigare jular. Åldersgruppen 18-34 år upplever i lägre utsträckning att de kastade mindre mat.
- Småland med Öarna upplever i högre utsträckning än snittet att de kastade mindre mat än tidigare jular.



# Matsvinn under julen 2023

Sill, lax och annan fisk, 46 procent, och julskinka, 41 procent är den mat som det kastas mest av under julen.



Bas: Slängde "julmat" under julen 2023 (604 svar).

# Matsvinn under julen 2023

## Signifikanta skillnader mellan grupper

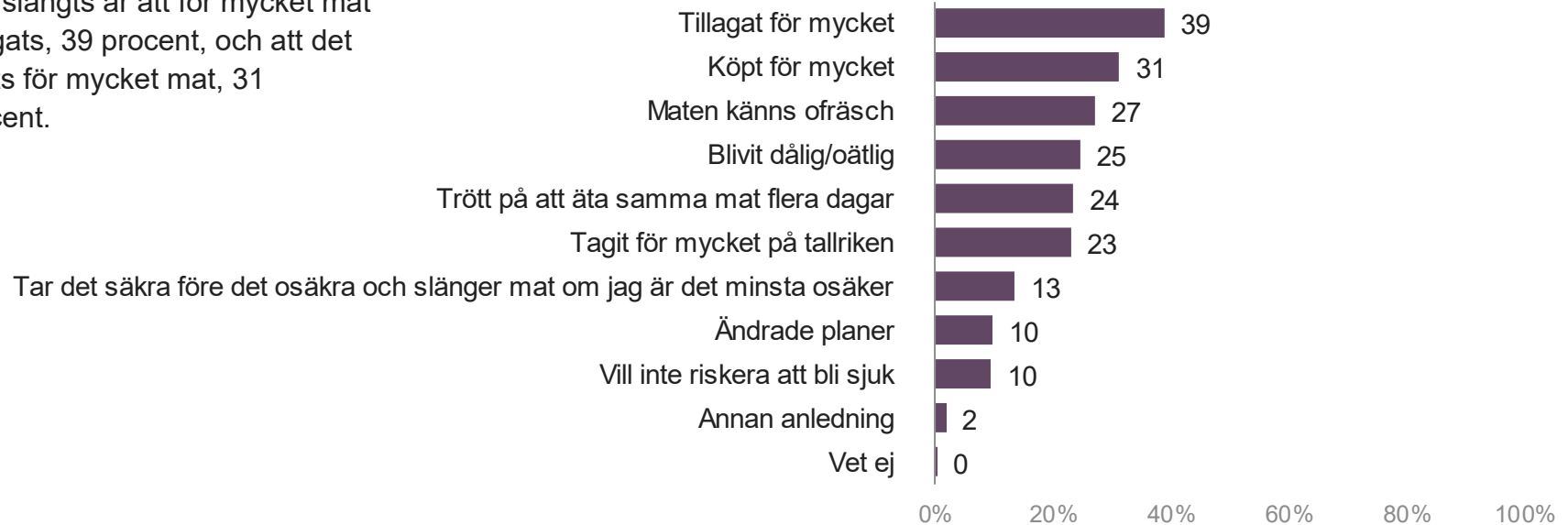
### De skillnader som framkommer är dessa:

- Åldersgruppen 65-79 år slänger julskinka, potatis och potatisrätter, ägg, och godis och snacks i mindre utsträckning än snittet. Åldersgruppen 50-64 år slänger köttbullar, prinskorv och annat kött i mindre utsträckning än snittet.
- Boende i Mellersta Norrland slänger julskinka i högre utsträckning än snittet.

# Matsvinn under julen 2023

Främsta anledningarna till att mat slängts är att för mycket mat tillagats, 39 procent, och att det köpts för mycket mat, 31 procent.

## Vilka är de främsta anledningarna till att du slängt mat?



Bas: Slängde "julmat" under julen 2023 (603 svar).

# Matsvinn under julen 2023

## Signifikanta skillnader mellan grupper

### De skillnader som framkommer är dessa:

- Kvinnor har slängt mer mat än män på grund av att maten blivit dålig/oätlig.
- Åldersgruppen 18-34 år har slängt mat för att de tagit för mycket på tallriken och för att de är trötta på att äta samma mat flera dagar i högre utsträckning än snittet. Åldersgruppen 65-79 år har i högre utsträckning än snittet slängt mat för att den blivit dålig/oätlig.

# Matsvinn under julen 2023

En av tre har jämfört med tidigare jular köpt/tillagat mindre mat, planerat inköpet mer respektive försökt hålla nere antalet rätter. 15 procent har agerat som vanligt.



Bas: Slängde "julmat" under julen 2023 (602 svar).

# Matsvinn under julen 2023

## Signifikanta skillnader mellan grupper

### De skillnader som framkommer är dessa:

- Män har i högre utsträckning än kvinnor köpt/tillagat mer mat jämfört mot hur de agerat andra jular.
- Åldersgruppen 50-64 år har i högre utsträckning än snittet köpt/tillagat mindre mat och försökt hålla nere antalet rätter. Åldersgruppen 65-79 år har i högre utsträckning agerat som vanligt.

# Bakgrund



# Om undersökningen

## BAKGRUND OCH SYFTE

I Sverige och i många andra länder kastas det stora mängder mat helt i onödan. Utan att exakt veta är det lätt att anta att matsvinnet blir extra stort i samband med storhelger när mycket av maten köps av tradition och där man inte vill att den ska ta slut på t ex julbordet. Andra undersökningar har visat att två av tre svenskar handlar för mycket mat till jul – trots att många oroar sig över matsvinnet.

Livsmedelsverket har genom denna undersökning önskat att få mer information om det eventuella matsvinnet och dess orsaker i samband med julhelgen 2023.

## GENOMFÖRANDE

Undersökningen har genomförts under januari 2024 av Origo Group.

Läs mer om Origo Group på [www.origogroup.com](http://www.origogroup.com)

Kontaktperson på Livsmedelsverket: Karin Fritz

Projektledare på Origo Group: Peter Linsér



# Om undersökningen

## METOD

Datainsamlingen har genomförts i webbpanel. Panelen är en sammansättning av såväl slumpmässigt rekryterade paneler såväl som självrekryterade (CINT). Genom att använda en panel bestående av många olika paneler säkerställs en god representativitet av såväl kön, ålder som geografi. Det finns forskning som visar att blandade paneler ger lika hög svars kvalitet som enbart självrekryterade paneler.

Målgrupp är boende i Sverige 18-79 år och målsättningen var att samla in 600 svar från personer som firat jul 2023 och där man själv eller sällskapet kastat någon mat som man planerat att äta under julen.

För att säkerställa ett representativt urval har Origo Group valt att stratifiera undersökningen med hänsyn tagen till kön, ålder och geografisk spridning.

I tabellen visas svaren i undersökningen uppdelat på de olika målgrupperna.

	Antal svar	Andel svar	Andel i Sveriges befolkning 18-79 år (SCB 2023)
Man 18-34 år	168	7%	15%
Man 35-49 år	192	8%	13%
Man 50-64 år	357	16%	13%
Man 65-79 år	460	20%	10%
Kvinna 18-34 år	244	11%	14%
Kvinna 35-49 år	334	15%	13%
Kvinna 50-64 år	276	12%	12%
Kvinna 65-79 år	234	10%	10%
Annat 18-34 år	1	0%	-
Annat 35-49 år	0	0%	-
Annat 50-64 år	0	0%	-
Annat 65-79 år	1	0%	-
<b>Totalt</b>	<b>2267</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

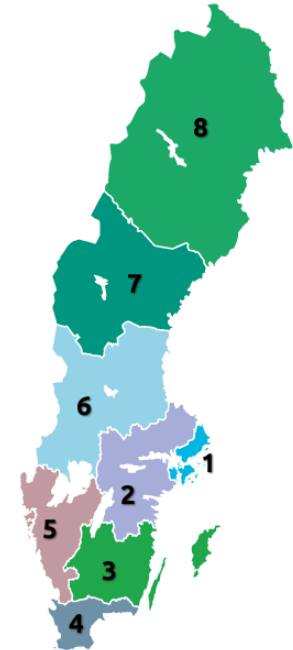
# Om undersökningen

## GEOGRAFISKA OMRÅDEN

För att säkerställa en god nationell representativitet har stratifiering även gjorts på nedanstående geografiska områden.

Geografiska områden	Insamlade svar	Andel i Sveriges befolkning 18-79 år (SCB 2023)
Stockholm	19%	24%
Östra Mellansverige	19%	17%
Småland med Öarna	9%	8%
Sydsverige	15%	15%
Västsverige	16%	20%
Norra Mellansverige	12%	8%
Mellersta Norrland	3%	4%
Övre Norrland	7%	5%
<b>Totalt</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

Mellersta Norrland (7)
Norra Mellansverige (6)
Östra Mellansverige (2)
Övre Norrland (8)
Småland med öarna (3)
Stockholm (1)
Sydsverige (4)
Västsverige (5)



# Om undersökningen

## VIKTNING

Viktning, även kallat vägning, görs i de fall då de svarande på något sätt skiljer sig från populationen. Det kan exempelvis finnas en skevhet i fördelningen mellan de svarande och populationen när det gäller till exempel kön, ålder eller utbildningsnivå. Denna skevhet kan exempelvis uppkomma vid bortfall.

Vikten kompenserar för de eventuella snedvridningar som finns. Efter att resultaten viktats uppvisar de svarande samma fördelning över bakgrundsfrågorna som i populationen. Det totala resultatet är därmed representativt för populationen.

I denna undersökning har kvoter använts vilket gör att fördelningen av respondenter i delmålgrupper är relativt representativ mot fördelningen bland befolkningen vad gäller kön, ålder och regiontillhörighet. För att justera för den snedvridning som finns har viktning använts.

Resultaten har viktats med avseende på kön och ålder för att bättre spegla den verkliga fördelningen i riket gällande dessa faktorer. Vikterna har tagits fram genom att dividera den verkliga fördelningen med fördelningen i undersökningen för respektive grupp.

# Om respondenterna

Jag identifierar mig som:	Antal	Andel
Man	1177	52%
Kvinna	1088	48%
Annat	2	0%
<b>Totalt</b>	<b>2267</b>	<b>100%</b>

Ålder	Antal	Andel
18-34 år	413	18%
35-49 år	526	23%
50-64 år	633	28%
65-79 år	695	31%
<b>Totalt</b>	<b>2267</b>	<b>100%</b>