

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤
名称 鸡蛋蚕豆米汤
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

鸡蛋蚕豆米汤

工艺简介 … … … … … … … … … 第3页
成本卡 … … … … … … … … 第4页
不同规格餐盒的装汤数量与图例… … … 第5页

批量生产用配方:

不同规格餐盒各盛装10份成品汤的配方… … 第6页
适用中央厨房批量生产的不同投料配方… … 第7页

版权声明 … … … … … … … 第8页



鸡蛋蚕豆米汤



工艺简介：

- 1) 干蚕豆瓣提前清洗泡发，鸡蛋打散；
- 2) 锅内放姜葱油烧热，下入鸡蛋液剪成嫩蛋饼，戳散，加入开水，盖上锅盖、中大火烧至汤汁浓黄（浅黄色）；
- 3) 下入蚕豆瓣煮熟，下入盐、味精、鸡精；
- 4) 起锅后加入白胡椒粉即成。

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: 鸡蛋蚕豆米汤

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4月2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		
主配料	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	185克	1.88元		
	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]。 185克鸡蛋液相当于 3.0个有壳鸡蛋															
调料	速冻去皮蚕豆瓣	——	山东	拼多多	250725	56.2元/袋	2500 克/袋	5 斤/袋	11.24元	网购成品生蚕豆瓣	晒干生蚕豆瓣	100%	11.24元	125克	2.81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	25克	0.29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。															
备注	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	1150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		
	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	4.0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	1.5克	0.16元	
以上原料可制作成品菜≥ 1000克, 成品率 66.6% 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 1502克 5.27元						
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≤ 2.50%										每500克成品汤成本 2.63元						
备注		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) 干蚕豆瓣提前清洗泡发, 鸡蛋打散; 2) 锅内放姜葱油烧热, 下入鸡蛋液剪成嫩蛋饼, 戳散, 加入开水, 盖上锅盖、中大火烧至汤汁浓黄(浅黄色); 3) 下入蚕豆瓣煮熟, 下入盐、味精、鸡精; 4) 起锅后加入白胡椒粉即成。							(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	1.26元	1.48元	4.95元	3.71元	2.97元	
		450圆餐盒							0.229元	360克	1.90元	2.13元	7.09元	5.32元	4.25元	
		600圆餐盒							0.416元	480克	2.53元	2.95元	9.82元	7.36元	5.89元	
		——							——	——	——	——	——	——	——	
		——							——	——	——	——	——	——	——	

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: 鸡蛋蚕豆米汤

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
主配	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳蛋液	0.89斤	444克	1.33斤	666克	1.78斤	888克	—	—	—	—	—	—
	去皮生蚕豆瓣	晒干生蚕豆瓣	0.60斤	300克	0.90斤	450克	1.20斤	600克	—	—	—	—	—	—
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.12斤	60克	0.18斤	90克	0.24斤	120克	—	—	—	—	—	—
	清水	清水	5.10斤	2550克	7.50斤	3750克	9.90斤	4950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	—	—	—	—	—	—
	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→			6.79斤	3394克	10.03斤	5015克	13.27斤	6637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)→			70.7%	70.7%	71.8%	71.8%	72.3%	72.3%	—	—	—	—	—	—
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”数据表示炖煮汤过程中所需添加的“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”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: 鸡蛋蚕豆米汤

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
主配	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳蛋液	0.19斤	93克	0.37斤	185克	0.93斤	463克	1.85斤	925克	2.78斤	1388克	3.70斤	1850克
	去皮生蚕豆瓣	晒干生蚕豆瓣	0.13斤	63克	0.25斤	125克	0.63斤	313克	1.25斤	625克	1.88斤	938克	2.50斤	1250克
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.03斤	13克	0.05斤	25克	0.13斤	63克	0.25斤	125克	0.38斤	188克	0.50斤	250克
	清水	清水	1.15斤	575克	2.30斤	1150克	5.30斤	2650克	10.30斤	5150克	15.30斤	7650克	20.30斤	10150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
	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→			1.50斤	751克	3.00斤	1502克	7.06斤	3529克	13.82斤	6908克	20.57斤	10286克	27.33斤	13665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) →			66.6%	66.6%	66.6%	66.6%	70.8%	70.8%	72.4%	72.4%	72.9%	72.9%	73.2%	73.2%
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”数据表示炖煮汤过程中所需添加的“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”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。

