

# Beräknade livsmedelskostnader 2023

Kostnader beräknade utifrån en 30-dagarsmatsedel för normalkost och specialkost. Specialkost omfattar glutenfri, laktosfri och mjölkproteinfri kost.

## Livsmedelskostnader per månad

Matsedel	6–11 mån	12–23 mån	2–5 år	6–9 år	10–13 år	14–17 år	18–30 år	31–60 år	61–74 år
<b>Normalkost</b>									
All mat lagas hemma	1 010	1 130	1 510	2 190	2 750	3 310	3 630	3 420	3 070
All mat lagas hemma utom lunch vardagar	700	850	1 170	1 700	2 140	2 580	2 830	2 660	2 390
<b>Glutenfri kost</b>									
All mat lagas hemma	1 110	1 270	1 610	2 320	2 910	3 510	3 840	3 620	3 250
All mat lagas hemma utom lunch vardagar	760	940	1 250	1 830	2 300	2 770	3 030	2 850	2 560
<b>Laktosfri kost</b>									
All mat lagas hemma	.*	.*	1 620	2 260	2 850	3 430	3 760	3 540	3 180
All mat lagas hemma utom lunch vardagar	.*	.*	1 260	1 770	2 230	2 680	2 940	2 770	2 490
<b>Mjölproteinfri kost</b>									
All mat lagas hemma	1 160	1 320	1 590	2 280	2 870	3 450	3 790	3 570	3 200
All mat lagas hemma utom lunch vardagar	850	1 020	1 240	1 810	2 270	2 730	3 000	2 820	2 530

\*Beräkningar för laktosfri kost för barn 6–23 månader har inte beräknats eftersom medfödd laktosintolerans är ytterst ovanligt.

## Skillnad i kostnader jämfört med normalkost

Matsedel	6–11 mån	12–23 mån	2–5 år	6–9 år	10–13 år	14–17 år	18–30 år	31–60 år	61–74 år
<b>Glutenfri kost</b>									
All mat lagas hemma	100	140	100	130	160	200	210	200	180
All mat lagas hemma utom lunch vardagar	60	90	80	130	160	190	200	190	170
<b>Laktosfri kost</b>									
All mat lagas hemma			110	70	100	120	130	120	110
All mat lagas hemma utom lunch vardagar			90	70	90	100	110	110	100
<b>Mjölproteinfri kost</b>									
All mat lagas hemma	150	190	80	90	120	140	160	150	130
All mat lagas hemma utom lunch vardagar	150	170	70	110	130	150	170	160	140