

# 我国进口量最大的十种食物及其自给率

进口量第二名和自给率最后一名的食物你大概率不知道，不信就看到底。

根据联合国粮食和农业组织的数据，2022 年中国进口量最大的十种食物及其自给率数据如下：

第十名是糖，2022 年中国进口了 538 万吨原糖，人均进口了 3.8 公斤的糖，自给率为 63.19%。而就在 2010 年中国的原糖自给率还高达 85.9%。

年份	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
进口	180	298	381	461	355	496	315	238	292	352	538	579	539
消费	1279	1392	1513	1586	1582	1569	1335	1605	1424	1556	1435	1543	1519
自给率%	85.9	78.6	74.8	70.9	77.5	68.4	76.4	85.2	79.5	77.4	62.5	62.5	64.5

表1 中国原糖产量，进口，消费和自给率数据 2010-2022

单位：万吨 数据来源：FAO

主要是由于饮料、甜食和即食食品的增长加大了对糖的需求。中国的糖进口主要来自巴西、泰国等国家。在 2023 年，巴西约占中国原糖进口总量的 50%。泰国约占 25%。美国约占 5%。让人惊讶的是并不大量生产甘蔗或甜菜的韩国居然也向中国出口，大概率是韩国国内精炼厂进口后又转出口的。

	2019	2020	2021	2022	2023
巴西	27.3%	48.2%	57.8%	54.6%	49.7%
泰国	19.9%	10.0%	9.4%	16.3%	25.2%
美国	5.8%	3.9%	4.4%	4.7%	4.9%
韩国	5.9%	4.1%	3.5%	3.1%	3.4%
印度	0.7%	2.0%	1.4%	3.7%	2.5%

表2 中国原糖主要进口国家及其占比 2019-2023

数据来源：<https://www.trademap.org/>

### List of supplying markets for a product imported by China in 2023

Product : 17 Sugars and sugar confectionery



图片来源: <https://www.trademap.org/>

第九名是大麦，2022 年中国进口了 578 万吨大麦，人均进口了 4.1 公斤，自给率为 **23.98%**，而在 2010 年自给率为 **41.02%**。

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
<b>生产</b>	1972	1637	1626	1699	1812	1868	1325	1085	957	900	2036	2134	1960
<b>进口</b>	1791	2547	2356	5430	10741	5011	8870	6829	5944	8097	12497	2377	5778
<b>消费</b>	4807	4415	5204	5291	7070	7594	6376	6820	5768	5556	5654	6413	8172
<b>自给率%</b>	41.0	37.1	31.2	32.1	25.6	24.6	20.8	15.9	16.6	16.2	36.0	33.3	24.0

单位: 万吨 数据来源: FAO

在中国，大麦的主要用途集中在啤酒酿造和饲料领域，作为食品的大麦占比仅在 5%到 10%左右。中国的大麦主要进口国家在地理位置上比较分散。在 2023 年，法国约占中国大麦进口总量的 32.7%。加拿大约占 23.1%。阿根廷约占 20.4%，澳大利亚占 11.8%。

单位: %	2019	2020	2021	2022	2023
<b>法国</b>	18.1	21.4	29.5	17.5	32.7
<b>加拿大</b>	26	26	28.2	31.1	23.1
<b>阿根廷</b>	1	4.9	14.1	41.2	20.4
<b>澳大利亚</b>	42.4	19.3			11.8

哈萨克斯坦	0.4	1.3	0.7	2.6	5
其他	12.1	27.1	27.5	7.6	7

表3 中国大麦主要进口国家及其占比 2019-2023

第八名是大米，2022 年中国进口了 918 万吨大米，人均进口了 6.5 公斤，自给率为 **93.08%**，而在 2010 年中国的大米自给率为 102.1%。

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
生产	195761	201001	204236	203612	206507	212142	211094	212676	212129	209614	211860	212843	208495
进口	858	3485	3358	3804	4984	5253	5932	4518	3725	4331	7344	542	9187
消费	191685	192989	195282	194418	194523	198085	199464	200166	203650	207049	212822	221830	224005
自给率%	102.1	104.2	104.6	104.7	106.2	107.1	105.8	106.2	104.2	101.2	99.5	95.9	93.1

表4 中国大米产量，进口，消费和自给率数据 2010-2022

单位：万吨 数据来源：FAO

在中国，由于国家执行“口粮绝对安全”的粮食安全战略，大米的自给率一直很高。中国的大米主要进口自东南亚国家。在 2023 年，越南占中国大米进口总量的 38.6%。泰国占 21.2%。缅甸约占 16%。让人有些惊讶的是印度和巴基斯坦也有数量可观的大米出口到中国，要知道这两国的国内还有不少饥饿人口。

单位：%	2019	2020	2021	2022	2023
越南	19.2	31	24.5	16.7	38.6
泰国	27.6	16.6	15.6	16	21.2
缅甸	16.2	22.2	13.6	12	16
柬埔寨	13.7	10.9	8.8	6.9	10.3
印度	0	0.1	17	29.6	6.7
巴基斯坦	18.7	12.8	18.2	17.4	5.7
其他	4.6	6.4	2.3	1.4	1.5

表5 中国大米主要进口国家及其占比 2019-2023

第七名是远洋鱼，2022 年中国进口了 940 万吨远洋鱼，人均进口了 6.6 公斤，自给率为 **27.3%**。在过去的十几年中，远洋鱼的自给率是从 2010 年的 **37.8%** 缓慢上升至 2015 年的 **42.7%**，然后又逐渐下降到 2022 年的 **27.3%**

年份	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
生产	3020	3289	3271	3350	3410	3400	3122	2987	2862	2844	2759	3077	3077
进口	5464	6401	6637	5323	5657	5509	5538	8419	7933	7732	7576	9404	9404
消费	7982	8865	9057	7772	8136	7961	7631	10213	9584	9222	8992	11273	11273

<b>自给率%</b>	37.8	37.1	36.1	43.1	41.9	42.7	40.9	29.3	29.9	30.8	30.7	27.3	27.3
-------------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

第六名是高粱，2022 年中国进口了约 1000 万吨高粱，人均进口了 7.2 公斤。在主要粮食中，高粱是自给率下滑最大的，从 2010 年的 97.8% 下滑到 2022 年的 23.9%。从几乎完全自给自足到绝大部分依靠进口。

	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
<b>生产</b>	2456	2051	2556	2892	2885	2752	1951	2465	2909	3600	2970	3377	3180
<b>进口</b>	0	87	1078	5776	10699	6648	5056	3650	832	4813	9416	83	10140
<b>消费</b>	2510	1994	2618	4415	8698	13478	8561	7522	6599	4374	7527	12804	13284
<b>自给率%</b>	97.8	102.9	97.6	65.5	33.2	20.4	22.8	32.8	44.1	82.3	39.5	26.4	23.9

在中国，高粱的主要用途是酿酒和饲料。电影《红高粱》里由张艺谋亲自填词，赵季平亲自作曲，姜文亲自演唱的《酒神曲》唱的就是由高粱酿成的酒。曲中“喝了咱的酒上下通气不咳嗽，喝了咱的酒滋阴壮阳嘴不臭” 旋律激昂高亢，一时无二。

	2019	2020	2021	2022	2023
<b>美国</b>	68.8	88.3	70.1	63.8	47.4
<b>澳大利亚</b>	12.6	2.6	10.9	17.7	37.3
<b>阿根廷</b>	17.8	8.9	19	18.5	15.3
<b>其他</b>	0.8	0.2	0	0	0

中国的高粱几乎全部进口自美国，澳大利亚和阿根廷这三个国家。在 2023 年，占比分别为 47.4%，37.3%，15.3%

第五名是小麦，2022 年中国进口了 1430 万吨小麦，人均进口了 10.1 公斤，自给率为 **92.44%**，同样得益于“口粮绝对安全”的粮食安全战略，小麦的自给率一直很高。

年份	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
<b>生产</b>	115906	118172	121764	122640	127175	133684	134150	135190	132347	134484	135153	138071	138728
<b>进口</b>	1527	4017	5958	4006	3832	4121	5328	4583	4975	10612	12163	1527	14299
<b>消费</b>	112020	121452	126250	115783	118433	118943	119610	123419	127372	126510	150819	151815	150072
<b>自给率%</b>	103.5	97.3	96.4	105.9	107.4	112.4	112.2	109.5	103.9	106.3	89.6	90.9	92.4

地广人稀的澳大利亚是中国的第一大小麦进口国，2023 年占比高达 58.2%。排名第二的同样是地方人稀的加拿大，占比 22.9%。另外美国，法国 2023 年的占比分别为 7.4%，7.2%。

	2019	2020	2021	2022	2023
<b>澳大利亚</b>	6.1	15.9	28.4	55.6	58.2
<b>加拿大</b>	54.9	29	26.5	20.9	22.9
<b>美国</b>	7.5	20.6	28.3	7	7.4
<b>法国</b>	14.5	27.8	14.1	16.1	7.2
<b>哈萨克斯坦</b>	10	2.1	1.6	0.3	3.5
<b>其他</b>	7	4.6	1.1	0.1	0.8

第四名是玉米，2022 年中国进口了约 2000 万吨玉米，人均进口了 14.6 公斤，自给率为 **92.23%**，

年份	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
<b>生产</b>	177425	192781	205614	218489	215646	264992	263613	259071	257174	260779	260670	272552	277203
<b>进口</b>	1763	5233	3295	2603	4734	3174	2833	3530	4800	11311	28376	1594	20635
<b>消费</b>	177617	181548	185216	178822	168873	230436	255573	261922	272230	274088	265810	297254	300566
<b>自给率%</b>	99.9	106.2	111.0	122.2	127.7	115.0	103.1	98.9	94.5	95.1	98.1	91.7	92.2

美国和乌克兰一直是中国的主要玉米进口国，俄乌战争后中国从乌克兰进口的玉米在持续降低，2023 年中国突然从巴西大量进口玉米，占当年的比例高达 44.9%，这样使得美国在中国的玉米进口份额从 2022 年的 74.4% 降至 23 年的 28.9%。

	2019	2020	2021	2022	2023
<b>巴西</b>	0	0	0	0	44.9
<b>美国</b>	7	38.7	69.6	74.4	28.9
<b>乌克兰</b>	84.5	54.5	29.3	23.2	20.1
<b>保加利亚</b>	0.1	2.4	0.6	0.7	2.7
<b>缅甸</b>	3	1.6	0.1	0.9	1.4
<b>其他</b>	5.4	2.8	0.4	0.8	2

第三名是牛奶，2022 年中国进口了约 2200 万吨牛奶，人均进口了 15.9 公斤，自给率为 **64.40%**，2010 年中国的牛奶自给率为 **82.2%**。

年份	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
<b>生产</b>	40802	41436	42012	39870	41885	36092	34975	34646	35046	36350	38772	41234	39915
<b>进口</b>	8263	10094	12262	15734	16108	14043	15862	17463	18887	19104	22186	27128	22400

消费	49656	52101	54076	54117	57867	49985	50666	51858	53647	55087	60590	67956	61983
自给率%	82.2	79.5	77.7	73.7	72.4	72.2	69.0	66.8	65.3	66.0	64.0	60.7	64.4

新西兰中国牛奶的主要进口国，2023年约一半的进口牛奶来自新西兰。另外德国，法国，澳大利亚也是主要进口国，23年的占比分别为14.9%，11.2%和5.5%。

	2019	2020	2021	2022	2023
新西兰	41.7	40.9	40.7	47	49.8
德国	18.2	20.2	19	15.3	14.9
法国	13	11.4	11	10.7	11.2
澳大利亚	8.7	7.4	7.1	7.4	5.5
英国	3.8	2.7	2.7	3.5	4
其他	14.6	17.4	19.5	16.1	14.6

第二名是木薯，2022年中国进口了约4400万吨木薯，人均进口了31.4公斤，自给率为10.22%。

年份	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
生产	4550	4500	4560	4585	4648	4774	4811	4866	4921	4876	4952	5031	5040
进口	20561	19205	26175	29046	35345	36935	33562	36202	24905	21354	24955	35225	44313
消费	25077	23671	30690	33590	39948	41668	38333	41028	29789	26182	29864	40201	49292
自给率%	18.1	19.0	14.9	13.6	11.6	11.5	12.6	11.9	16.5	18.6	16.6	12.5	10.2

木薯生长在热带和亚热带地区，是一种多用途的作物，既可作为食物，也可作为工业原料，尤其在淀粉生产方面具有重要地位。很多人喜欢喝的珍珠奶茶里的珍珠主要就是用木薯制成的。

第一名是大豆，2022年中国进口了约9100万吨大豆，人均进口了64.6公斤，自给率为18.24%，大豆的自给率已经十多年一直在20%以内了。

年份	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
生产	15083	14485	13011	11951	12154	11785	12789	15283	15967	18100	19600	16400	20280
进口	54800	52455	58385	63381	71406	81693	83917	95538	88037	88590	100331	96521	91085
消费	67949	65207	74727	73557	80228	93728	93066	107727	107436	106530	119806	112795	111192
自给率%	22.2	22.2	17.4	16.2	15.1	12.6	13.7	14.2	14.9	17.0	16.4	14.5	18.2

巴西和美国是中国大豆的主要进口国，2023年进口大豆中67.9%来自巴西，26.9%来自美国。

	2019	2020	2021	2022	2023
<b>巴西</b>	65.1	63	61.9	60.9	67.9
<b>美国</b>	18.9	26.9	31.7	31.2	26.9
<b>阿根廷</b>	10.1	7.3	4	4	2.1
<b>加拿大</b>	2.9	0.3	0.6	0.8	1.5
<b>其他</b>	3	2.5	1.8	3.1	1.6

好了，视频开始留个你的问题还记得吗？对，答案就是木薯，这个你恐怕不熟悉的作物，竟然是中国进口量排名第一，自给率仅 10%的食物。

说明：为便于直观理解，部分数据作为四舍五入，详细精准数据请访问指标探索的网站或直接访问联合国粮食和农业组织的数据中心。