

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤

名称 番茄蛋花汤

适用于：

1	称重式自助餐/其它自助	✓
2	团膳/食堂	✓
3	堂食小碗菜	✓
4	线上外卖菜	✓
5	零餐/快餐	✓
6	摆摊现做现卖	✗

7	早餐	✗
8	夜宵大排档	✓
9	中央厨房 (批量配方)	✗
10	厨务管理用资料	✓
11	菜品研发用资料	✓
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

目 录

番茄蛋花汤



番茄蛋花汤



工艺简介：

- 1) 番茄去蒂切片备用；打鸡蛋留蛋液搅匀备用；
- 2) 锅内放油、下入番茄片煸炒至“软烂”；
- 3) 加入开水盖上锅盖烧开后煮3-5分钟；
- 4) 下入盐、味精、鸡精，用水淀粉勾芡；
- 5) 淋入鸡蛋液，同时用炒勺搅成蛋花即可出锅。

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)

类别: 汤类菜品 菜名: 番茄蛋花汤

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

敬请关注最新版成本卡。

日期: 2022年9月20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	番茄/西红柿	——	——	批发配送	250725	3.00元/斤	500 克/斤 150-200克/个	3.00元	火烧去皮,再去蒂	去皮番茄切块	93.1%	3.22元	170克	1.10元
	210423测试↑: 2个番茄(西红柿)称重304克,用不锈钢筷插住番茄后、置于燃气炉上烧糊表皮;待摘去表皮、切去番茄蒂后称重283克,净料率93.1%													
	洋鸡蛋8.5个/斤	——	本地	蛋品批发	250724	4.30元/斤	500 克/斤 = 0.51 元/个	4.30元	去掉蛋壳,留蛋液	去壳蛋液	84.8%	5.07元	50克	0.51元
调料	200909测试↑: 3个鸡蛋171克,剥壳留蛋液149克,净料率87.1%;鸡蛋液炒熟前后的质量变化较小,即149克鸡蛋液→炒熟150克,油耗13.3克。													
	201020测试↑: 4个鸡蛋228克,剥壳留蛋液188克,净料率82.5%;综合平均84.8%[(87.1%+82.5%)÷2]。 50克鸡蛋液相当于 1.0个有壳鸡蛋													
	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	7.0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
备注	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。													
	25kg大成玉米淀粉	大成	辽宁锦州	拼多多	250725	144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	35克	0.05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	1.5克	0.16元
备注	以上原料可制作成品菜≥ 1000克, 成品率 78.0% 计算式: 成品率 = 成品菜质量÷主、配、调料净料投料合计×100%													
	成品菜(全部原料)综合含盐量≤ 0.83%, 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%													
		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) 番茄去蒂切片备用;打鸡蛋留蛋液搅匀备用; 2) 锅内放油、下入番茄片煸炒至“软烂”; 3) 加入开水盖上锅盖烧开后煮3-5分钟; 4) 下入盐、味精、鸡精,用水淀粉勾芡; 5) 淋入鸡蛋液,同时用炒勺搅成蛋花即可出锅。							(毫升/盒)	(元/套)	(克/盒)	(元/盒)	餐盒+汤品	毛利率70%
		300圆餐盒	0.220元	240克	0.51元	0.73元	2.44元	1.83元						
		450圆餐盒	0.229元	360克	0.77元	1.00元	3.32元	2.49元						
		600圆餐盒	0.416元	480克	1.02元	1.44元	4.80元	3.60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，对应的成品汤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	去皮番茄切块	主料	1.10元	0.55元	51.4%
2	去壳蛋液	配料	0.51元	0.25元	23.8%
3	油盐味精鸡精等	调料	0.53元	0.26元	24.8%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			2.13元	1.07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：去皮番茄切块			
主要原料毛料名称：番茄/西红柿			
主料转制成品工艺：去皮去蒂番茄块+鸡蛋+调料→煮汤			
每千克投料合计经加工后可得到成品：780克			
成品率：78.0%			
当前“新鲜番茄”进货价：3.00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	新鲜番茄 进货价 (元/斤)	番茄蛋花汤 成本 (元/斤)	主料进货 单价系数
涨降幅度 0.50元			0
1) 进货价下降至→	1.50元	0.79元	50%
2) 进货价下降至→	2.00元	0.88元	67%
3) 进货价下降至→	2.50元	0.97元	83%
4) 目前进货价→	3.00元	1.07元	100%
5) 进货价上涨至→	3.50元	1.16元	117%
6) 进货价上涨至→	4.00元	1.25元	133%
7) 进货价上涨至→	4.50元	1.34元	150%

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: 番茄蛋花汤

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 装菜240克/盒共10盒		450ml圆餐盒 装菜360克/盒共10盒		600ml圆餐盒 装菜480克/盒共10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	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	番茄/西红柿	去皮番茄切块	0.82斤	408克	1.22斤	612克	1.63斤	816克	—	—	—	—	—	—
	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳蛋液	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	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	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	—	—	—	—	—	—
	25kg大成玉米淀粉	1:3水淀粉	0.17斤	84克	0.25斤	126克	0.34斤	168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→			5.79斤	2893克	8.55斤	4274克	11.31斤	5655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)→			83.0%	83.0%	84.2%	84.2%	84.9%	84.9%	—	—	—	—	—	—
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。



扫码登录手机网站

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: 番茄蛋花汤

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 成品汤需要食材		制作2斤 成品汤需要食材		制作5斤 成品汤需要食材		制作10斤 成品汤需要食材		制作15斤 成品汤需要食材		制作20斤 成品汤需要食材	
类别	采购食材 原料名称	投入原料 净料名称	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	番茄/西红柿	去皮番茄切块	0.17斤	85克	0.34斤	170克	0.85斤	425克	1.70斤	850克	2.55斤	1275克	3.40斤	1700克
	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳蛋液	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	3.5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	2.0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
	25kg大成玉米淀粉	1:3水淀粉	0.04斤	18克	0.07斤	35克	0.18斤	88克	0.35斤	175克	0.53斤	263克	0.70斤	350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→		1.28斤	641克	2.56斤	1282克	6.02斤	3008克	11.77斤	5886克	17.53斤	8763克	23.28斤	11641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) →		78.0%	78.0%	78.0%	78.0%	83.1%	83.1%	85.0%	85.0%	85.6%	85.6%	85.9%	85.9%
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。

