

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制原料

名称 预制汆汤猪肉圆

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

预制汆汤猪肉圆

工艺简介	… … … … …	… 第3页
《成本卡》	… … … …	… 第5页
主料进货单价上涨或降价与成本的变化	… …	第6页
用于“批量生产”的六种不同投料配方	… …	第7页
版权声明	… … …	… 第8页



预制汆汤猪肉圆试验工作图

【 试验前原调料称重 - 试验后原调料称重 = 实际应用原调料重量 】



IMG_20210422_103218



IMG_20210422_104604



IMG_20210422_104637



IMG_20210422_104810



IMG_20210422_104844



IMG_20210422_104911



IMG_20210422_113155



IMG_20210422_113318



IMG_20210422_113330



IMG_20210422_113339



IMG_20210422_113350



IMG_20210422_113408



IMG_20210422_113806



IMG_20210422_115012预制万能猪肉馅



IMG_20210422_115013



IMG_20210422_115022



IMG_20210422_115039



IMG_20210422_115100



IMG_20210422_115117



IMG_20210422_115124



IMG_20210422_115133



IMG_20210422_120507



IMG_20210422_120555



IMG_20210422_120817-24个汆肉



成品肉馅
1027克



肉馅挤成肉圆
下入锅内汆熟



捞出肉圆称重
272克



剩余肉馅735克
实用肉馅292克

$$\text{肉馅汆肉圆成品率} \\ 272 \text{克} \div 292 \text{克} \times 100\% \\ = 93.2\%$$

预制汆汤猪肉圆

- 1) 将“肥三瘦七”的去皮猪前腿肉（前夹肉）搅成肉馅；。
- 2) 肉馅内依次加入小葱（白）末、盐、味精（粉）、白胡椒粉、生抽、姜汁，搅匀；
- 3) 将清水分2-3次逐步加入肉馅中，边加水边搅拌、上劲，最后加入鸡蛋液和玉米淀粉搅匀即成；
- 4) 锅内清水烧开后、改成小火；用手挤肉圆逐个下入开水内，待锅内肉圆下完后，调成中火，让水微微烧开、煮熟（汆熟）肉圆。

注↑：经测试，1000克成品肉馅可煮制汆圆约931.5克，若按每个熟汆圆12.5克计算，则可制作74.5个。

为什么调制肉馅时，按配方数量添加清水以后、成品肉馅会“很稀”？

答：因为肉馅在调味前的含水量就比较高了。

比如①绞肉馅前水洗猪肉时，应将大块的猪肉漂洗、沥水后再切成小块搅成肉馅，这样的肉馅含水量约有3%，那么按“配方”加水调馅就不会太稀；

②如果先将猪肉切成小片（小条）后再去漂洗、沥水、绞馅，这样的肉馅含水量会大于10%，而这时候按配方要求调肉馅加水后、肉馅就会“很稀”；

③再次提示：大型超市买的猪肉和成品猪肉馅“含水量会很高”；而在菜市场肉摊上买新鲜猪肉、并委托摊主绞肉时，摊主会当着你的面切肉、漂洗再绞肉——也就是当着你的面“将水掺到肉馅里”，保证让你看不出来、也复不了秤。

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: 预制原料 菜名: 预制汆汤猪肉圆

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: 2021年4月22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	去皮猪前腿肉/前夹	——	——	鲜肉批发	250724	10.50元/斤	500 克 / 斤 肥三瘦七肉	10.50元	将去皮猪肉搅碎	肥三瘦七肉末	100%	10.50元	610克	12.81元																		
	210422测试↑: 去皮猪前腿肉/前夹628克, 泡洗、沥水1小时后称重647克; 做肉馅添加清水最大用量相当于(未泡洗)生肉馅的36%。																															
调料	小葱	散装	安徽	拼多多	250725	5.00元/斤	500 克 / 斤	5.00元	去掉根须、葱白切末	小葱白末	84.7%	5.90元	35克	0.41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	8.0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	可自行打成粉末状	味精粉	100%	4.40元	4.0克	0.04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	净白胡椒粉	100%	52.86元	2.0克	0.21元																		
	1比10自制姜汁	自制榨汁	——	——	250801	0.59元/斤	注↑: 100克生姜细末+10倍清水		0.59元	将生姜+清水榨成汁	自制姜汁	1100%	0.05元	60克	0.01元																	
	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	160克	0.00元																		
	4.9L海天金标生抽	海天	佛山	拼多多	250725	40.25元/桶	4900 毫升 / 桶 约1150 克/升	3.57元	成品调料/含盐量16.7%	生抽	100%	3.57元	20克	0.14元																		
	洋鸡蛋8.5个/斤	——	本地	蛋品批发	250724	4.30元/斤	500 克 / 斤 = 0.54 元/个	4.30元	去掉蛋壳, 留蛋液	去壳鸡蛋液	86.6%	4.97元	90克	0.89元																		
	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	成品调料	净玉米淀粉	100%	2.88元	22克	0.13元																		
以上原料可制作成品肉馅≥ 1000克 , 成品率1 98.9% 计算式: 成品率 = 成品质量 ÷ 主配调料净料投料合计 × 100%								投料合计 1011克 14.65元																								
以上肉馅可制成品熟余圆≥ 932克 , 成品率2 93.2% , 成品肉馅含盐量≤1.11% , 余圆含盐量≤1.19% , 含味精≤ 0%								每500克成品馅成本 7.33元																								
备注			制作工艺简介																													
	1) 将“肥三瘦七”的去皮猪前腿肉(前夹肉)搅成肉馅; 注意: 如果需要将猪肉先清洗、沥水后再搅成肉馅, 则猪肉(因含水)质量会增加约3%, 即每千克增加水分约30克, 后续合肉馅时应在以上“配方”的基础上、减去“因清洗而增加的猪肉含水量”。 2) 肉馅内依次加入小葱(白)末、盐、味精(粉)、白胡椒粉、生抽、姜汁, 搅匀; 3) 将清水分2-3次逐步加入肉馅中, 边加水边搅拌、上劲, 最后加入鸡蛋液和玉米淀粉搅匀即成; 【再次提示: 如果使用注水肉或注水肉馅, 则合肉馅时需减少用水量】 4) 锅内清水烧开后、改成小火; 用手挤肉圆逐个下入开水内, 待锅内肉圆下完后, 调成中火, 让水微微烧开、煮熟(余熟)肉圆。 注↑: 经测试, 1000克成品肉馅可煮制余圆约931.5克, 若按每个熟余圆12.5克计算, 则可制作74.5个。																															
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“10种”不同的成本数据分析供您参考。



扫码登录手机网站



登录满堂红商城

菜品原料分类与成本占比分析↓					
序号	主要原料名称	类别	成品料成本		占比
			元/千克	元/斤	
1	肥三瘦七肉末	主料	13.75元	6.88元	87.4%
2	——	配料	——	——	——
3	葱+盐味精等	调料	1.98元	0.99元	12.6%
4	——	其它	——	——	——
合计			15.73元	7.86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。

类型 涨降幅度 1.00元	猪前夹肉 进货价 (元/斤)	水汆肉圆 成本 (元/斤)	主料进货 单价系数 0
1) 进货价下降至→	7.50元	5.90元	71%
2) 进货价下降至→	8.50元	6.55元	81%
3) 进货价下降至→	9.50元	7.21元	90%
4) 目前进货价→	10.50元	7.86元	100%
5) 进货价上涨至→	11.50元	8.52元	110%
6) 进货价上涨至→	12.50元	9.17元	119%
7) 进货价上涨至→	13.50元	9.83元	129%
8) 进货价上涨至→	14.50元	10.48元	138%
9) 进货价上涨至→	15.50元	11.14元	148%
10) 进货价上涨至→	16.50元	11.79元	157%

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系

菜品标准配方成本卡

表-2

速算配方表

按实际制作成品汆汤圆子（整数）数量编制的原料净料配方

类别：预制原料

菜名：预制汆汤猪肉圆

出品：满堂红菜品配方成本网

制表：杨巍 更新：2023年4月2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	投入原料	成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材														
	原料名称	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	去皮猪前腿肉/前夹	肥三瘦七肉末	0.65斤	327克	1.31斤	655克	3.27斤	1637克	6.55斤	3274克	9.82斤	4911克	13.10斤	6549克													
调料	小葱	小葱白末	0.04斤	19克	0.08斤	38克	0.19斤	94克	0.38斤	188克	0.56斤	282克	0.75斤	376克													
	500g云鹤食盐	食盐	0.01斤	4.3克	0.02斤	8.6克	0.04斤	21克	0.09斤	43克	0.13斤	64克	0.17斤	86克													
	2kg莲花味精	味精粉	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	净白胡椒粉	0.00斤	1.1克	0.00斤	2.1克	0.01斤	5.4克	0.02斤	11克	0.03斤	16克	0.04斤	21克													
	1比10自制姜汁	自制姜汁	0.06斤	32克	0.13斤	64克	0.32斤	161克	0.64斤	322克	0.97斤	483克	1.29斤	644克													
	清水	清水	0.17斤	86克	0.34斤	172克	0.86斤	429克	1.72斤	859克	2.58斤	1288克	3.44斤	1718克													
	4.9L海天金标生抽	净生抽	0.02斤	11克	0.04斤	21克	0.11斤	54克	0.21斤	107克	0.32斤	161克	0.43斤	215克													
	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳鸡蛋液	0.10斤	48克	0.19斤	97克	0.48斤	242克	0.97斤	483克	1.45斤	725克	1.93斤	966克													
	25kg大成玉米淀粉	净玉米淀粉	0.02斤	12克	0.05斤	24克	0.12斤	59克	0.24斤	118克	0.35斤	177克	0.47斤	236克													
合计投入净料数量→			1.09斤	543克	2.17斤	1085克	5.43斤	2713克	10.85斤	5427克	16.28斤	8140克	21.71斤	10853克													
(有损耗) 实得成品肉馅数量→			1.07斤	537克	2.15斤	1074克	5.37斤	2684克	10.74斤	5368克	16.10斤	8052克	21.47斤	10735克													
肉馅成品率(肉馅÷净料数量)→			98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%	98.9%													
实际得到成品熟汆圆数量→			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													
汆圆成品率(成品汆圆÷肉馅数量)→			93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%	93.2%													
以上原料可制作	按每个12.5克			可做汆圆 40		可做汆圆 80		可做汆圆 200		可做汆圆 400		可做汆圆 600		可做汆圆 800													
	熟汆圆数量			按每个15.0克		可做汆圆 33.3个		可做汆圆 66.7个		可做汆圆 167个		可做汆圆 333个		可做汆圆 500个													
1) 将“肥三瘦七”的去皮猪前腿肉(前夹肉)搅成肉馅；注意：如果需要将猪肉先清洗、沥水后再搅成肉馅，则猪肉(因含水)质量会增加约3%，即每千克增加水分约30克，后续合肉馅时应在以上“配方”的基础上、减去“因清洗而增加的猪肉含水量”。																											
2) 肉馅内依次加入小葱(白)末、盐、味精(粉)、白胡椒粉、生抽、姜汁，搅匀；																											
3) 将清水分2-3次逐步加入肉馅中，边加水边搅拌、上劲，最后加入鸡蛋液和玉米淀粉搅匀即成；																											
【再次提示：如果使用注水肉或注水肉馅，则合肉馅时需减少用水量】																											
4) 锅内清水烧开后、改成小火；用手挤肉圆逐个下入开水内，待锅内肉圆下完后，调成中火，让水微微烧开、煮熟(汆熟)肉圆。																											
注↑：经测试，1000克成品肉馅可煮制汆圆约931.5克，若按每个熟汆圆12.5克计算，则可制作74.5个。																											



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。

