

作为我们国家的北方邻居，俄罗斯一直是不少人感兴趣的國家。近年来两国经贸往来频繁，不少中国人去俄罗斯淘金，挣俄罗斯票子。那么，有一个问题有必要了解一下，100元人民币在俄罗斯能买到什么？首先，我们先要来了解一下人民币对卢布的汇率，目前差不多是1人民币兑换9卢布

，100元人民币相当于900卢布。在俄罗斯，人均月收入在5万卢布左右。因为苏联的原因，俄罗斯的一直是一个重工业为主的國家，轻工业欠发达。那么以俄罗斯的物价水平，100元人民币能买到哪些东西呢？我们来从衣食住行了解一下。

俄罗斯牛肉、猪肉不算太贵，牛肉约15元一斤，比国内便宜了一半多；猪肉7-10元一斤，鸡肉略贵，1公斤要30元左右；红肠14-15元一斤。大概因为气候与运输的因素，在俄罗斯，水果较贵这是不争的事实，苹果要10多元一斤，桃子跟苹果差不多的价格。

在莫斯科，饮食方面，蔬菜比较昂贵。到了冬天，西红柿能够卖到200多卢布一公斤，大白菜更贵，青辣椒按个卖，一个普通青椒10卢布。如果在饭店吃盘炒青菜，价格

大约在五

六十人民币，100

元也就是炒两盘青菜。俄罗斯人面食

以面包、通心粉

为主，这一点较为便宜，通心粉

一公斤不到2元，普通面包差不多也是同样的价格。

莫斯科地铁很便宜，推出按次售卖的地铁卡，100卢布3次的地铁票，任意乘坐，平均下来只要人民币3元左右。俄罗斯汽油也相当便宜，一升油普遍30多卢布，最贵的地区也不过40卢布，相当于3-4元人民币。穿的方面，俄罗斯产的传统毛线裤超市才卖两百多卢布，袜子从十几卢布到三四十卢布很多，当然了，高端的还是中国制造。日化用品这块，牙膏、牙刷、洗发水价格在17-30人民币之间，跟国内差不多。但是香水就比较便宜了，100左右就能买到一瓶很不错的香水了。

当然，以上只是俄罗斯物价的一瞥。整体而言，俄罗斯的物价有高有低，对于收入不算太高的俄罗斯人来说，物价还有那么一点偏高。不过在俄罗斯，社会保障制度做的很好，全民医保，生病了国家买单，居民楼24小时冷热水供应，供暖时长达8

个月。百姓多生育有补贴，小孩从幼儿园到大学一律免费（公办），不仅学费免，午餐也免。正因为有了这么多的国家保障，尽管居民收入不是很高，但是依然过得轻松舒坦，没有压力。