

# SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制原料  
名称 预炸黄金蒜瓣  
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	

# 目 录

## 预炸黄金蒜瓣

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



# 预炸黄金蒜瓣试验工作图



IMG\_20210315\_095903



IMG\_20210315\_100611



IMG\_20210315\_100833



IMG\_20210315\_101130



IMG\_20210315\_101721



IMG\_20210315预炸金黄蒜瓣



- 1) 去皮蒜瓣229克、切去蒜蒂  
后称重216克，净料率94.32%；  
2) 油炸成“黄金蒜”后191克，  
成品率83.4%=191÷229×100%；  
3) 成品油耗15克即7.85%。

# 预炸黄金蒜瓣

- 1) 将去皮蒜瓣切去“蒂头”后得到“去蒂蒜瓣”，净料率94%；
- 2) 将相当于蒜瓣“三倍”的炸油倒入锅内加热、下入蒜瓣炸成金黄色即成。

注1：成品金黄蒜瓣的质量约相当于“去皮蒜瓣（未去蒂）”的83.4%；相当于“去蒂蒜瓣”的88.4%；以及相当于“去皮蒜瓣（未去蒂）+食油”的82.7%。

注2：炸油消耗约占成品金黄蒜瓣的7.85%。

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：预制原料


菜名：预炸黄金蒜瓣

出品：满堂红菜品配方成本网

制作：杨巍

日期：2021年3月12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		
调料	去皮蒜瓣/蒜米	散装	山东	多多买菜	250725	5.00元 /斤	500 克 /斤	5.00元	切去蒜瓣蒂头	去蒂蒜瓣	94%	5.30元	216克	2.29元		
	5L元宝大豆油	元宝	青岛	多多买菜	250725	43.99元 /壶	5000 毫升 /壶 约926 克/ 升	4.75元	注↑：食油应用中有损耗	实用净油	100%	4.75元	15克	0.14元		
	210312测试炸黄金蒜：蒜子229克、切去蒜蒂后216克，净料率94.32%；用油炸成“黄金蒜”后191克，成品率83.4%=191÷229×100%；成品油耗15克即7.85%															
备注	以上原料可制作成品蒜质量≥				191克		，原料成品率：82.7%				计算式：成品率=成品蒜瓣质量÷全部净料投料合计×100%				投料合计 231克 2.43元	
	以上原料可制作成品蒜质量≥				191克		，蒜瓣成品率：88.4%				计算式：成品蒜瓣质量÷生去蒂蒜瓣质量×100%				每500克成品蒜成本 6.37元	
									制作工艺简介							
									1) 将去皮蒜瓣切去“蒂头”后得到“去蒂蒜瓣”，净料率94%； 2) 将相当于蒜瓣“三倍”的炸油倒入锅内加热、下入蒜瓣炸成金黄色即成。 注1：成品金黄蒜瓣的质量约相当于“去皮蒜瓣（未去蒂）”的83.4%；相当于“去蒂蒜瓣”的88.4%；以及相当于“去皮蒜瓣（未去蒂）+食油”的82.7%。 注2：炸油消耗约占成品金黄蒜瓣的7.85%。							
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（六种）、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。



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	去蒂蒜瓣	主料	11.99元	5.99元	94.1%
2	——	配料	——	——	——
3	实用净油	调料	0.75元	0.37元	5.9%
4	——	其它	——	——	——
合计			12.74元	6.37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： 去蒂蒜瓣			
主要原料毛料名称： 去皮蒜瓣/蒜米			
主料转制成品工艺： 去皮蒜瓣+油→炸成黄金蒜			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 827克			
成品率： 82.7%			
当前“去皮蒜瓣”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	去皮蒜瓣 进货价	预炸黄金 蒜瓣成本	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	4.57元	70%
2) 进货价下降至→	4.00元	5.17元	80%
3) 进货价下降至→	4.50元	5.77元	90%
4) 目前进货价→	5.00元	6.37元	100%
5) 进货价上涨至→	5.50元	6.97元	110%
6) 进货价上涨至→	6.00元	7.57元	120%
7) 进货价上涨至→	6.50元	8.17元	130%
8) 进货价上涨至→	7.00元	8.77元	140%
9) 进货价上涨至→	7.50元	9.37元	150%
10) 进货价上涨至→	8.00元	9.97元	160%

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（整数）数量编制的原料净料配方

类别：预制原料

菜名：预炸黄金蒜瓣

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	
			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
调料	去皮蒜瓣/蒜米	去蒂蒜瓣	1.13斤	565克	2.26斤	1131克	5.65斤	2827克	11.31斤	5654克	16.96斤	8482克	22.62斤	11309克
	5L元宝大豆油	实用净油	0.08斤	39克	0.16斤	79克	0.39斤	196克	0.79斤	393克	1.18斤	589克	1.57斤	785克
合计投入净料数量→			1.21斤	605克	2.42斤	1209克	6.05斤	3024克	12.09斤	6047克	18.14斤	9071克	24.19斤	12094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）→			82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%	82.7%

1) 将去皮蒜瓣切去“蒂头”后得到“去蒂蒜瓣”，净料率94%；  
2) 将相当于蒜瓣“三倍”的炸油倒入锅内加热、下入蒜瓣炸成金黄色即成。  
注1：成品金黄蒜瓣的质量约相当于“去皮蒜瓣（未去蒂）”的83.4%；相当于“去蒂蒜瓣”的88.4%；以及相当于“去皮蒜瓣（未去蒂）+食油”的82.7%。  
注2：炸油消耗约占成品金黄蒜瓣的7.85%。



## 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。

