



## Élelmiszermérlegek és tápanyagfogyasztás, 2013

### Tartalom

<a href="#">Bevezető</a> .....	1
<a href="#">Mérséklődött az állati eredetű termékek fogyasztása</a> .....	2
<a href="#">Mérséklődő zsiradékfogyasztás</a> .....	3
<a href="#">Több fogyott gyümölcsökből, kevesebb burgonyából</a> .....	3
<a href="#">Mérséklődött az alkoholfogyasztás</a> .....	4
<a href="#">Fokozatosan csökken az energia-, a zsiradék- és a fehérjebevitel</a> .....	4

### Bevezető

A lakossági élelmiszer-fogyasztás egyik jellemzője az elfogyasztott élelmiszerek természetes mértékegységben kifejezett mennyisége. Számbavétele több módszerrel is lehetséges. Jelen publikáció az élelmiszermérlegek alapján számított fogyasztási adatokat adja közre. Itt az élelmiszerek alapvető csoportjaira kalkulált mérlegek az élelmiszer-készítményeket alapanyagokra átszámítva tartalmazzák. A kiadvány tájékoztat a fogyasztás mögött meghúzódó termelési, külkereskedelmi folyamatok főbb elemeiről és a fogyasztói árak alakulásáról is.

Az egy főre jutó élelmiszer-fogyasztás mennyisége 2013-ban megegyezett a 2012. évvel. Táplálkozás-egészségügyi szempontból pozitív, hogy az előző évekhez viszonyítva kedvezőbben alakult a zöldségfélék és gyümölcsök, valamint a hal fogyasztása, folytatódott a zsirók visszaszorulása, valamint alacsonyabb szintre esett az alkoholfogyasztás. Kedvezőtlen, hogy csökkent a tej- és tejtermékfogyasztás.

Magyarországon az **egy főre jutó összes élelmiszer-fogyasztás 2013-ban 615 kilogrammot ért el**, ami a teljes népességet figyelembe véve naponta átlagosan közel 2 kilogramm élelmiszert jelent. **Ez a mennyiség ugyanannyi, mint egy évvel korábban**, a megelőző öt év átlagához képest ugyanakkor 4,3 százalékkal kevesebb. Az összes élelmiszerfogyasztás több mint egyharmadát képező állati eredetű termékek (hús, hal, tej, tojás) együttes fogyasztása éves összehasonlításban átlagosan mintegy 4 százalékkal csökkent, míg a növényi termékeké (liszt és rizs, burgonya, zöldségfélék és gyümölcsök, egyéb növényi eredetű élelmiszerek) közel 3 százalékkal nőtt. 2013-ban folytatódott a zsiradékfogyasztás mérséklődése (1,5 százalékkal), ugyanakkor – 4 éven keresztül tartó csökkenés után – kismértékben (2,5 százalékkal) emelkedett a cukorfogyasztás.

Az élelmiszer-fogyasztáson belül a termékcsoportok aránya sem 2000-hez, sem 2010-hez képest nem változott számottevően, az eltérések nem haladják meg az 1–2 százalékpontot. Az összes fogyasztás legnagyobb részét, mintegy harmadát a zöldségfélék és gyümölcsök teszik ki. Bár az ezredfordulóhoz képest – mennyiségben – nagyjából 15 száza-

1. tábla

### Az egy főre jutó élelmiszer-fogyasztás alakulása

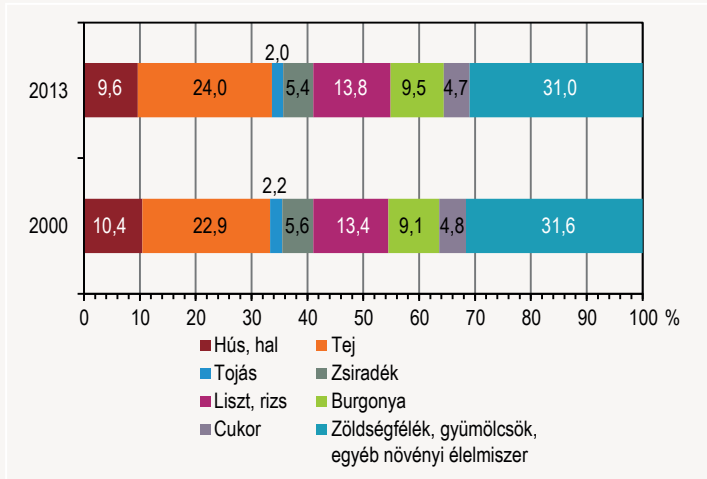
Élelmiszer	2000	2005	2010	2012	2013	2008–2012 átlaga	2013	
	kilogramm						előző év	2008–2012 átlaga
							százalékában	
Hús <sup>a)</sup>	70,2	63,5	56,7	56,4	55,5	58,4	98,4	95,0
Hal	3,0	3,6	3,5	3,5	3,7	3,6	105,7	102,8
Tej	160,6	166,8	156,8	156,2	147,5	155,9	94,4	94,6
Tojás	15,3	16,0	13,7	12,5	12,4	13,6	99,2	91,2
Zsiradék	39,0	36,5	34,6	33,6	33,1	35,2	98,5	94,0
Liszt és rizs	94,1	97,3	88,2	85,0	85,0	87,1	100,0	97,6
Burgonya	64,0	66,8	60,5	62,3	58,6	62,5	94,1	93,8
Cukor és méz	33,6	31,6	29,2	27,8	28,5	29,6	102,5	96,3
Zöldségfélék és gyümölcsök	217,7	194,8	190,0	174,1	186,5	192,0	107,1	97,1
Egyéb növényi eredetű	4,1	4,3	4,4	3,4	3,9	4,1	114,7	95,1
<b>Összesen</b>	<b>701,6</b>	<b>681,2</b>	<b>637,6</b>	<b>614,8</b>	<b>614,7</b>	<b>642,0</b>	<b>100,0</b>	<b>95,7</b>

<sup>a)</sup> 2004-től a húsfogyasztást a belföldi vágás (importált élő állat vágását is beleértve) alapján számítjuk. Lásd a módszertant.

lékcal alacsonyabb a tárgyevi egy főre jutó fogyasztás, arányában elhanyagolható a változás. Az összes élelmiszer-fogyasztás negyedét kitevő tej- és tejtermékfogyasztás aránya 2000 és 2013 között 23-ról 24 százalékra nőtt, bár 2010-ben még 25 százalék volt. Az összes fogyasztás mintegy 15 százaléka liszt és rizs, részesedése a vizsgált időszakban nem változott. A hús és hal az élelmiszer-fogyasztásból további 10 százalékkal részesedik, aránya 2000-hez képest nem egészen 1 százalékponttal csökkent.

1. ábra

**Az élelmiszer-fogyasztás megoszlása**



**Mérséklődött az állati eredetű termékek fogyasztása**

A **húsfogyasztás** az elmúlt két évben alig érzékelhetően változott. Az egy főre jutó mennyiség 2013-ban 56 kilogramm volt (1 kilogramm/fő/hét), ami megfelel a 2011. év szintjének, és mindössze **1 kilogramm** (1,6 százalékkal) volt **alacsonyabb, mint 2012-ben**. A tárgyevi mennyiség ugyanakkor 3 kilogramm (5,0 százalékkal) elmarad 2008–2012 átlagához viszonyítva és 8 kilogramm (2005-höz képest). Az összes húsfogyasztáson belül a **baromfi** az előző évhez viszonyítva változatlan arányban (45 százalék) vezet a sertéshús előtt (43 százalék). 2010-hez képest a baromfi részesedése 1,5 százalékponttal nőtt, míg a sertéshúsé ugyanennyivel csökkent.

2. tábla

**Az egy főre jutó húsfogyasztás megoszlása**

Hús-féleség	2000		2005		2010		2012		2013	
	kg	%	kg	%	kg	%	kg	%	kg	%
Marha- és borjúhús	4,3	6,1	3,1	4,9	2,5	4,4	2,4	4,3	2,2	4,0
Sertéshús	28,0	39,9	26,7	42,0	25,3	44,6	24,5	43,4	24,0	43,2
Baromfi-hús	33,7	48,0	29,8	46,9	24,6	43,4	25,4	45,0	24,9	44,8
Egyéb hús	1,1	1,6	1,2	1,9	1,6	2,8	2,0	3,6	2,2	4,0
Belsőség	3,1	4,4	2,7	4,3	2,7	4,8	2,1	3,7	2,2	4,0
<b>Összesen</b>	<b>70,2</b>	<b>100,0</b>	<b>63,5</b>	<b>100,0</b>	<b>56,7</b>	<b>100,0</b>	<b>56,4</b>	<b>100,0</b>	<b>55,5</b>	<b>100,0</b>

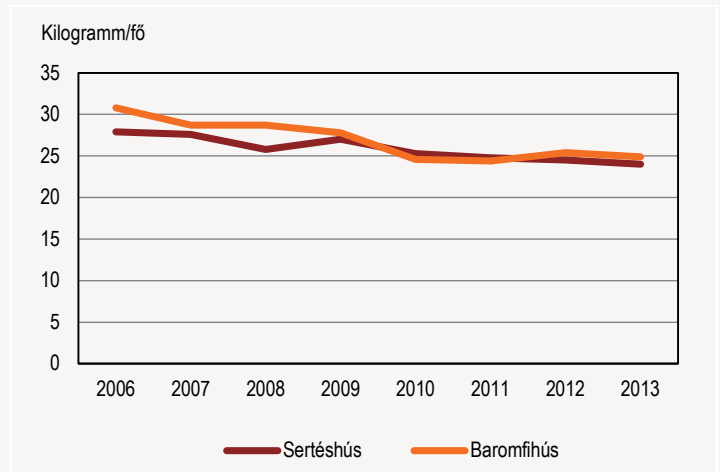
Az egy főre jutó **baromfi-hús-fogyasztás** (25 kilogramm) **0,5 kilogramm** mérséklődött **2012-höz** képest, és 1 kilogramm alacsonyabb az előző öt év átlagához viszonyítva. A **sertéshús-fogyasztás** (24 kilogramm/fő) szintén fél kilogramm csökkent, és 1,5 kilogramm elmaradt 2008–2012 átlagától.

A **sertéshústermelés** az előző évihez képest mintegy 6 százalékkal csökkent, amit az **import** ugyanilyen mértékű növekedése ellensúlyozott. A hústermelésen belül a **vágóhidak kibocsátása** 2,7 százalékkal mérséklődött, míg a **házi vágásoké** egyharmadával esett vissza. Ennek

következtében utóbbi részesedése az összes hústermelésen belül 10 százalék alá csökkent. A **sertéshúsexport** 2013-ban stagnált. A **baromfi-hús-termelés** szintén közel 6 százalékkal csökkent a tárgyévben, ezen belül a **csirke vágása** 4,0, a **pulykáké** 17 százalékkal esett vissza, a **vízi szárnyasoké** nem változott. A **baromfi-hús kivitele** stagnált, miközben az egyébként kis jelentőségű behozatal közel 20 százalékkal nőtt. A **baromfi-hús fogyasztói ára** 3,5 a **sertéshúsé** 5,3 százalékkal nőtt egy év alatt, ami meghaladta az átlagos (2,8 százalékos) élelmiszer-drágulást.

2. ábra

**A sertés- és a baromfi-hús-fogyasztás alakulása**



A marhahús, a belsőség és az egyéb húsfélék együttesen 2012-ben és 2013-ban is az összes húsfogyasztás 12 százalékát tették ki. A **marhahús-fogyasztás** csökkenő tendenciája 2013-ban is folytatódott, **2,4 kilogrammról 2,2 kilogrammra fogyott** a fejenkénti mennyiség. 2005-höz viszonyítva így 1 kilogramm (30 százalékkal) csökkent az egy főre jutó marhahús-fogyasztás, amit viszont ellensúlyozott az ugyanilyen mértékű növekedés az egyéb hús (juh, ló, kecske, házinyúl, vad) kategóriában (2,2 kilogramm/fő).

A **marhahústermelés** 2007 óta folyamatosan csökken, 2013-ban éves viszonylatban 7,5 százalékkal esett vissza. A **marhahúsimport** mintegy 6 százalékkal maradt el 2012-höz képest, az **export** közel 2 százalékkal mérséklődött.

A **halfogyasztás** az elmúlt években kissé mérséklődött, 2013-ban azonban a **2009. évi szintre (3,7 kilogramm/fő)** nőtt. Ennél magasabb csak 2007-ben és 2008-ban volt a halfogyasztás (3,8 kilogramm/fő).

A **házi haltermelés** éves viszonylatban stagnált, a **halimport** azonban 10 százalékkal nőtt 2013-ban.

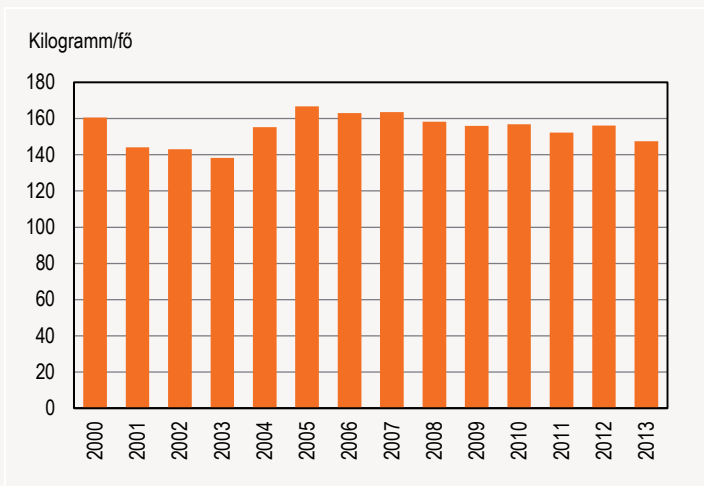
A **tojásfogyasztás** csökkenő tendenciája 2004 óta tart, ennek üteme azonban az elmúlt két évben jelentősen gyengült. Az egy főre jutó mennyiség 2013-ban mindössze **1 darabbal csökkent** 2012-höz viszonyítva, és 214 darab (12,4 kilogramm) volt. Ez a szint a 2008–2012-es évek átlagához képest 8,8 százalékkal alacsonyabb. Tíz évvel korábban még 70 darabbal több tojás fogyott egy főre vetítve.

2013-ban a **tej- és tejtermékfogyasztás** (148 kilogramm/fő) **5,6 százalékkal csökkent** az előző évhez képest. Az egy főre jutó összes tej mennyisége 168 liter (fejenként napi 0,5 liter) volt, ami az utóbbi öt év átlagától 4 literrel (2,3 százalékkal) elmaradt.

A **házi tejtermelés** két évig tartó emelkedő tendencia után 2013-ban 2,2 százalékkal mérséklődött. A **tej és tejtermékek kivitele** – 2012 után – a tárgyévben is majdnem 3 százalékkal bővült, amely 80 százalékát továbbra is a **tej teszi ki**. A **behozatal** 2010 óta kismértékben, de fokozatosan csökkent, 2013-ban, éves viszonylatban 2,5 százalékkal mérséklődött. Ezen belül – az előző évhez hasonlóan – jelentősen (17 százalékkal) visszaesett a **tejimport**, míg a **tejtermékek behozatala** 3,5 százalékkal nőtt.

### A tej- és tejtermékfogyasztás alakulása

3. ábra

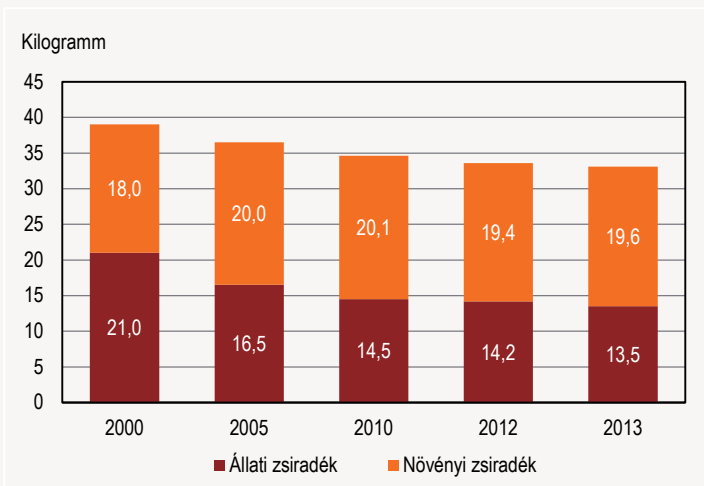


### Mérséklődő zsiradékfogyasztás

Az összes zsiradékfogyasztás (33 kilogramm/fő) 2006 óta folyamatosan csökken. Ennek megfelelően a tárgyévi fogyasztás **1,5 százalékkal maradt el az előző évitől** és 6,0 százalékkal 2008–2012 átlagához képest. 2000-hez viszonyítva 15 százalékkal kevesebb zsiradékot fogyaszt a lakosság. Az állati zsiradékok fogyasztása (13,5 kilogramm/fő) 2013-ban mintegy 5 százalékkal csökkent, így az összes zsiradékfogyasztás 40 százalékát tette ki. Ez az arány 2010-ben még több mint 50 százalék, 2005-ben 45 százalék volt. Az állati zsiradékok háromnegyede sertézsír. Az egy főre jutó sertézsírfogyasztás az elmúlt évtized közepén még meghaladta a 13 kilogrammot, ez 2013-ra 10 kilogrammra mérséklődött. A zsiradékok 60 százalékát jelentő növényi olajok és zsírok fogyasztása (19,6 kilogramm/fő) közel 1 százalékkal nőtt az előző évhez képest. Ennek kétharmada étolaj (12,9 kilogramm/fő), egyharmada margarin (6,7 kilogramm/fő).

### Az egy főre jutó zsiradékfogyasztás alakulása

4. ábra



### Több fogyott gyümölcsökből, kevesebb burgonyából

Az egy főre jutó liszt- és rizsfogyasztás (85 kilogramm) 2013-ban az előző évhez képest **nem változott**, a 2008–2012-es évek átlagához képest 2,4 százalékkal kevesebb volt. Lisztből 81 kilogramm fogyott, alig érzékelhetően több mint 2012-ben, míg rizsből az előző évek tendenciáját követve

tovább csökkent a fogyasztás (3,6 kilogramm/fő). Míg a lisztfogyasztás mennyisége gyakorlatilag 2008–2012 átlagának szintjén van, az egy főre jutó rizsfogyasztás ennél 1,5 kilogrammal kevesebb.

A liszttermelés közel 4 százalékos növekedése mellett egy év alatt 12 százalékkal nőtt az export és ugyanilyen mértékben csökkent az import. 2013-ban a liszt fogyasztói ára 3,3 százalékkal nőtt, a kenyér és péksüteményeké átlagosan 1,0 százalékkal mérséklődött.

A burgonyafogyasztás 2000 óta egy főre vetítve 60–68 kilogramm között alakult, 2013-ban azonban (5,9 százalékkal) **60 kilogramm alá csökkent** (59 kilogramm/fő). Ez fejenként kevesebb mint 1 kilogramm burgonyát jelentett hetente. A fogyasztás szintje 2013-ban 6,2 százalékkal alacsonyabb volt az azt megelőző öt év átlagához képest is.

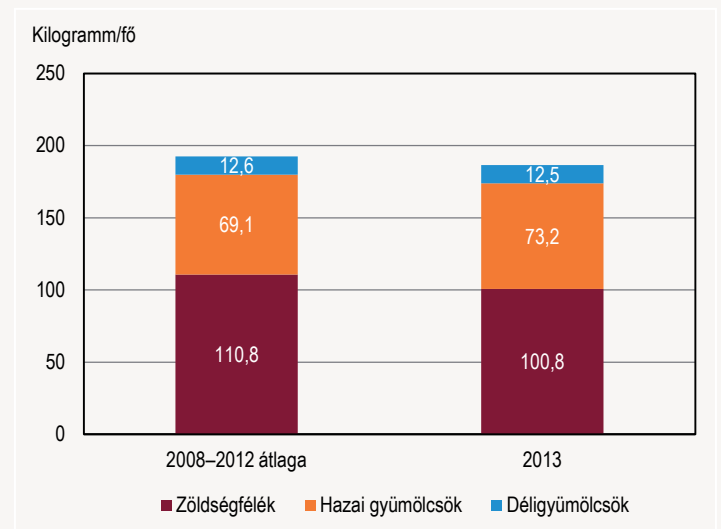
Burgonyából – a 2012-es mintegy 9 százalékos csökkenés után – **11 százalékkal kevesebb termelt**, a behozatal (friss és feldolgozott termékek) stagnált, míg az egyébként kis jelentőségű export a felére csökkent. A burgonya fogyasztói ára – az előző évi 19 százalékos visszaesést követően – 2013-ban 57 százalékkal drágult.

Az egy főre jutó **zöldség- és gyümölcsfogyasztás** 186,5 kilogramm (napí 0,5 kilogramm) volt 2013-ban, ami **7,1 százalékkal több 2012-höz** képest, az előző öt év átlagától azonban közel 3 százalékkal elmaradt. Az elmúlt években a termelés, továbbá a fogyasztói árak függvényében nagyon ingadozott a fogyasztás és ez a tendencia folytatódott 2013-ban is. Miközben **zöldségfélékből** (101 kilogramm/fő) az előző évi alacsony szinten maradt a fogyasztás – fejenként mindössze 1 kilogrammallyal fogyott több –, **gyümölcsökből** jelentősen, 11 kilogrammallyal nőtt (86 kilogramm/fő). 2013-ban az egy főre jutó zöldségfogyasztás 10 kilogrammallyal kevesebb, a gyümölcsfogyasztás 5 kilogrammallyal több volt 2008–2012 átlagához képest. A gyümölcsfogyasztás 85 százaléka hazai termesztésű gyümölcs (73 kilogrammallyal/fő), míg 15 százaléka déligyümölcs (12,5 kilogrammallyal/fő). 2012-höz képest a fejenkénti déligyümölcs-fogyasztás kismértékben (kevesebb mint egy kilogrammallyal) nőtt, miközben a hazai termesztésű gyümölcsöké több mint 10 kilogrammallyal emelkedett.

2013-ban a **hazai zöldségtermés** a 2012-es alacsony bázishoz képest 5,7 százalékkal nőtt. A zöldségexport volumene 13 százalékkal bővült, míg a **zöldségfélék importja** az előző évi szinten maradt. A **gyümölcsstermelés** volumene 3,4 százalékkal volt magasabb 2012-höz viszonyítva. A hazai termesztésű gyümölcsök **kivitele** mintegy 7, a **behozatal** – beleértve a déligyümölcsöket – 9,0 százalékkal emelkedett. A friss zöldségfélék fogyasztói ára a tárgyévben jelentősen, 9,1 százalékkal nőtt, a hazai és déligyümölcsök átlagosan 4,1 százalékkal drágultak.

### A zöldség- és gyümölcsfogyasztás alakulása

5. ábra



### Mérséklődött az alkoholfogyasztás

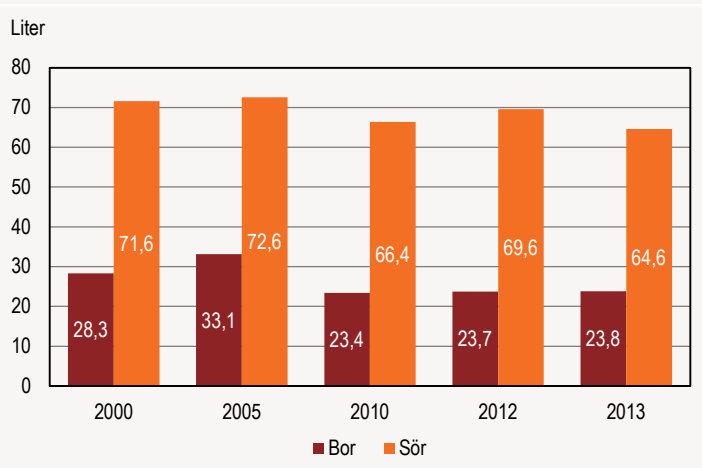
Az egy főre jutó **összes szeszesital-fogyasztás** 2013-ban **9,5-ről 9,1 abszolút literre<sup>1</sup> mérséklődött**, így 2012-ben és 2013-ban összesen 6,2 százalékkal csökkent az alkoholfogyasztás. A szeszesital-fogyasztás a 2000-es évek első felében érte el maximumát (11 liter), amelyhez képest a tárgyévi szint közel 20 százalékkal volt alacsonyabb.

Ezen belül 2012-höz képest **nem változott az egy főre jutó bor mennyisége**, ami megegyezik a 2008–2012 átlagával is. A **sörfogyasztás** (65 liter/fő) ugyanakkor egy év alatt **5 literrel visszaesett**. Az előző évtizedben az egy főre jutó sörfogyasztás még meghaladta a 70 litert, 2010-től viszont már nem érte el azt. Az **égetett szeszes ital fogyasztása mérsékelten csökkent** (3,3-ról 3,2 abszolút literre) 2012-höz képest, de magasabb volt a 2010-es mélypontnál.

2013-ban a **bortermelés** volumene a 2012-es alacsony bázishoz képest közel az egyharmadával nőtt. Az **import** – az előző évek tendenciáját követve – 7,0 százalékkal emelkedett, így az a fogyasztás egynegyedét tette ki. A **tárgyévben ezzel egyidejűleg 4,5 százalékkal csökkent a borexport**. A **sörtermelés** 6,1 százalékos csökkenése mellett a behozatal 10 százalékkal volt magasabb az előző évhez képest. Ennek következtében az importált sör részesedése a fogyasztásból 17 százalékra nőtt. Nagymértékben, majdnem a felével nőtt a **sőrexport**.

6. ábra

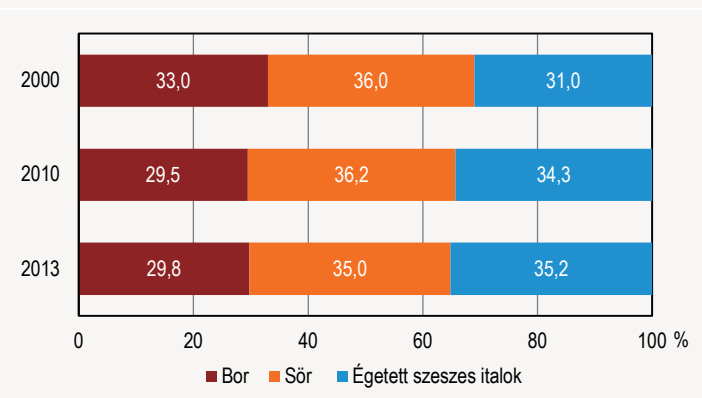
### A bor és a sör egy főre jutó fogyasztásának alakulása



A lakosság szeszesital-fogyasztásának szerkezetében a 2000 óta első helyen álló sört – fokozatosan növekedve – 2013-ban beérte az egészségügyi szempontból kockázatosabb tömény szeszes italok aránya (35 százalék), részesedésük megegyezik, míg a boré 5 százalékponttal elmaradt ezektől.

7. ábra

### Az egy főre jutó szeszesital-fogyasztás megoszlása<sup>1</sup>



<sup>1</sup> 100<sup>0</sup>-os szeszesre átszámítva.

### Fokozatosan csökken az energia-, a zsiradék- és a fehérjebevitel

2013-ban az **egy főre jutó napi tápanyagfogyasztás** 12 233 kilojoule volt, ami **alig érzékelhetően (0,5 százalékkal) alacsonyabb 2012-höz viszonyítva**, viszont 4,5 százalékkal elmarad 2008–2012 átlagától. 2005-höz képest az energiabevitel az egytizedével kevesebb volt. Az elfogyasztott energia még így is 12 százalékkal meghaladta az optimális mennyiséget. A termékcsoportok arányai az energiabevitelben továbbra sem változtak, így a hazai fogyasztás több mint felét a cereáliák és a zsiradékok tették ki, az állati eredetű élelmiszerek (hús, hal, tej, tojás) közel egynegyedét, a cukor- és mézfogyasztás az egytizedét képezte, míg az alacsony kalóriatartalmú zöldség- és gyümölcsfélék – beleértve a burgonyát és az egyéb növényi eredetű élelmiszereket – nagyjából 15 százalékát adták a napi tápanyagfogyasztásnak.

3. tábla

### Egy főre jutó napi tápanyagfogyasztás

Megnevezés	2005	2010	2012	2013	2008–2012 átlaga	Ajánlott <sup>a)</sup>
Energia, kilojoule	13 719	12 750	12 289	12 233	12 808	10 886
Fehérje, gramm	105	96	93	92	97	80
Zsír, gramm	144	136	131	129	137	85
Szénhidrát, gramm	395	363	349	351	363	370

a) Táplálkozás-élettani ajánlás felnőtt részére, közepes igénybevételnél. OÉTI.

A **napi fehérjefogyasztás** (92 gramm), amelynek 56 százalékát az állati fehérjék teszik ki, mindössze 1 grammal csökkent egy év alatt és 5 grammal (5,2 százalékkal) kevesebb a 2008–2012. évek átlagához képest. 2005-höz viszonyítva több mint az egytizedével kevesebb a fehérjebevitel. Ennek nagy részét a hús, valamint a liszt- és rizsfogyasztás visszaesése okozta. **Tovább csökkent a zsiradékfogyasztás** (131 gramm) is, 2 grammal maradt el az előző évi mennyiségtől. A 2013-at megelőző öt év átlagához képest 8 grammal (5,8 százalékkal), továbbá 2010-hez képest is 5,1 százalékkal alacsonyabb a zsiradékfogyasztás. A **szénhidrátbevitel** (351 gramm) **csökkenése** – a cukorfogyasztás bővülése és a lisztfogyasztás stagnálása miatt – **megállt** a tárgyévben, 2012-höz képest 2 grammal nőtt, ugyanakkor 12 grammal (3,3 százalékkal) kevesebb volt a 2008–2012. évek átlagánál. 2005-höz viszonyítva – a zsiradékbevitel mellett – legnagyobb mértékben (11 százalékkal) a szénhidrátfogyasztás esett vissza. A tárgyévi szénhidrátbevitel megfelel az optimális mennyiségnek, a zsiradékfogyasztás azonban a folyamatos csökkenés ellenére még mindig több mint 50 százalékkal meghaladja azt.

**További információk, adatok (linkek):**

[Táblák \(STADAT\)](#)

[Módszertan](#)

**Elérhetőségek:**

[kommunikacio@ksh.hu](mailto:kommunikacio@ksh.hu)

[Információs szolgálat](#)

Telefon: (+36-1) 345-6789

[www.ksh.hu](http://www.ksh.hu)