PRO:s prisundersökning 2026

Innehåll

Momssänkningen har fått genomslag 4
Lidl och Maxi ICA Stormarknad billigast 4
PRO:s prisundersökning skapar prismedvetenhet 5
PRO har undersökt matpriserna i över 35 år 5
Om PRO:s prisundersökning 2026 6
Antal undersökta butiker per distrikt – topp fem 6
Butiksurvalet 7
Fördelning av besökta butiker per butikskedja 7
Så går prisundersökningen till 8
Handlarens kontroll och underskrift gör undersökningen bättre 8
Resultat från prisundersökningen 9
Billigaste och dyraste priserna 9
PRO:s matkasse 2026 10
Geografiska skillnader 12
Prisjämförelse om momssänkningen 13
Prisjämförelse – butiksstorlek 13
Prisjämförelse – butikskedjor 13
Prisjämförelse – varor 14
Apelsiner, mejeriprodukter och nötfärs sticker ut 15
Prisjämförelse – geografiskt per distrikt 15
Pensionärsvänlig butik 16
Plus i kanten 17

Momssänkningen har fått genomslag

PRO:s prisundersökning 2026 visar tydligt att den sänkta matmomsen har fått genomslag i butikernas priser. Den jämförelse som gjorts mellan 2025 och 2026 visar att priserna på PRO:s matkasse i genomsnitt har minskat med drygt 6 procent – vilket motsvarar eller överstiger själva momssänkningen.

Undersökningen, som genomfördes 13 april 2026, omfattar 736 butiker i hela landet och ger därmed en bred och representativ bild av prisutvecklingen i både stora och små butiker. Resultaten visar att samtliga butikskedjor har sänkt sina priser i linje med reformen, och i flera fall mer än vad momssänkningen motsvarar.

Detta ger ett gott betyg till butikerna och är ett viktigt besked för konsumenterna. Matpriserna har ökat kraftigt sedan 2022 och pressat hushållens ekonomi, inte minst för äldre med små marginaler. Mot den bakgrunden har det varit avgörande att den sänkta matmomsen också leder till faktiska prissänkningar i butik – något som denna undersökning nu bekräftar.

Samtidigt visar resultaten att prisbilden fortsatt är ojämn. Skillnaderna mellan butiker är stora. Den dyraste matkassen är nära 30 procent dyrare än den billigaste. Mindre butiker har i genomsnitt omkring 8 procent högre priser än större stormarknader. För många äldre, som ofta handlar nära hemmet och inte alltid har möjlighet att välja de billigaste alternativen, får detta stor betydelse i vardagen.

De allra flesta produkterna i PRO-kassen har blivit billigare. För apelsiner, juice och mejerivaror är prisnedgångarna större än genomsnittet. Det finns dock några undantag. Priset på nötfärs har ökat, vilket kan kopplas till minskad produktion och högre kostnader i köttsektorn. Även Kalles kaviar har ökat i pris vilket kan bero på att höstens priskrig pressade ner priset ordentligt på just den produkten.

Lidl och Maxi ICA Stormarknad billigast

Årets prisundersökning visar att Lidl hade det lägsta genomsnittspriset bland de mindre butikerna. Bland de större butikerna var Maxi ICA Stormarknad billigast följt av Willys. Jämförelsen med 2025 visade att Tempo sänkt priset mest – med över 7 %.

PRO:s prisundersökning 2026 visar att momssänkningen har haft avsedd effekt och bidragit till lägre matpriser. Samtidigt kvarstår viktiga utmaningar. Skillnader mellan butiker, butikstyper och olika delar av landet påverkar fortfarande konsumenternas möjligheter att handla prisvärt. För PRO är det därför fortsatt centralt att följa prisutvecklingen, synliggöra skillnaderna och bidra till ökad prismedvetenhet och bättre villkor för konsumenter – inte minst för äldre.

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 själva jämföra om den egna butiken är dyrare eller billigare än andra butiker. Dessutom kan man jämföra prisnivåer geografiskt i Sverige. PRO:s prisundersökning skapar med andra ord en prismedvetenhet hos svenska folket.

PRO har undersökt matpriserna i över 35 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. För att kontrollera att matpriserna hölls nere inledde PRO, LO och Livsmedelsarbetareförbundet ett projekt med stöd av Konsumentverket. Idag är undersökningens syfte, förutom att pressa priserna, även att skapa en prismedvetenhet och att utse Sveriges mest pensionärsvänliga butiker.

Om PRO:s prisundersökning 2026

PRO:s prisundersökning genomfördes 13 april 2026 och ger en bild av prisnivån på PRO:s matkasse i hela landet. Totalt besöktes 736 butiker varav 710 butiker med fullständiga uppgifter redovisas i sammanställningen. Varor som saknas i en butik ersätts med varans genomsnittspris för att butikens pris på hela PRO-kassen ska kunna redovisas.

25 butiker har i år tagits bort från butiksredovisningen då dessa butiker antingen saknar ordinarie prisuppgifter för fler än åtta varor eller har för många avvikande priser. Undersökningens genomsnittspriser ska spegla normala priser och det är endast ordinarie priser som ingår i undersökningen.

Resultatet är uppdelat i mindre eller mellanstora butiker (små) och större varuhus eller stormarknader (stora). Resultatet från undersökningen baseras på 508 små och 202 stora butiker i hela landet. 21 av 26 PRO-distrikt deltog i årets undersökning. Blekinge, Bohuslän, Gotland, Gävleborg och Ångermanland deltog inte alls medan två distrikt, Västmanland och Östergötland, hade för få butiker för att kunna redovisa ett rättvist genomsnitt för distriktet. I Stockholms län undersökte man flest butiker före Skåne och Jönköpings län. Jönköpings län stod för den största ökningen av undersökta butiker. Distriktet ökade antalet butiker med 81 procent jämfört med 2025.

Antal undersökta butiker per distrikt – topp fem

Stockholms län	122
Skåne	98
Jönköpings län	49
Värmland	48
Kalmar län	45

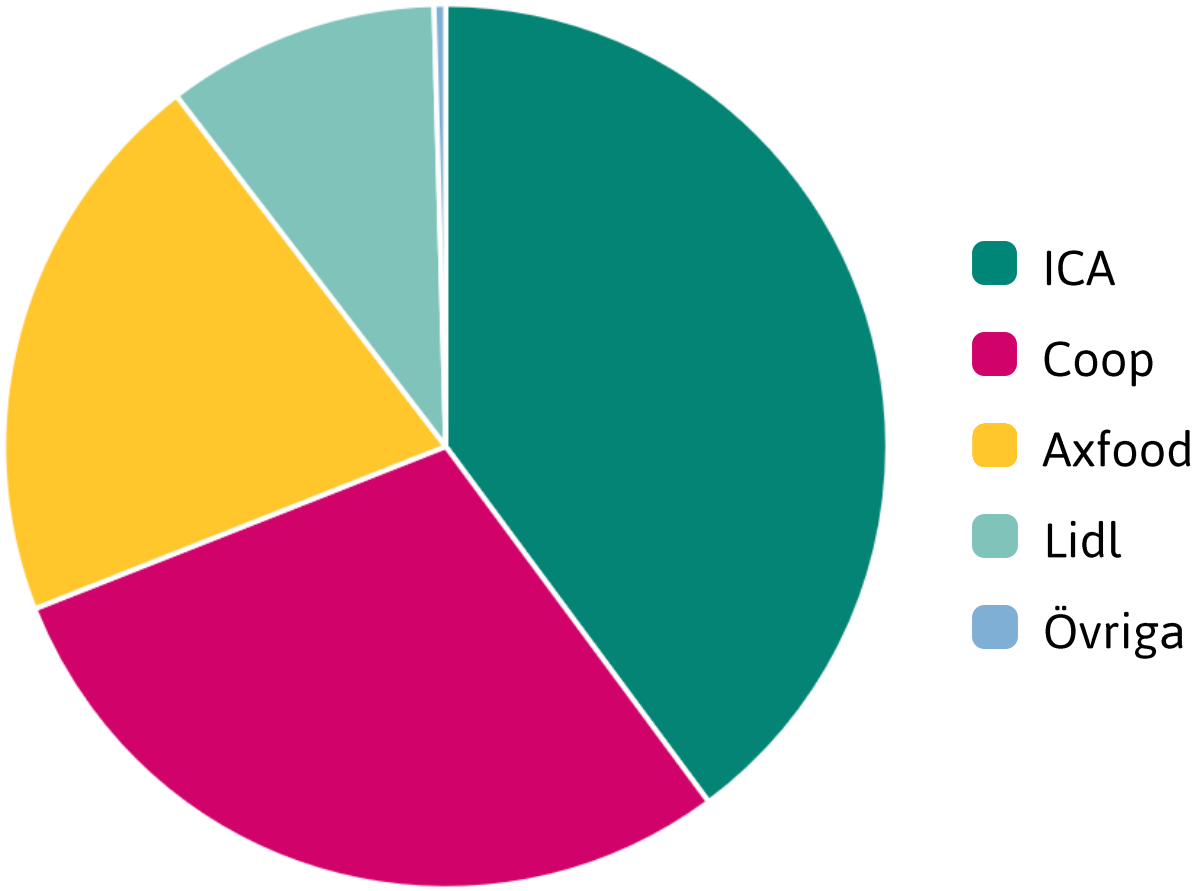
736

butiker i hela Sverige!

Butiksurvalet

PRO-distrikten bestämmer tillsammans med prisundersökarna själva vilka butiker som ska besökas. Som vanligt undersöks flest butiker från Ica (283) och Coop (207) men även många från Axfood (146) där Willys, Willys Hemma, Hemköp, City Gross och Tempo ingår. Fördelningen motsvarar i stort de verkliga marknadsandelarna bland butikskedjorna i Sverige. Även i år undersöktes många Lidl-butiker (71) vilket motsvarar en tredjedel av landets alla Lidl-butiker, då det vid undersökningens genomförande fanns drygt 210 butiker i Sverige. Endast några få (3) butiker som inte tillhör någon kedja undersöktes i år.

Fördelning av besökta butiker per butikskedja



Så går prisundersökningen till

PRO:s prisundersökning är den enda som genomförs av konsumenter och i hela landet. Undersökningen genomförs 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 i stort undersökt samma varor som förra året för att kunna jämföra prisskillnaden före och efter matmoms-sänkningen. Det ingår färre fasta varumärken i kassen, jämfört med tidigare under-sökningar, och fler valbara, där prisundersökaren väljer butikens billigaste variant. Det medför att fler produkter från butikskedjornas eget sortiment ingår i årets PRO-kasse.

Handlarens kontroll och underskrift gör undersökningen bättre

Efter genomförd prisundersökning ber PRO:arna om en underskrift från handlaren, 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. I 54 procent av butikerna har handlaren skrivit under undersökningsprotokollet.

Resultat från prisundersökningen

Genomsnittspriset för PRO:s matkasse med 42 olika varor var 1 116,03 kr baserat på alla varors genomsnittspris. Genomsnittspriset på kassen i de stora butikerna var 1 052,72 kr och i de små 1 139,81 kr. Mellanskillnaden på genomsnittspriset i de stora respektive små butikerna var 87,09 kr vilket motsvarar cirka 8 procent.

Billigaste och dyraste priserna

Den billigaste matkassen i undersökningen kostade 988,50 kr och den dyraste 1 273,04 kr. Skillnaden mellan den dyraste och den billigaste butiken, oavsett storlek, var 284,54 kr. Matkassen från den dyraste butiken kostar 29 procent mer än den från den billigaste.

Lidl hade det lägsta genomsnittspriset bland de mindre butikerna, med en kostnad på 1 025,52 kr för PRO:s matkasse. Bland de större butikerna var Maxi ICA Stormarknad billigast med 1 022,25 kr, följt av Willys på 1 033,45 kr.

Skillnaden mellan den dyraste och den billigaste butikskedjan, oavsett storlek, var 206,40 kr. Matkassen från den dyraste butikskedjan kostar 20 procent mer än den från den billigaste.

Små butiker	Antal	Snittpris
Lidl	71	1 025,52 kr
Pekås	6	1 060,23 kr
X:-tra	6	1 064,86 kr
Willys Hemma	12	1 104,86 kr
ICA Supermarket	123	1 128,77 kr
Hemköp	44	1 149,48 kr
ICA Nära	81	1 163,28 kr
Coop	155	1 189,42 kr
Tempo	9	1 228,65 kr

Stora butiker	Antal	Snittpris
Maxi ICA Stormarknad	35	1 022,25 kr
Willys	63	1 033,45 kr
City Gross	18	1 072,65 kr
ICA Kvantum	44	1 072,84 kr
Stora Coop	40	1 077,32 kr

PRO:s matkasse 2026

Genomsnittspriserna per vara i PRO:s prisundersökning baseras på 710 besökta butikers 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, kilopris	24,35 kr
Apelsiner, Klass 1, påse 1 kg eller lösvikt, kilopris	21,31 kr
Gurka, klass 1, svensk eller import styckpris, 270-300 g	16,75 kr
Gul lök, klass 1, svensk, påse 1 kg eller lösvikt, kilopris	11,70 kr
Sport, knäckebröd, Wasa, 550 g	22,83 kr
Brago, original, Göteborgs kex, 225 g	19,94 kr
Gifflar kanel, Pågen, 300 g	27,24 kr
Bryggkaffe mellanrost, Gevalia, 450 g	75,12 kr
Svart te Yellow label, te-påsar, 25-pack	18,55 kr
Senap original, Slotts, tub, 220 g	16,50 kr
Bostongurka original, gurkmix, Felix, 375 g	32,76 kr
Havredryck iKaffe, Barista edition, Oatly , 1 liter	19,33 kr
Lingonbröd, grovt, 500-525 g	23,89 kr
Digestive, Kex, 400 g	12,81 kr
Havregryn, EKO, 750 g	19,56 kr
Vetemjöl, 2 kg	17,44 kr
Strösocker, 1 kg	20,96 kr
Russin, 250 g	24,74 kr
Lasagneplattor, 500 g	20,80 kr
Kanel, malen, glasburk, 40-42 g	23,21 kr
Lättmajonnäs, tub, 275 g	19,25 kr
Bregott, smör & raps, normalsaltat, 500 g	53,54 kr
Fruktdryck Mango, original, Proviva. 1 liter	34,85 kr
Kaviar original, Kalles, 190 g	28,80 kr
Matjessill, i bitar, 200-215 g	19,70 kr
Nötfärs, förpackad, svensk, 500 g	81,18 kr
Falukorv, ring, 800 g	36,27 kr
Köttbullar, färska, svenska, 350 g	28,22 kr
Leverpastej, bredbar, svensk, 200 g	12,93 kr
Potatisgratäng, 800 g	25,71 kr
Svenska ägg, frigående, 6-pack	20,09 kr
Prästost, mellanlagrad och skivad, 150 g	29,54 kr
Smör- & rapsolja flytande, 5 dl/500 ml	24,86 kr
Mellanmjölk, färsk, svensk, 1 liter	14,10 kr

Mellanfil, naturell, svensk, 1 000 g	14,39 kr
Cottage cheese, naturell, 500 g	31,55 kr
Gräddfil, svensk, 3 dl	13,72 kr
Apelsinjuice med fruktkött från koncentrat, 1 liter	27,34 kr
Risgrynsgröt, korv/rullpack, 500 g	14,92 kr
Turkisk yoghurt, 1000 g	33,70 kr
Gammaldags gräddglass, Äkta vanilj, Triumfglass, 1,75 liter	46,09 kr
Chips original, Pringles, röd burk, 165 g	35,49 kr
	1 116,03 kr

Geografiska skillnader

I år är PRO-kassen billigast i Skåne och kostar där i snitt 1 086,10 kr medan du betalar 67,14 kr mer i Jämtlands län där kassen kostar 1 153,24 kr i snitt – vilket är dyrast i årets undersökning. Prisskillnaden mellan det billigaste och det dyraste distriktet är cirka 6 procent vilket visar ungefär samma prisskillnad som i förra årets undersökning.

Blekinge, Bohuslän, Gotland, Gävleborg och Ångermanland deltog inte i årets undersökning. Västmanland och Östergötland undersökte för få butiker för att kunna redovisa ett distriktsgenomsnitt. Tabellen visar distriktens medelpris på PRO-kassen i alla övriga undersökta distrikt.

Distrikt	Antal butiker	Snittpris
Skåne	98	1 086,10 kr
Västmanland	5	1 087,14 kr
Kronoberg	22	1 089,40 kr
Halland	36	1 094,07 kr
Värmland	48	1 097,53 kr
Örebro län	29	1 097,82 kr
Södra Älvsborg	25	1 099,11 kr
Skaraborg	15	1 100,84 kr
Jönköpings län	49	1 106,86 kr
Östergötland	4	1 113,17 kr
Norra Älvsborg	12	1 118,59 kr
Kalmar län	45	1 121,20 kr
Västerbotten	29	1 123,79 kr
Göteborg	18	1 125,16 kr
Medelpad	17	1 127,92 kr
Uppsala län	40	1 128,38 kr
Norrbotten	23	1 129,03 kr
Södermanland	28	1 132,62 kr
Dalarna	26	1 133,59 kr
Stockholms län	122	1 142,02 kr
Jämtlands län	34	1 153,24 kr

Prisjämförelse om momssänkningen

För att se hur den sänkta matmomsen slagit ut brett har vi genomfört en jämförelse av de genomsnittspriser vi samlat in i vår prisundersökning 2025 och 2026. Jämförelsen baseras på de 36 varor som både fanns med i vår undersökning 3 november 2025 och 13 april 2026. Jämförelsen visar momssänkningens genomslag på olika butiksstorlekar, butikskedjor, på enskilda varor och i olika delar av landet.

Konsumentverket och Konjunkturinstitutet har fått i uppdrag av regeringen att följa prisutvecklingen både före och efter momssänkningen 1 april över tid. Den första delrapporten, gällande prisutvecklingen inför momssänkningen, visar att prisutvecklingen perioden augusti 2025 till mars 2026 inte skiljer sig från tidigare år – eller jämfört med liknande länder.

Prisjämförelse – butiksstorlek

Jämförelsen i tabellen visar att prissänkningen på varorna i PRO-kassen är något större i de mindre butikerna jämfört med stormarknaderna.

Butiker	2025	2026	Skillnad
Små butiker	1 076,12 kr	1 009,39 kr	-6,20%
Stora butiker	987,43 kr	932,00 kr	-5,61%

Prisjämförelse – butikskedjor

Jämförelsen i tabellen visar att de olika butikskedjornas prissänkningar varierar. Alla butikskedjor visar dock en prissänkning som är större eller lika stor som moms-sänkningen – motsvarande en sänkning på 5,36 procent.

Butikskedjor	2025	2026	Skillnad
Tempo	1 175,82 kr	1 088,40 kr	-7,43%
Maxi ICA Stormarknad	972,55 kr	903,61 kr	-7,09%
Hemköp	1 097,02 kr	1 019,70 kr	-7,05%
ICA Kvantum	1 017,76 kr	951,03 kr	-6,56%
ICA Nära	1 098,04 kr	1 027,18 kr	-6,45%
ICA Supermarket	1 067,25 kr	1 000,99 kr	-6,21%
Willys Hemma	1 045,33 kr	981,29 kr	-6,13%
Lidl	965,38 kr	906,93 kr	-6,05%
X:-tra	1 003,89 kr	944,69 kr	-5,90%
City Gross	1 004,44 kr	948,51 kr	-5,57%
Stora Coop	1 008,23 kr	952,22 kr	-5,56%
Coop	1 113,89 kr	1 054,31 kr	-5,35%
Willys	967,87 kr	916,14 kr	-5,34%

Prisjämförelse – varor

Jämförelsen i tabellen visar hur prisutvecklingen varierar mellan de olika varorna.

Vara	2025	2026	Skillnad
Bananer, EKO	26,09 kr	24,35 kr	-6,67%
Apelsiner	24,57 kr	21,31 kr	-13,27%
Gul lök	12,17 kr	11,70 kr	-3,86%
Gifflar kanel, Pågen	28,02 kr	27,24 kr	-2,78%
Bryggkaffe mellanrost	78,82 kr	75,12 kr	-4,69%
Svart te Yellow label	20,27 kr	18,55 kr	-8,49%
Senap original, tub	17,89 kr	16,50 kr	-7,77%
Bostongurka original	33,98 kr	32,76 kr	-3,59%
Havredryck iKaffe	20,78 kr	19,33 kr	-6,98%
Lingonbröd, grovt	24,87 kr	23,89 kr	-3,94%
Digestive	13,45 kr	12,81 kr	-4,76%
Havregryn, EKO	20,90 kr	19,56 kr	-6,41%
Vetemjöl	18,78 kr	17,44 kr	-7,17%
Strösocker	22,32 kr	20,96 kr	-6,09%
Russin	27,18 kr	24,74 kr	-8,98%
Lasagneplattor	22,21 kr	20,80 kr	-6,35%
Kanel, malen, glasburk	24,39 kr	23,21 kr	-4,84%
Lättmajonnäs, tub	21,24 kr	19,25 kr	-9,37%
Bregott, smör & raps	61,14 kr	53,54 kr	-12,43%
Kaviar original, Kalles	28,65 kr	28,80 kr	0,52%
Nötfärs, förpackad	75,11 kr	81,18 kr	8,08%
Falukorv, ring	38,07 kr	36,27 kr	-4,73%
Köttbullar,	30,31 kr	28,22 kr	-6,90%
Leverpastej, bredbar	13,85 kr	12,93 kr	-6,64%
Potatisgratäng	27,89 kr	25,71 kr	-7,82%
Svenska ägg, 6-pack	20,96 kr	20,09 kr	-4,15%
Prästost, skivad	33,66 kr	29,54 kr	-12,24%
Smör- & rapsolja flytande	28,08 kr	24,86 kr	-11,48%
Mellanmjölk	15,92 kr	14,10 kr	-11,43%
Mellanfil	16,33 kr	14,39 kr	-11,88%
Cottage cheese	33,63 kr	31,55 kr	-6,18%
Apelsinjuice med fruktkött	33,68 kr	27,34 kr	-18,82%
Risgrynsgröt	15,83 kr	14,92 kr	-5,75%
Turkisk yoghurt	38,06 kr	33,70 kr	-11,46%
Gammaldags gräddglass	49,04 kr	46,09 kr	-6,02%
Chips original, Pringles	37,85 kr	35,49 kr	-6,24%
	1 055,96 kr	**988,24 kr**	**-6,41%**

Apelsiner, mejeriprodukter och nötfärs sticker ut

Det är inte bara momssänkningen som påverkar prisutvecklingen för varorna i PRO-kassen. Tre varugrupper sticker ut i undersökningen – apelsiner och apelsinjuice samt smör och mejeriprodukter minskar mer i pris än andra varugrupper. Och nötfärs är en av få varor som har ökat i pris i jämförelsen.

Priserna på både apelsiner och apelsinjuice har sjunkit extra mycket eftersom efterfrågan idag är lägre på grund av tidigare höga priser. Samtidigt som skördarna har blivit lite bättre och det finns mer i lager har konsumenterna hittat billigare ersättningsprodukter. Vilket gör att producenter och butiker nu pressar priset för att locka tillbaka kunderna. När det gäller smör och mejeriprodukter handlar det om att det produceras för mycket mjölk i världen. Samtidigt ökar inte efterfrågan lika mycket. Då blir det överskott, och då måste priserna sänkas för att sälja allt.

Priset på nötfärs ökar. Färre nötkreatur, nedlagda gårdar och höga produktionskostnader har lett till brist på nötkött i Sverige och Europa. Eftersom det tar lång tid att få fram mer kött kan utbudet inte öka snabbt, och då stiger priserna.

Prisjämförelse – geografiskt per distrikt

Jämförelsen visar även att de olika distriktens genomsnittliga prissänkningar varierar. Jämförelsen innehåller de 18 distrikt som deltog båda åren.

Distrikt	2025	2026	Skillnad
Norra Älvsborg	1 073,91 kr	992,46 kr	-7,58%
Kalmar län	1 068,50 kr	992,14 kr	-7,15%
Västerbotten	1 067,23 kr	994,34 kr	-6,83%
Jönköpings län	1 049,96 kr	978,47 kr	-6,81%
Södra Älvsborg	1 042,16 kr	972,79 kr	-6,66%
Skåne	1 029,40 kr	961,32 kr	-6,61%
Halland	1 036,00 kr	969,28 kr	-6,44%
Stockholms län	1 079,07 kr	1 010,32 kr	-6,37%
Kronoberg	1 028,66 kr	964,09 kr	-6,28%
Uppsala län	1 065,99 kr	999,33 kr	-6,25%
Norrbotten	1 066,59 kr	1 000,37 kr	-6,21%
Örebro län	1 036,47 kr	972,40 kr	-6,18%
Skaraborg	1 030,84 kr	968,41 kr	-6,06%
Medelpad	1 058,88 kr	994,94 kr	-6,04%
Jämtlands län	1 074,02 kr	1 018,30 kr	-5,19%
Göteborg	1 049,78 kr	996,72 kr	-5,05%
Dalarna	1 054,58 kr	1 002,98 kr	-4,89%
Södermanland	1 054,57 kr	1 004,23 kr	-4,77%

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. I samband med prisundersökningen har PRO, i många år, ställt frågor om hur pensionärsvänliga de undersökta butikerna är.

98 %

... av butikerna har tydliga och läsbara skyltar med pris och jämförpris i hela butiken.

59 %

...av butikerna har en sittplats innanför kassorna.

59 %

...av butikerna har kundtoalett i anslutning till butiken.

100 %

...av butikerna tar emot kontanter hela öppettiden.

96 %

...av butikerna ger möjlighet till kontantuttag i butiken.

99 %

...av butikerna erbjuder billigare pris på varor med kort datum.

56 %

...av butikerna har pensionärs-rabatt någon dag eller tid varje vecka.

Av de 736 butiker som besöktes i årets prisundersökning var sammanlagt 171 butiker pensionärsvänliga enligt de uppsatta kriterierna. Det betyder att cirka 23 procent av butikerna klarar våra krav för en pensionärsvänlig butik.

Det distrikt som hade högst andel pensionärvänliga butiker var Kronoberg med 43 procent av de undersökta butikerna följt av Norrbotten med 35 procent och Södermanland med 33 procent. Den butikskedja med högst andel pensionärsvänliga butiker var ICA med 42 procent följt av Coop och Axfood, båda med 14 procent.

Plus i kanten ➕

De butiker som klassas som pensionärsvänliga butiker får ett plus i kanten i redovisningen av undersökningen. Vilket syns i respektive distriktslista med butiker på pro.se.

© Juni 2026, Pensionärernas Riksorganisation
Text: PRO
Foto: Anneli Nygårds, PRO
www.pro.se