

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤
名称 腊肉冬瓜汤
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	

腊肉冬瓜汤

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



腊肉冬瓜汤



工艺简介：

- 1) 冬瓜去皮去瓢切片；熟腊肉切片备用
- 2) 锅内放油、下入腊肉片煸炒至“断生”；
- 3) 加入开水盖上锅盖烧开后煮3-5分钟；
- 4) 下入冬瓜片、金针菇，盐、味精、鸡精；
- 5) 烧开后即可出锅。

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：腊肉冬瓜汤

出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍

日期： 2022年11月9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	无籽冬瓜块	——	——	批发配送	250725	1.80元 /斤	500 克 /斤	1.80元	去皮去瓢切5毫米厚片	净冬瓜切片	82.0%	2.20元	200克	0.88元		
	210625测试↑：无籽冬瓜1块586克，去皮去瓢（切15块）457克，净料率78.0%；清汤炖制25分钟后沥水称重398克，清炖成品率67.9%															
	自制腌腊肉	——	湖北	自制	250724	15.40元 /斤	500 克 /斤	15.40元	蒸熟后切片/含盐2.1%	蒸熟腊肉切片	97.5%	15.79元	50克	1.58元		
210105测试↑：详见/年腊味类/《腌（五花）腊肉》成本卡；自制五花干腊肉生重332克，蒸熟后324克，成品率97.5%；腊肉干品含盐量≤3.80%																
配料	带梗金针菇	——	——	多多买菜	250724	2.00元 /斤	500 克 /斤	2.00元	切去老根、泡洗沥水	去梗洗净金针菇	89.0%	2.25元	50克	0.22元		
	200913测试↑：金针菇157克，切去老梗后125克，泡洗沥水后140克，净料率89%；焯水断生沥水后133克，成熟率84.7%															
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	1000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	6.0克	0.01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/谷氨99.9%	味精	100%	4.40元	4.0克	0.04元		
	900g厨师乐鸡精	厨师乐	武汉	批发市场	250725	19.70元 /袋	500 克 /袋 10袋/箱批发	19.70元	含味精40%/含盐38%	鸡精	100%	19.70元	4.0克	0.16元		
	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↑：用作清炒、清汤用油；详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。															
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 1.5克 0.16元																
备注	以上原料可制作成品菜≥ 1000克 ， 成品率 75.4% 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 1326克		3.16元	
	成品菜（全部原料）综合含盐量≤ 0.92% ， 含味精≤ 0.40% ， 含鸡精≤ 0.40% ， 综合谷氨酸钠含量≤0.56% ， 含食油≤ 1.00%												每500克成品汤成本		1.58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）冬瓜去皮去瓢切片；熟腊肉切片备用 2）锅内放油、下入腊肉片煸炒至“断生”； 3）加入开水盖上锅盖烧开后煮3-5分钟； 4）下入冬瓜片、金针菇，盐、味精、鸡精； 5）烧开后即可出锅。						（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	0.76元	0.98元	3.26元	2.44元	1.96元	
								450圆餐盒	0.229元	360克	1.14元	1.37元	4.55元	3.42元	2.73元	
								600圆餐盒	0.416元	480克	1.52元	1.93元	6.44元	4.83元	3.86元	
								——	——	——	——	——	——	——	——	
——								——	——	——	——	——	——	——		
注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。						——	——	——	——	——	——	——	——			

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	净冬瓜切片	主料	0.88元	0.44元	27.8%
2	蒸熟腊肉切片	主料	1.58元	0.79元	50.0%
3	去梗洗净金针菇	配料	0.22元	0.11元	7.1%
4	油+盐味精等	调料	0.48元	0.24元	15.1%
合计			3.16元	1.58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： 鲜带皮五花肉
主要原料毛料名称： 自制熟腊肉切片
主料转制成品工艺： 自制腊肉+冬瓜金针菇+调料→煮汤
每千克投料合计经加工后可得到成品： 754克
成品率： 75.4%

当前“鲜带皮五花肉”进货价： 11.50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	新鲜带皮 五花肉价	自制腊肉 熟切片成本	腊肉冬瓜 汤成本
涨跌幅度 1.00元	(元/斤)	(元/斤)	(元/斤)
1) 进货价下降至→	10.00元	13.44元	1.48元
2) 进货价下降至→	10.50元	14.09元	1.51元
3) 进货价下降至→	11.00元	14.74元	1.55元
4) 目前进货价→	11.50元	15.40元	1.58元
5) 进货价上涨至→	12.00元	16.05元	1.61元
6) 进货价上涨至→	12.50元	16.71元	1.65元
7) 进货价上涨至→	13.00元	17.36元	1.68元

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：腊肉冬瓜汤 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： 2023年3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	无籽冬瓜块	净冬瓜切片	0.96斤	480克	1.44斤	720克	1.92斤	960克	——	——	——	——	——	——
	自制腌腊肉	蒸熟腊肉切片	0.24斤	120克	0.36斤	180克	0.48斤	240克	——	——	——	——	——	——
配料	金针菇	去梗洗净金针菇	0.24斤	120克	0.36斤	180克	0.48斤	240克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
调料	清水	清水	4.43斤	2217克	6.52斤	3261克	8.61斤	4304克	——	——	——	——	——	——
	500g云鹤食盐	食盐	0.03斤	14克	0.04斤	22克	0.06斤	29克	——	——	——	——	——	——
	2kg莲花味精	味精	0.02斤	10克	0.03斤	14克	0.04斤	19克	——	——	——	——	——	——
	900g大桥鸡精	鸡精	0.02斤	10克	0.03斤	14克	0.04斤	19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	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.01斤	3.6克	0.01斤	5.4克	0.01斤	7.2克	——	——	——	——	——	——
合计投入净料数量→			6.00斤	2998克	8.87斤	4433克	11.73斤	5866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）→			80.0%	80.0%	81.2%	81.2%	81.8%	81.8%	——	——	——	——	——	——
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→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜360克	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜480克	——	——	——	——	可出品→	10.0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：腊肉冬瓜汤 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： 2023年3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	无籽冬瓜块	净冬瓜切片	0.20斤	100克	0.40斤	200克	1.00斤	500克	2.00斤	1000克	3.00斤	1500克	4.00斤	2000克
	自制腌腊肉	蒸熟腊肉切片	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
配料	金针菇	去梗洗净金针菇	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
调料	清水	清水	1.00斤	500克	2.00斤	1000克	4.61斤	2304克	8.96斤	4478克	13.30斤	6652克	17.65斤	8826克
	500g云鹤食盐	食盐	0.01斤	3.0克	0.01斤	6.0克	0.03斤	15克	0.06斤	30克	0.09斤	45克	0.12斤	60克
	2kg莲花味精	味精	0.00斤	2.0克	0.01斤	4.0克	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.06斤	30克	0.08斤	40克
	900g大桥鸡精	鸡精	0.00斤	2.0克	0.01斤	4.0克	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.06斤	30克	0.08斤	40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
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	0.8克	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.8克	0.02斤	7.5克	0.02斤	11克	0.03斤	15克
合计投入净料数量→			1.33斤	663克	2.65斤	1326克	6.24斤	3118克	12.21斤	6106克	18.19斤	9093克	24.16斤	12081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）→			75.4%	75.4%	75.4%	75.4%	80.2%	80.2%	81.9%	81.9%	82.5%	82.5%	82.8%	82.8%
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。

