

# SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制原料  
名称 预制万能猪肉馅  
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

## 预制万能猪肉馅

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





# 预制万能猪肉馅

(220119测试 试验工作图↓)



IMG\_20220119\_140504



IMG\_20220119\_150632



IMG\_20220119\_150944



IMG\_20220119\_151218



IMG\_20220119\_151327



IMG\_20220119\_151507



IMG\_20220119\_151747



IMG\_20220119\_152022



IMG\_20220119\_152356



IMG\_20220119\_152707



IMG\_20220119\_152902



IMG\_20220119\_152953



IMG\_20220119\_154052



IMG\_20220119\_154134



# 预制万能猪肉馅

- 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；
  - 4) 最后加入鸡蛋液和玉米淀粉搅匀即成。
- 注↑：本肉馅可用于制作“汆汤圆、添加葱花后包馄饨、添加蔬菜馅料后包饺子”等。

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：预制万能猪肉馅


出品：满堂红菜品配方成本网

制作：杨巍

日期：2022年1月19日

敬请关注最新版成本卡。

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	将不注水猪肉搅碎	肥3瘦7纯干肉末	100%	10.50元	1500克	31.50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数量相当于（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	86克	1.02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	20克	0.03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	9.8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	净白胡椒粉	100%	52.86元	4.9克	0.52元	
	自制1:10姜汁	需提前预制			250801	0.59元 /斤	500 克 /斤	0.59元	将1份姜+10份水榨汁	1:10生姜汁	100%	0.59元	148克	0.17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	142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	49克	0.35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	221克	2.19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	54克	0.31元	
备注	以上原料可制作成品肉馅≧ 2235克 ， 成品率 100.0% 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	2235克	36.18元
	成品含盐量≤ 1.23% ， 含味精≤ 0.44% ， 馅料中的水+鸡蛋液+液体调料含量≥ 23.08% ， 含淀粉≤ 2.42%												每500克成品馅成本 8.09元		
		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；【再次提示：如果使用注水肉或注水肉馅，则调肉馅时需减少清水用量】														
	4) 最后加入鸡蛋液和玉米淀粉搅匀即成。														
	注↑： 本肉馅可用于制作汆汤圆、添加葱花后包馄饨、添加蔬菜馅料后包饺子、滚上糯米做珍珠圆子等。														
	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。



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3瘦7纯干肉末	主料	14.10元	7.05元	87.1%
2	——	配料	——	——	——
3	葱+盐味精等	调料	2.09元	1.05元	12.9%
4	——	其它	——	——	——
合计			16.19元	8.09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： 肥3瘦7纯干肉末			
主要原料毛料名称： 去皮猪前腿肉/前夹			
主料转制成品工艺： 猪肉搅碎+调料→搅拌成馅			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 1000克			
成品率： 100.0%			
当前“去皮猪前腿肉/前夹”进货价： 10.50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	猪前夹肉 进货价	万能猪肉 馅成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 1.00元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	7.50元	6.08元	71%
2) 进货价下降至→	8.50元	6.75元	81%
3) 进货价下降至→	9.50元	7.42元	90%
4) 目前进货价→	10.50元	8.09元	100%
5) 进货价上涨至→	11.50元	8.77元	110%
6) 进货价上涨至→	12.50元	9.44元	119%
7) 进货价上涨至→	13.50元	10.11元	129%
8) 进货价上涨至→	14.50元	10.78元	138%
9) 进货价上涨至→	15.50元	11.45元	148%
10) 进货价上涨至→	16.50元	12.12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（整数）数量编制的原料净料配方

类别：预制原料

菜名：预制万能猪肉馅

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	成品肉馅需要食材		成品肉馅需要食材		成品肉馅需要食材		成品肉馅需要食材		成品肉馅需要食材		成品肉馅需要食材	
			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	去皮猪前腿肉/前夹	肥三瘦七肉末	0.67斤	336克	1.34斤	671克	3.36斤	1678克	6.71斤	3356克	10.07斤	5034克	13.42斤	6712克
调料	小葱	小葱白末	0.04斤	19克	0.08斤	38克	0.19斤	96克	0.38斤	192克	0.58斤	289克	0.77斤	385克
	500g云鹤食盐	食盐	0.01斤	4.5克	0.02斤	8.9克	0.04斤	22克	0.09斤	45克	0.13斤	67克	0.18斤	89克
	2kg莲花味精	味精粉	0.00斤	2.2克	0.01斤	4.4克	0.02斤	11克	0.04斤	22克	0.07斤	33克	0.09斤	44克
	227g玖味白胡椒粉	净白胡椒粉	0.00斤	1.1克	0.00斤	2.2克	0.01斤	5.5克	0.02斤	11克	0.03斤	16克	0.04斤	22克
	自制1:10姜汁	1:10生姜汁	0.07斤	33克	0.13斤	66克	0.33斤	166克	0.66斤	331克	0.99斤	497克	1.32斤	662克
	清水	清水	0.06斤	32克	0.13斤	64克	0.32斤	159克	0.64斤	318克	0.95斤	477克	1.27斤	635克
	4.9L海天金标生抽	净生抽	0.02斤	11克	0.04斤	22克	0.11斤	55克	0.22斤	110克	0.33斤	164克	0.44斤	219克
	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳鸡蛋液	0.10斤	49克	0.20斤	99克	0.49斤	247克	0.99斤	494克	1.48斤	742克	1.98斤	989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	60克	0.24斤	121克	0.36斤	181克	0.48斤	242克
合计投入净料数量→			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
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）→			100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

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；【再次提示：如果使用注水肉或注水肉馅，则调肉馅时需减少清水用量】

4) 最后加入鸡蛋液和玉米淀粉搅匀即成。

注↑：本肉馅可用于制作汆汤圆、添加葱花后包馄饨、添加蔬菜馅料后包饺子、滚上糯米做珍珠圆子等。





## 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。

