

# SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制腌浆  
名称 牛腿肉丝-酱油上浆  
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

## 牛腿肉丝-酱油上浆

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





# 牛腿肉丝-酱油上浆

类别	投入原料 净料名称	投入净原料 数量与占比	
		克	占比
主料	净牛肉丝	730克	73.05%
调料	净食盐	4.9克	0.49%
	净食粉	7.4克	0.74%
	净松肉粉	3.7克	0.37%
	净味精	4.7克	0.47%
	净老抽	3.7克	0.37%
	清水	185克	18.47%
	浆肉用淀粉	26克	2.61%
	去壳蛋液	15克	1.46%
	净大豆油	20克	1.98%
合计净料数量		1000克	100.0%
实际得到成品数量→		1000克	——
原材料上浆成品率→		100.0%	——



以上原材料可制作  
成品上浆肉丝1千克

# 牛腿肉丝-酱油上浆

- 1) 选用“未注水”牛腿肉，用干净抹布擦净后切丝；
- 2) 牛肉丝如需漂洗、则漂洗后一定要挤干水分——否则会影响配方中的清水投入量后按配方所需称重；
- 3) 将食盐放入肉丝内搅拌、上劲，再分别放入食粉、松肉粉、老抽、清水搅拌，让水分“吃入”到肉丝内；
- 4) 再加入鸡蛋液拌匀、加入玉米淀粉拌匀，最后加入大豆油/色拉油淋入（封住）浆好的肉丝表面即成。

注1：可将清水换成“葱姜水”（限两天内用完）；

注2：以上配方适用于牛肉片、牛柳、牛肉丝、牛肉丁。



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： 预制腌浆 菜名： 牛腿肉丝-酱油上浆 出品： 满堂红菜品配方成本网 制作： 杨巍 日期： 2021年11月5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	进口牛霖肉	进口	巴西	白沙洲	250724	33.22元 /件	500 克 /件 未注水干牛肉	33.22元	解冻去筋膜改刀	净牛肉丝	85.0%	39.08元	700克	54.72元	
	分档取料成本分析：网购3斤牛肉，解冻沥水后称重1466克，净料率97.8%；选用较好部位切牛肉片872克（占59.5%≈60%），其它594克做制汤生牛肉块（占39.5%≈40%）；设生牛肉片净料单价为制汤生牛肉的1.5倍，分解单价为：切片净牛肉26.54元/斤，制汤生牛肉17.69元/斤；														
调料	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	4.7克	0.01元	
	445g斧头-食粉	金泰	广州	拼多多	250725	4.70元 /盒	445 克 /盒 5盒起售包邮	5.28元	成品调料/小苏打	食粉	100%	5.28元	7.1克	0.07元	
	家乐安多夫松肉粉	家乐	广州	拼多多	250725	11.96元 /罐	453.6 克 /罐 5罐起售包邮	13.18元	成品调料	松肉粉	100%	13.18元	3.5克	0.09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	含味精40%/含盐26.6%	味精	100%	4.40元	4.5克	0.04元	
	4.9L海天草菇老抽	海天	佛山	拼多多	250725	47.27元 /桶	4900 毫升 /桶 约1150 克/ 升	4.19元	成品调料/含盐量17.4%	老抽	100%	4.19元	3.5克	0.03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	177克	0.00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	浆肉用淀粉	100%	2.88元	25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	去壳蛋液	86.6%	4.97元	14克	0.14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	大豆油	100%	4.75元	19克	0.18元	
备注	以上可制作酱油上浆肉丝≧ 958克 ，成品率 100.0% 计算式：成品率 = 成品质量÷投料合计×100% 含食油≦ 1.98%												投料合计	958克	55.42元
	成品含盐量≦ 0.66% ，含食粉≦ 0.74% ，含松肉粉≦ 0.37% ，含全蛋液≦ 1.46% ，清水≦ 18.47% ，干淀粉≦ 2.61%												每500克浆肉丝成本		28.92元
	制作工艺简介														
	1) 选用“未注水”牛腿肉，用干净抹布擦净后切丝；														
	2) 牛肉丝如需漂洗、则漂洗后一定要挤干水分——否者会影响配方中的清水投入量；														
	3) 将食盐放入肉丝内搅拌、上劲，再分别放入食粉、松肉粉、老抽、清水搅拌，让水分“吃入”到肉丝内；														
	4) 再加入鸡蛋液拌匀、加入玉米淀粉拌匀，最后加入大豆油/色拉油淋入（封住）浆好的肉丝表面即成。														
	注1：可将清水换成“葱姜水”（限两天内用完）；														
	注2：以上配方适用于牛肉片、牛柳、牛肉丝、牛肉丁。														
	注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。														

关于投料质量（重量）数据的产生

- ✎ 以上《成本卡》所记录的、是实际试验制作时的最“原始数据”；
- ✎ 在制作菜品前，我们首先会将全部食材原料用电子秤称重并拍照，调料则用0.00克标准刻度的电子秤称重及拍照；
- ✎ 菜品制作完成后，除了对成品称重以外，同时将剩余的原料、调料进行称重拍照；
- ✎ 我们将菜品制作前、以及制作后的两组称重数据填入到数据模型中，用使用前的食材重量、减去使用后的重量，就得到了实际使用重量；——这也就是以上调料重量、成品重量会有“非整数”的原因。

➤ 了解更多配方成本信息，请登录专业电脑版 满堂红菜品配方成本网 [www.mth517777.com](http://www.mth517777.com)  
快速了解配方信息，可登录简易手机版 满堂红菜品配方成本网 [m.mth517777.com](http://m.mth517777.com)

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（八种）、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“12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	成品菜成本		占比%
			元/千克	元/斤	
1	净牛肉丝	主料	57.10元	28.55元	98.7%
2	——	配料	——	——	——
3	盐+水+淀粉等	调料	0.74元	0.37元	1.3%
4	——	其它	——	——	——
合计			57.83元	28.92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： 净牛肉丝			
主要原料毛料名称： 进口牛霖肉/牛腿肉			
主料转制成品工艺： 牛腿肉丝+调料→预制上浆			
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“进口解冻牛霖肉”进货价： 33.22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	进口牛霖肉 进货价	酱油上浆 牛肉丝成本	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→	30.22元	26.34元	91%
2) 进货价下降至→	31.22元	27.20元	94%
3) 进货价下降至→	32.22元	28.06元	97%
4) 目前进货价→	33.22元	28.92元	100%
5) 进货价上涨至→	34.22元	29.78元	103%
6) 进货价上涨至→	35.22元	30.64元	106%
7) 进货价上涨至→	36.22元	31.49元	109%
8) 进货价上涨至→	37.22元	32.35元	109%
9) 进货价上涨至→	38.22元	33.21元	109%
10) 进货价上涨至→	39.22元	34.07元	108%
11) 进货价上涨至→	40.22元	34.93元	108%
12) 进货价上涨至→	41.22元	35.79元	108%

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：预制腌浆

菜名：牛腿肉丝-酱油上浆

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	成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材	
			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	冻调理牛腿肉	净调理牛肉丝	0.73斤	365克	1.46斤	730克	3.65斤	1826克	7.30斤	3652克	10.96斤	5478克	14.61斤	7305克
调料	500g云鹤食盐	食盐	0.00斤	2.5克	0.01斤	4.9克	0.02斤	12克	0.05斤	25克	0.07斤	37克	0.10斤	49克
	445g斧头-食粉	净食粉	0.01斤	3.7克	0.01斤	7.4克	0.04斤	19克	0.07斤	37克	0.11斤	56克	0.15斤	74克
	家乐安多夫松肉粉	净松肉粉	0.00斤	1.8克	0.01斤	3.7克	0.02斤	9.1克	0.04斤	18克	0.05斤	27克	0.07斤	37克
	2kg莲花味精	味精	0.00斤	2.3克	0.01斤	4.7克	0.02斤	12克	0.05斤	23克	0.07斤	35克	0.09斤	47克
	4.9L海天草菇老抽	净老抽	0.00斤	1.8克	0.01斤	3.7克	0.02斤	9.1克	0.04斤	18克	0.05斤	27克	0.07斤	37克
	清水	清水	0.18斤	92克	0.37斤	185克	0.92斤	462克	1.85斤	924克	2.77斤	1385克	3.69斤	1847克
	25kg大成玉米淀粉	浆肉用淀粉	0.03斤	13克	0.05斤	26克	0.13斤	65克	0.26斤	130克	0.39斤	196克	0.52斤	261克
	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳蛋液	0.01斤	7.3克	0.03斤	15克	0.07斤	37克	0.15斤	73克	0.22斤	110克	0.29斤	146克
	5L元宝大豆油	净大豆油	0.02斤	9.9克	0.04斤	20克	0.10斤	50克	0.20斤	99克	0.30斤	149克	0.40斤	198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) 选用“未注水”牛腿肉，用干净抹布擦净后切丝；

2) 牛肉丝如需漂洗、则漂洗后一定要挤干水分——否则会影响配方中的清水投入量后按配方所需称重；

3) 将食盐放入肉丝内搅拌、上劲，再分别放入食粉、松肉粉、老抽、清水搅拌，让水分“吃入”到肉丝内；

4) 再加入鸡蛋液拌匀、加入玉米淀粉拌匀，最后加入大豆油/色拉油淋入（封住）浆好的肉丝表面即成。

注1：可将清水换成“葱姜水”（限两天内用完）；

注2：以上配方适用于牛肉片、牛柳、牛肉丝、牛肉丁。



## 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。

