

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤

名称 南瓜泡蛋汤

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	✓



①满堂红菜品配方成本网（电脑、手机版）不定期更新成本数据

②每月更新成本数据的电子版成本卡，请在满堂红小程序（微信商城）购买

目 录

南瓜泡蛋汤

工艺简介 ……第3页
成本卡 ……第4页
不同主料的进货单价与综合成本的变化……第5页
不同规格餐盒的装汤数量与图例……第6页

批量生产用配方：

不同规格餐盒各盛装10份成品汤的配方……第7页
适用中央厨房批量生产的不同投料配方……第8页

版权声明 ……第9页



南瓜泡蛋汤



工艺简介：

- 1) 南瓜去皮、去瓢切块；
- 2) 锅内放油烧热，下入鸡蛋液煎成蛋饼状、用锅铲铲成小块，倒入开水，盖上锅盖大火煮10分钟至汤色变浓；
- 3) 下入南瓜块煮3分钟；
- 4) 下入盐、味精、鸡精；倒入装有葱花和胡椒粉的汤碗（盆、桶）内即可。

了解更多制作工艺，可参考各类视频网站介绍的同类菜品制作方法。



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)


敬请关注最新版成本卡。

类别: 汤类菜品 菜名: 南瓜泡蛋汤

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

日期: 2025年1月10日

食材进货询价更新: 2026年4月2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		
主配料	老南瓜	—	—	批发配送	260326	2.50元/斤	500克/斤	2.50元	去皮去瓢去籽净南瓜	净南瓜切块	82%	3.06元	300克	1.83元		
	200928测试↑: 老南瓜一块797克, 去皮去瓢去籽后净南瓜652克, 净料率81.8%; 切块(20克/块)煮熟沥去汤水后606克, 成熟率76.0%(或相当于净南瓜成熟率92.9%)															
	洋鸡蛋8.5个/斤	—	本地	白沙洲	260325	4.00元/斤	500克/斤 = 0.47元/个	4.00元	去掉蛋壳, 留蛋液	去壳鸡蛋液	84.8%	4.72元	100克	0.94元		
	200909测试↑: 3个鸡蛋171克, 剥壳留蛋液149克, 净料率87.1%; 鸡蛋液炒熟前后的质量变化较小, 即149克鸡蛋液→炒熟150克, 油耗13.3克。 201020测试↑: 4个鸡蛋228克, 剥壳留蛋液188克, 净料率82.5%; 综合平均84.8%[(87.1%+82.5%)÷2]。 100克鸡蛋液相当于2.0个有壳鸡蛋															
调料	自制姜葱花生油	需提前预制		260402	5.70元/斤	500克/斤	5.70元	—	姜葱花生油	100%	5.70元	25克	0.29元			
	注↑: 详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。															
	开水	—	自备	—	—	0.00元/斤	500克/斤	0.00元	不计成本/计入费用类	开水	100%	0.00元	1500克	0.00元		
	500g长舟加碘盐	长舟	湖北	白沙洲	260324	0.65元/袋	500克/袋 60袋/件	0.65元	成品调料/含盐量96.9%	食盐	100%	0.65元	13.0克	0.02元		
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	260324	15.40元/袋	2000克/袋	3.85元	成品调料	味精	100%	3.85元	7.5克	0.06元		
	900g厨师乐鸡精	厨师乐	武汉	批发市场	260324	19.68元/袋	900克/袋 10袋/箱批发	10.93元	含味精40%/含盐38%	鸡精	100%	10.93元	7.5克	0.16元		
小葱	—	—	菜场批发	260324	3.70元/斤	500克/斤	3.70元	去根须洗沥切葱花	小葱葱花	94%	3.92元	5.0克	0.04元			
210408测试↑: 小葱144克, 去根须124克, 净料率86.1%; 洗净沥水1小时139克, 切成葱花称重136克, 净料率94.4%; 其中葱白占42%, 绿葱叶占58%。																
250g鼎鼎白胡椒粉	鼎鼎	武汉	批发市场	260324	19.82元/袋	250克/袋 10袋/箱批发	39.64元	成品调料	白胡椒粉	100%	39.64元	1.8克	0.14元			
以上原料可制作成品菜≥ 1800克 , 成品率 91.8% , 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 1960克		3.48元		
成品汤含盐量≤ 0.86% , 含味精≤ 0.42% , 含鸡精≤ 0.42% , 综合谷氨酸钠≤ 0.58% , 胡椒粉≤ 0.10% , 含食油≤ 1.39%												每500克成品汤成本 0.97元				
备注	制作工艺简介 餐盒容积使用率为: 80%								餐盒规格	餐盒成本	实际装汤	汤品成本	成本小计	不同毛利率的汤品售价(元/盒)		
	 <p>1) 南瓜去皮、去瓢切块; 2) 锅内放油烧热, 下入鸡蛋液煎成蛋饼装、用锅铲铲成小块, 倒入开水, 盖上锅盖大火煮10分钟至汤色变浓; 3) 下入南瓜块煮3分钟; 4) 下入盐、味精、鸡精; 倒入装有葱花和胡椒粉的汤碗(盆、桶)内即可。</p>								(毫升/盒)	(元/套)	(克/盒)	(元/盒)	餐盒+汤品	毛利率70%	毛利率60%	毛利率50%
									300圆餐盒	0.144元	240克	0.46元	0.61元	2.03元	1.52元	1.22元
									450圆餐盒	0.158元	360克	0.70元	0.85元	2.85元	2.14元	1.71元
									600圆餐盒	0.233元	480克	0.93元	1.16元	3.87元	2.91元	2.32元
—									—	—	—	—	—	—	—	



当“主要”原料进货单价涨价、或降价后，对应的成品综合成本所产生的变化

- 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；考虑到不同城市、不同区域、不同餐饮业主所进货的“主要”原料单价均有所不同，因此我们也同步推出：当“主要”原料进货单价涨价（三种）、或降价（三种）以后，对应的成品菜品成本所产生的不同变化。——也就是：根据“主要”原料进货单价的不同，我们将同步作出“七种”不同的成本数据分析供您参考。

汤品原料分类与成本占比分析↓

序号	主要原料名称	类别	成品汤成本		占比%
			元/千克	元/斤	
1	净南瓜切块	主料	1.02元	0.51元	52.7%
2	去壳鸡蛋液	配料	0.52元	0.26元	27.1%
3	油盐味精鸡精等	调料	0.39元	0.20元	20.3%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			1.93元	0.97元	100%

原料进货价更新：2026年4月2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：净南瓜切块			
主要原料毛料名称：老南瓜			
主料转制成品工艺：煎鸡蛋+开水+南瓜块+调料→煮汤			
每千克投料合计经加工后可得到成品：			918克
			成品率：91.8%
当前“老南瓜”进货价：2.50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	老南瓜 进货价	南瓜泡蛋 汤成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 0.10元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	2.20元	0.91元	88%
2) 进货价下降至→	2.30元	0.93元	92%
3) 进货价下降至→	2.40元	0.95元	96%
4) 目前进货价→	2.50元	0.97元	100%
5) 进货价上涨至→	2.60元	0.99元	104%
6) 进货价上涨至→	2.70元	1.01元	108%
7) 进货价上涨至→	2.80元	1.03元	112%

不同的主料进货单价与“成品”成本的对应关系



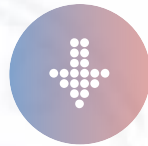
不同规格餐盒的装汤数量（图例）

本菜品外卖餐盒装汤的容积使用率为：80%

300毫升餐盒×装汤80%=240（克）



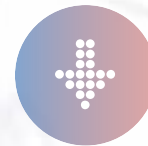
↑ 300毫升圆形餐盒
盛装240克成品汤



450毫升餐盒×装汤80%=360（克）



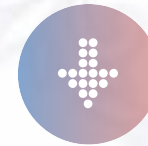
↑ 450毫升圆形餐盒
盛装360克成品汤



600毫升餐盒×装汤80%=480（克）



↑ 600毫升圆形餐盒
盛装480克成品汤



菜品标准配方成本卡

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

类别：汤类菜品

菜名：南瓜泡蛋汤

外卖餐盒装菜容积使用率：80%

出品：满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表：2025年1月10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
主配料	老南瓜	净南瓜切块	0.80斤	400克	1.20斤	600克	1.60斤	800克	——	——	——	——	——	——
	洋鸡蛋8.5个/斤	去壳鸡蛋液	0.27斤	133克	0.40斤	200克	0.53斤	267克	——	——	——	——	——	——
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.07斤	33克	0.10斤	50克	0.13斤	67克	——	——	——	——	——	——
	开水	开水	4.00斤	2000克	6.00斤	3000克	8.00斤	4000克	——	——	——	——	——	——
	500g长舟加碘盐	食盐	0.03斤	17克	0.05斤	26克	0.07斤	35克	——	——	——	——	——	——
	2kg莲花味精	味精	0.02斤	10克	0.03斤	15克	0.04斤	20克	——	——	——	——	——	——
	900g厨师乐鸡精	鸡精	0.02斤	10克	0.03斤	15克	0.04斤	20克	——	——	——	——	——	——
	小葱	小葱葱花	0.01斤	6.7克	0.02斤	10克	0.03斤	13克	——	——	——	——	——	——
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	2.4克	0.01斤	3.6克	0.01斤	4.8克	——	——	——	——	——	——
合计投入净料数量→			5.23斤	2613克	7.84斤	3920克	10.45斤	5226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）→			91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	——	——	——	——	——	——
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→	2400克	成品汤→	3600克	成品汤→	4800克	——	——	——	——	——	——
	300ml圆餐盒	成品菜240克	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜360克	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜480克	——	——	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——



菜品标准配方成本卡

表-3 速算配方表（2） 按实际制作成品汤（整数）数量编制的原料净料配方

类别：汤类菜品

菜名：南瓜泡蛋汤

外卖餐盒装菜容积使用率：80%

出品：满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表：2025年1月10日

类别	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	
	采购食材	投入原料	成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材	
	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
主配料	老南瓜	净南瓜切块	0.17斤	83克	0.33斤	167克	0.83斤	417克	1.67斤	833克	2.50斤	1250克	3.33斤	1667克
	洋鸡蛋8.5个/斤	去壳鸡蛋液	0.06斤	28克	0.11斤	56克	0.28斤	139克	0.56斤	278克	0.83斤	417克	1.11斤	556克
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.01斤	6.9克	0.03斤	14克	0.07斤	35克	0.14斤	69克	0.21斤	104克	0.28斤	139克
	开水	开水	0.83斤	417克	1.67斤	833克	4.17斤	2083克	8.33斤	4167克	12.50斤	6250克	16.67斤	8333克
	500g长舟加碘盐	食盐	0.01斤	3.6克	0.01斤	7.2克	0.04斤	18克	0.07斤	36克	0.11斤	54克	0.14斤	72克
	2kg莲花味精	味精	0.00斤	2.1克	0.01斤	4.2克	0.02斤	10克	0.04斤	21克	0.06斤	31克	0.08斤	42克
	900g厨师乐鸡精	鸡精	0.00斤	2.1克	0.01斤	4.2克	0.02斤	10克	0.04斤	21克	0.06斤	31克	0.08斤	42克
	小葱	小葱葱花	0.00斤	1.4克	0.01斤	2.8克	0.01斤	6.9克	0.03斤	14克	0.04斤	21克	0.06斤	28克
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	0.5克	0.00斤	1.0克	0.01斤	2.5克	0.01斤	5.0克	0.02斤	7.5克	0.02斤	10克
合计投入净料数量→			1.09斤	544克	2.18斤	1089克	5.44斤	2722克	10.89斤	5444克	16.33斤	8166克	21.78斤	10888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）→			91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→ 500克		成品汤→ 1000克		成品汤→ 2500克		成品汤→ 5000克		成品汤→ 7500克		成品汤→ 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

➤ 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](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](http://m.mth517777.com)

www.mth517777.com

m.mth517777.com



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。

