

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 主食/羹粥

名称 黑米粥

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

黑米粥

批量生产用配方：

不同规格餐盒各盛装10份成品粥的配方… …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



黑米粥



工艺简介：

本配方适用于电饭煲煲粥；将煲粥用血（黑）糯米漂洗、沥干水分，按本配方的要求配置清水质量（重量）；选用电饭煲煲粥模式（1.5小时）来煲粥。

注：用电饭煲煲粥，由于水分蒸发量少，清水的用量是血（黑）糯米的12倍即可；如果是明火煲粥、蒸发量较大，则清水用量应是血（黑）糯米的16倍；

了解更多制作工艺，可参考各类视频网站介绍的同类粥品制作方法。

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: 面饭主食 菜名: 黑米粥

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9月21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	红糯米	回音谷	安徽安庆	拼多多	250725	26.59元 /袋	2500 克 /袋 1袋起售包邮	5.32元	—	血糯米	100%	5.32元	100克	1.06元
调料	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	1200克	0.00元
备注	以上米+水原料可煲粥≥		1142克		, 成品率 87.8% 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 1300克		1.06元	
	以上大米+糯米原料可煲粥≥		1142克		, 成品率 1142%, 煲粥后水分蒸发 158克 , 蒸发比 12.2% , 成品米含量 8.76%						每500克成品菜成本 0.47元			
		制作工艺简介 餐盒容积使用率为: 80%						餐盒规格	餐盒成本	实际装粥	粥品成本	成本小计	不同毛利率的粥品售价 (元/盒)	
		本配方适用于电饭煲煲粥; 将煲粥用血(黑)糯米漂洗、沥干水分, 按本配方的要求配置清水质量(重量); 选用电饭煲煲粥模式(1.5小时)来煲粥。				(毫升/盒)	(元/套)	(克/盒)	(元/盒)	餐盒+菜品	毛利率70%	毛利率60%	毛利率50%	
		注: 用电饭煲煲粥, 由于水分蒸发量少, 清水的用量是血(黑)糯米的12倍即可; 如果是明火煲粥、蒸发量较大, 则清水用量应是血(黑)糯米的16倍;				300圆餐盒	0.220元	240克	0.22元	0.44元	1.48元	1.11元	0.89元	
		注: 可参考各类视频网站介绍的同类粥品制作方法。				450圆餐盒	0.229元	360克	0.34元	0.56元	1.88元	1.41元	1.13元	
						600圆餐盒	0.416元	480克	0.45元	0.86元	2.88元	2.16元	1.73元	



登录满堂红商城



扫码登录手机网站

不同规格餐盒的装粥数量（图例）

本菜品外卖餐盒装粥的容积使用率为：80%

300毫升餐盒×装粥80%=240（克）



↑ 300毫升圆形餐盒
盛装240克成品粥



450毫升餐盒×装粥80%=360（克）



↑ 450毫升圆形餐盒
盛装360克成品粥



600毫升餐盒×装粥80%=480（克）



↑ 600毫升圆形餐盒
盛装480克成品粥



菜品标准配方成本卡

类别: 面饭主食

菜名: 黑米粥

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

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
			红糯米	血糯米	0.42斤	210克	0.63斤	315克	0.84斤	420克	—	—	—	—
主料														
调料	清水	清水	5.04斤	2522克	7.57斤	3783克	10.09斤	5044克	—	—	—	—	—	—
合计投入净料数量→			5.46斤	2732克	8.20斤	4098克	10.93斤	5464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)→			87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	—	—	—	—	—	—
出品数量	使用餐盒规格	实际装粥质量	成品粥→	2400克	成品粥→	3600克	成品粥→	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“清水”数据表示煮粥时所需要添加的“清水”量, 其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、使用锅具、是否盖上锅盖以及烹饪时间”等因素而产生变化。



登录满堂红商城



扫码登录手机网站

菜品标准配方成本卡

表-3 速算配方表（2）按实际制作成品菜（整数）数量编制的原料净料配方

类别：面饭主食

菜名：黑米粥

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 成品菜需要食材		制作2斤 成品菜需要食材		制作5斤 成品菜需要食材		制作10斤 成品菜需要食材		制作15斤 成品菜需要食材		制作20斤 成品菜需要食材	
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
	红糯米	血糯米	0.09斤	44克	0.18斤	88克	0.44斤	219克	0.88斤	438克	1.31斤	657克	1.75斤	876克
调料	清水	清水	1.05斤	525克	2.10斤	1051克	5.25斤	2627克	10.51斤	5254克	15.76斤	7881克	21.02斤	10508克
合计投入净料数量→			1.14斤	569克	2.28斤	1138克	5.69斤	2846克	11.38斤	5692克	17.08斤	8538克	22.77斤	11384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)→			87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%	87.8%
出品数量	使用餐盒规格	实际装粥质量	成品粥→ 500克		成品粥→ 1000克		成品粥→ 2500克		成品粥→ 5000克		成品粥→ 7500克		成品粥→ 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“清水”数据表示煮粥时所需要添加的“清水”量，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、使用锅具、是否盖上锅盖以及烹饪时间”等因素而产生变化。



登录满堂红商城

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。

