

Austin Wang, CFP® / EA | 一页说明

企业主和自雇者:退休计划的三级台阶

一年能往退休账户里放多少、三种方案差在哪 · 2026 年数字

这是你以公司或自雇身份,给自己办的退休计划。往里存的钱当年从应税收入里减掉,利润越高,这一步省下的越多。和你已有的个人 IRA 不是一个量级——个人 IRA 一年 \$7,500,下面这三种从 \$72,000 起步。

一年最多能放多少

SEP IRA		\$72,000
Solo 401(k)		\$72,000 – \$83,250
+ Cash Balance / DB		合计 \$13 万 – \$35 万

条长按金额比例。前两级是法定上限;第三级按精算算,随年龄陡增(第 2 页按年龄列了区间)。

三个问题,走到底就知道该做哪一层

1. 除了你和配偶,有全职员工吗? 没有 → Solo 401(k) 起步 有 → 401(k) 配 Safe Harbor, 员工成本约工资总额 3%-4%	2. 第一层放满之后,还有利润想继续抵税吗? 没有 → 第一层就够了 还有 → 往上看第三层(年薪越高,第一层越早封顶)	3. 45 岁以上,利润能稳定三到五年吗? 是 → 加 Cash Balance / DB Plan 不确定 → 先别加,它一旦设好就不好中途停
--	---	---

SEP IRA 没进这三问:最省事,但没有 Roth、收入不够高放不满、有员工还要按同比例给每个人存。多数自雇者走 Solo 401(k)。

没有员工(你和配偶)	有员工
1. 先把 Solo 401(k) 放满 \$72,000, 50 岁以上 \$80,000 2. 还有余力,加一层 Cash Balance / DB Plan 再放 \$10 万 – \$30 万(看收入和年龄) 3. 叠加起来 合计约 \$13 万 – \$35 万(看收入和年龄)	1. 先做 401(k) + Safe Harbor 员工成本约工资总额 3% – 4% 2. 要再往上,加 Cash Balance / DB Plan,员工一起覆盖 员工成本合计约 5% – 8%

两边都一样:给员工的那笔钱本身也是可抵扣开支,要比的是净效果,不是只看支出。专业服务类公司另有例外。

Austin Wang, CFP® / EA | 一页说明 · 第 2 页

你的收入和年龄,能放多少

Solo 401(k) 打底,再叠一层 Cash Balance / DB · 2026 年

S-Corp 年薪(W-2)	45 岁	50 岁	55 岁	60-63 岁
只做 Solo 401(k) 任何收入都是这个数	\$72,000	\$80,000	\$80,000	\$83,250
\$100,000 叠加后的合计	约 \$13 万	约 \$14 万	约 \$14 万	约 \$14 万
\$200,000 叠加后的合计	约 \$19 万	约 \$24 万	约 \$24 万	约 \$25 万
\$300,000 叠加后的合计	约 \$20 万	约 \$25 万	约 \$31 万	约 \$35 万

年龄决定 Cash Balance / DB 能放多少(离退休越近、剩下可供的年数越少,压到每年的数越大);收入决定放不放得下。\$100,000 那一行四个年龄几乎一样,就是被收入本身压住了。

读上面那张表,记住两件

第一行是法定的。年薪到约 \$190,000

它就封顶,再赚也放不进去 ——

它不随收入继续长,下面三行才会。

下面三行是演示值,不是你的数。按常见假设(供到 62 岁)算的,真正的金额要精算师按你的出生年月和公司情况算。

要拿到你自己的那个数

☐ 出生年月(年龄直接决定供款额)

☐ 公司最近两三年的净利润

☐ 员工名单:人数、年龄、工资、入职时间

☐ 这笔钱能不能连着放三到五年

这四样齐了,精算师才能出一份真的报价 ——

有员工的,第三样决定了成本到底是 5% 还是 8%。

什么时候做:能补的和不能补的是两半。不能补 —— 401(k) 里你自己从工资递延的那 \$24,500,必须当年做。通常能补 —— 公司出的那部分(利润分享、Cash Balance / DB),一般可以在年度结束之后、报税截止日(含延期)之前补设立并供款。

所以越早问,能用的空间越大。两个日期按你的公司类型和是否延期算,让 CPA 确认。

差的那一截,是你今年多抵掉的应税收入。

401(k) 放满之后还有利润要抵,就该算第二层值不值。

对着你自己的数字过一遍:预约 30 分钟免费咨询 austinwangfp.com/contact

「只做 Solo 401(k)」一行为按 2026 年法定上限计算的理论最大值(IRS Notice 2025-67、IR-2025-111)。叠加后的合计中,Cash Balance / DB 部分取自一家精算/TPA 机构公开的 2026 薪酬×年龄演示表,并与另一家的同年龄数字核对(45/50/55 岁差异均在 3% 以内),非官方公布数字。合计已计入 IRC 404(a)(7) 对股东自有计划的合并抵扣限制。员工成本 5%-8% 为两家独立机构公开资料的区间,非官方数字,实际取决于员工人数、年龄与测试结果。上述金额未考虑公司现金流、S-Corp 合理工资要求及各州规定。实际可供金额须由你的 CPA 和持证精算师按具体情况测算。本资料为教育用途,不构成税务、法律或投资建议。补充:上面那条 6% 的合并抵扣限制,只对【只有股东本人和配偶】的计划适用。有非股东员工的 DB 计划一般受 PBGC 保障,这条通常不适用,自己这一侧能叠得更多(专业服务类公司另有例外)。