

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤
名称 糊芋头蔬菜羹
适用于:

1	称重式自助餐/其它自助	✓	7	早餐	×
2	团膳/食堂	✓	8	夜宵大排档	✓
3	堂食小碗菜	✓	9	中央厨房（批量配方）	×
4	线上外卖菜	✓	10	厨务管理用资料	✓
5	零餐/快餐	✓	11	菜品研发用资料	✓
6	摆摊现做现卖	×	12	居家美食爱好者	✓



序号	《配方成本卡》成本数据更新说明		
	类别	免费浏览	会员浏览
1	手机网站	不定期更新成本	不定期更新成本
2	电脑网站	不定期更新成本	3/6/9/12月份更新
3	微信商城	购买PDF电子版《成本卡》每月更新	

糊芋头蔬菜羹

工艺简介	… … … … …	第3页
成本卡	… … … … …	第4页
不同主料的进货单价与综合成本的变化	… …	第5页
不同规格餐盒的装汤数量与图例	… … … …	第6页

不同规格餐盒各盛装10份成品汤的配方… …第7页

适用中央厨房批量生产的不同投料配方… …第8页

版权声明第9页



糊芋头蔬菜羹



工艺简介：

- 1) 提前将蒸熟的毛芋头切碎备用；
- 2) 锅内加入清水烧开，下入芋头碎；再放盐、味精、鸡精、白胡椒粉烧开；下入小白菜碎，用水淀粉勾芡、形成“羹”汤；
- 3) 汤类淋入姜葱油即可出品。

了解更多制作工艺，可参考各类视频网站介绍的同类菜品制作方法。




菜品标准配方成本卡

表-1 （别名：菜肴成本卡、菜肴标准质量卡）

敬请关注最新版成本卡。

类别：汤类菜品 菜名：糊芋头蔬菜羹 出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍 日期： 2024年1月15日 食材进货询价更新： 2025年8月1日

类别	原料采购数据								原料净料初加工数据				投入净料数据		
	原料名称	品牌	产地	采购渠道	核价日期	原料单价	原料规格与说明	每500克换算单价	原料净料初加工方法	净料名称	净料率	每500克净料单价	投料质量	投料金额	
主料	毛芋头	——	山东	多多买菜	250725	5.00元 /斤	500 克 /斤 70-90克/个	5.00元	芋头去皮、切块煮熟	煮熟芋头块	94%	5.33元	320克	3.41元	
	200921测试↑：山东芋头6个490克，去皮后435克，净料率88.8%；焯水小火煮15分钟沥水称重460克，成熟率93.8%；或相当于去皮芋头块成熟率105.7%														
配料	白梗小白菜	——	——	批发配送	250725	2.50元 /斤	500 克 /斤	2.50元	去根去黄叶、泡洗沥水	净小白菜切碎	102.7%	2.43元	70克	0.34元	
	210421测试↑：白梗小白菜称重444克、摘净后384克净料率86.5%；泡洗沥水1小时后称重456克、摘洗沥水净料率102.7%。														
调料	清水	——	自备	——	——	0.00元 /斤	500 克 /斤	0.00元	不计成本/计入费用类	清水	100%	0.00元	780克	0.00元	
	500g长舟加碘盐	长舟	湖北	白沙洲	250725	0.70元 /袋	500 克 /袋 60 袋/ 件	0.70元	成品调料/含盐量96.9%	食盐	100%	0.70元	7.0克	0.010元	
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	250725	17.60元 /袋	2000 克 /袋	4.40元	成品调料	味精	100%	4.40元	4.3克	0.04元	
	900g厨师乐鸡精	厨师乐	武汉	批发市场	250725	19.70元 /袋	900 克 /袋 10袋/箱批发	10.94元	含味精40%/含盐38%	鸡精	100%	10.94元	4.3克	0.09元	
	227g玖味白胡椒粉	玖味	武汉	批发市场	250725	24.00元 /袋	227 克 /袋 10袋/箱批发	52.86元	成品调料	白胡椒粉	100%	52.86元	1.0克	0.11元	
	25kg大成玉米淀粉	大成	辽宁锦州	拼多多	250725	144.0元 /袋	25000 克 /袋	2.88元	干淀粉加3倍清水调匀	1:3水淀粉	400%	0.72元	50克	0.07元	
	210703测试↑：取20克玉米淀粉+60克清水搅匀即1:3水生粉；锅内加清水500克烧开，勾芡（成玉米羹状浓度），实际消耗水淀粉72克；成品称重500克，芡汤加热后水分蒸发72克（500+72-500=72克），干玉米淀粉占成品羹汤比3.6%（72÷4÷500×100%=3.6%）；注：玉米淀粉与土豆淀粉勾芡浓度效果基本相同。														
	自制姜葱花生油	需提前预制				250801	5.85元 /斤	500 克 /斤	5.85元	——	姜葱花生油	100%	5.85元	10克	0.12元
注↑：用作清汤用油；详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。															
备注	以上原料可制作成品菜≧ 1000克 ，成品率 80.2% 计算式：成品率 = 成品菜质量÷主、配、调料净料投料合计×100%											投料合计 1247克		4.19元	
	成品汤含盐量≤ 0.84% ，含味精≤ 0.43% ，含鸡精≤ 0.43% ，综合谷氨酸钠≤ 0.60% ，胡椒粉≤ 0.10% ，含食油≤ 1.00%											每500克成品汤成本		2.09元	
		制作工艺简介 餐盒容积使用率为： 80%						餐盒规格	餐盒成本	实际装汤	汤品成本	成本小计	不同毛利率的汤品售价（元/盒）		
		1）提前将蒸熟的毛芋头切碎备用； 2）锅内加入清水烧开，下入芋头碎；再放盐、味精、鸡精、白胡椒粉烧开；下入小白菜碎，用水淀粉勾芡、形成“羹”汤； 3）汤内淋入姜葱油即可出品。 注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。						（毫升/盒）	（元/套）	（克/盒）	（元/盒）	餐盒+汤品	毛利率70%	毛利率60%	毛利率50%
								300圆餐盒	0.220元	240克	1.00元	1.22元	4.08元	3.06元	2.45元
								450圆餐盒	0.229元	360克	1.51元	1.74元	5.79元	4.34元	3.47元
								600圆餐盒	0.416元	480克	2.01元	2.43元	8.09元	6.06元	4.85元
——								——	——	——	——	——	——	——	
——	——	——	——	——	——	——	——								



当“主要”原料进货单价上涨或降价后，对应的综合成本变化

我们目前所采集的菜品原料进货单价数据，主要来源于线上网购平台和线下的食材批发市场、超市或菜市场；我们将近期所采集的“主要”原料进货单价设为“基数”——这里的“主要”原料是指“成本占比最高”的原料；考虑到全国不同城市、不同区域与不同餐饮业主的“主要”原料进货单价均有差异，因此这里也同步推算出：当“主要”原料进货单价上涨（三种）、或降价（三种）以后，对应的成品菜综合成本所产生的变化。——也就是：根据“主要”原料进货单价的不同，我们将同步作出“七种”不同的成本数据分析供您参考。

汤品原料分类与成本占比分析↓					
序号	主要原料名称	类别	成品汤成本		占比
			元/千克	元/斤	
1	煮熟芋头块	主料	3.41元	1.71元	81.5%
2	净小白菜切碎	配料	0.34元	0.17元	8.1%
3	油盐味精鸡精等	调料	0.43元	0.22元	10.4%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			4.19元	2.09元	100%

原料进货价更新： 2025年8月1日
满堂红菜品配方成本网出品

主要原料的成本占比
较高。

配方中的“主要”原料 涨价或降价后的成本分析↓			
主要原料净料名称： 煮熟芋头块			
主要原料毛料名称： 毛芋头			
主料转制成品工艺： 芋头+菜芯碎+调料→煮羹			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 802克			
成品率： 80.2%			
当前“毛芋头”进货价： 5.00元 /斤·500克			
如果主料进货价上涨或下降 其菜肴成本将会有以下变化↓			
类 型	毛芋头 进货价	糊芋头 蔬菜羹成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 0.50元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	3.50元	1.58元	70%
2) 进货价下降至→	4.00元	1.75元	80%
3) 进货价下降至→	4.50元	1.92元	90%
4) 目前进货价→	5.00元	2.09元	100%
5) 进货价上涨至→	5.50元	2.26元	110%
6) 进货价上涨至→	6.00元	2.43元	120%
7) 进货价上涨至→	6.50元	2.61元	130%

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系



不同规格餐盒的装汤数量（图例）

本菜品外卖餐盒装汤的容积使用率为：80%

300毫升餐盒×装汤80%=240（克）



↑ 300毫升圆形餐盒
盛装240克成品汤



450毫升餐盒×装汤80%=360（克）



↑ 450毫升圆形餐盒
盛装360克成品汤



600毫升餐盒×装汤80%=480（克）



↑ 600毫升圆形餐盒
盛装480克成品汤



菜品标准配方成本卡

表-2

速算配方表（1）

按可装不同规格餐盒10份的装菜质量、编制的原料净料配方

类别：汤类菜品

菜名：糊芋头蔬菜羹

外卖餐盒装菜容积使用率： 80%

出品：满堂红菜品配方成本网

制表：杨巍

更新： 2024年2月1日

原料名称			300ml圆餐盒		450ml圆餐盒		600ml圆餐盒		500ml长方餐盒		650ml长方餐盒		750ml长方餐盒	
类别	采购食材 原料名称	投入原料 净料名称	装菜240克/盒共10盒		装菜360克/盒共10盒		装菜480克/盒共10盒		——		——		——	
			投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算
主料	毛芋头	煮熟芋头块	1.54斤	768克	2.30斤	1152克	3.07斤	1536克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
配料	白梗小白菜	净小白菜切碎	0.34斤	168克	0.50斤	252克	0.67斤	336克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
调料	清水	清水	3.46斤	1730克	5.09斤	2543克	6.71斤	3357克	——	——	——	——	——	——
	500g长舟加碘盐	食盐	0.03斤	17克	0.05斤	25克	0.07斤	34克	——	——	——	——	——	——
	2kg莲花味精	味精	0.02斤	10克	0.03斤	15克	0.04斤	20克	——	——	——	——	——	——
	900g厨师乐鸡精	鸡精	0.02斤	10克	0.03斤	15克	0.04斤	20克	——	——	——	——	——	——
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	2.4克	0.01斤	3.6克	0.01斤	4.8克	——	——	——	——	——	——
	25kg大成玉米淀粉	1:3水淀粉	0.24斤	120克	0.36斤	180克	0.48斤	240克	——	——	——	——	——	——
	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.05斤	24克	0.07斤	36克	0.10斤	48克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
合计投入净料数量→			5.70斤	2850克	8.44斤	4222克	11.19斤	5596克	——	——	——	——	——	——
实际得到成品数量→			4.80斤	2400克	7.20斤	3600克	9.60斤	4800克	——	——	——	——	——	——
成品率（成品数量÷净料数量）→			84.2%	84.2%	85.3%	85.3%	85.8%	85.8%	——	——	——	——	——	——
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→	2400克	成品汤→	3600克	成品汤→	4800克	——	——	——	——	——	——
	300ml圆餐盒	成品菜240克	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜360克	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜480克	——	——	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——

备注：以上“颜色标黄”数据表示炖煮汤时所需要添加的“清水”，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、是否盖上锅盖、以及烹饪时间和环境温度”等因素而产生变化。



菜品标准配方成本卡 表-3 速算配方表（2） 按实际制作成品汤（整数）数量编制的原料净料配方

类别：汤类菜品 菜名：糊芋头蔬菜羹 外卖餐盒装菜容积使用率： 80% 出品：满堂红菜品配方成本网 制表：杨巍 更新： 2024年2月1日

原料名称			制作1斤		制作2斤		制作5斤		制作10斤		制作15斤		制作20斤	
类别	采购食材 原料名称	投入原料 净料名称	成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材	
			投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算	投料数量	换算
主料	毛芋头	煮熟芋头块	0.32斤	160克	0.64斤	320克	1.60斤	800克	3.20斤	1600克	4.80斤	2400克	6.40斤	3200克
配料	白梗小白菜	净小白菜切碎	0.07斤	35克	0.14斤	70克	0.35斤	175克	0.70斤	350克	1.05斤	525克	1.40斤	700克
调料	清水	清水	0.78斤	390克	1.56斤	780克	3.59斤	1797克	6.99斤	3493克	10.38斤	5189克	13.77斤	6884克
	500g长舟加碘盐	食盐	0.01斤	3.5克	0.01斤	7.0克	0.04斤	18克	0.07斤	35克	0.11斤	53克	0.14斤	70克
	2kg莲花味精	味精	0.00斤	2.1克	0.01斤	4.3克	0.02斤	11克	0.04斤	21克	0.06斤	32克	0.09斤	43克
	900g厨师乐鸡精	鸡精	0.00斤	2.1克	0.01斤	4.3克	0.02斤	11克	0.04斤	21克	0.06斤	32克	0.09斤	43克
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	0.5克	0.00斤	1.0克	0.01斤	2.5克	0.01斤	5.0克	0.02斤	7.5克	0.02斤	10克
	25kg大成玉米淀粉	1:3水淀粉	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.25斤	125克	0.50斤	250克	0.75斤	375克	1.00斤	500克
	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.15斤	75克	0.20斤	100克
合计投入净料数量→			1.25斤	623克	2.49斤	1247克	5.93斤	2963克	11.65斤	5826克	17.37斤	8687克	23.10斤	11549克
实际得到成品数量→			1.00斤	500克	2.00斤	1000克	5.00斤	2500克	10.00斤	5000克	15.00斤	7500克	20.00斤	10000克
成品率（成品数量÷净料数量）→			80.2%	80.2%	80.2%	80.2%	84.4%	84.4%	85.8%	85.8%	86.3%	86.3%	86.6%	86.6%
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→ 500克		成品汤→ 1000克		成品汤→ 2500克		成品汤→ 5000克		成品汤→ 7500克		成品汤→ 10000克	
	300ml圆餐盒	每盒装240克	可出品→ 2.1盒		可出品→ 4.2盒		可出品→ 10.4盒		可出品→ 20.8盒		可出品→ 31.3盒		可出品→ 41.7盒	
	450ml圆餐盒	每盒装360克	可出品→ 1.4盒		可出品→ 2.8盒		可出品→ 6.9盒		可出品→ 13.9盒		可出品→ 20.8盒		可出品→ 27.8盒	
	600ml圆餐盒	每盒装480克	可出品→ 1.0盒		可出品→ 2.1盒		可出品→ 5.2盒		可出品→ 10.4盒		可出品→ 15.6盒		可出品→ 20.8盒	

备注：以上“颜色标黄”数据表示炖煮汤时所需要添加的“清水”，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、是否盖上锅盖、以及烹饪时间和环境温度”等因素而产生变化。



版权声明

武汉市满堂红企业管理顾问有限公司
——以下简称“满堂红”。

本作品由“满堂红”原创，含文字、图片、音频、视频、菜品食材试验成果、图表格式及逻辑算法…等。仅供餐饮从业者、爱好者学习与参考。

未经许可，禁止摘编或改写后转载及网络传播；禁止编入软件用于商业目的等一切作品版权使用行为，否则将循司法途径追究侵权人的法律责任。

