

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制腌浆
名称 巴沙鱼片上浆
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

巴沙鱼片上浆

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



巴沙鱼片上浆

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	巴沙鱼片	840克	83.75%
调料	净食盐	8.0克	0.80%
	花雕料酒	11克	1.10%
	白胡椒粉	1.0克	0.10%
	清水	110克	10.97%
	玉米淀粉	22克	2.19%
	净大豆油	11克	1.10%
合计净料数量		1003克	100.0%
实际得到成品数量→		1000克	—
原材料上浆成品率→		99.7%	——

以上原材料可制作
成品上浆鱼片1千克



巴沙鱼片上浆

1) 选用“解冻、自然脱水”后的巴沙鱼肉，用干净抹布擦净后，按所需大小改刀切片；

2) 将食盐放入鱼片内搅拌、上劲，再分别放入花雕酒、白胡椒粉、清水继续搅拌，让水分“吃入”到鱼肉内；

3) 加入玉米淀粉，搅拌均匀，最后加入大豆油/色拉油淋入（封住）浆好的鱼片表面即成。

注：也可以在拌入淀粉前加入“打散的蛋清”、或者将清水换成“葱姜水”等，效果会更好；当然成本也会增加。

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：巴沙鱼片上浆

出品：满堂红菜品配方成本网

制作：杨巍

日期：2020年10月13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	已解冻巴沙鱼	——	越南	批发市场	231231	13.00元 /斤	500 克 /斤 200-230克/片		13.00元	将巴沙鱼斜切成片	巴沙鱼片	100%	13.00元	840克	21.84元
	200927测试↑：拼多多网购巴沙鱼“5斤”6片31.8元，解冻后2.6斤，净料率51.7%，解冻后净料单价12.23元/斤。														
	210731测试↑：沃尔玛超市购散装带冰巴沙鱼9.9元/斤，2片651克12.89元；解冻后476克，净料率73.1%，解冻后净料单价13.54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	8.0克	0.01元
	5斤14° 绍兴花雕酒	越龙潭	浙江绍兴	拼多多	250725	12.96元 /壶	2500 克 /壶 约980 克/ 升		2.59元	13° 绍兴花雕酒	花雕料酒	100%	2.59元	11克	0.06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	白胡椒粉	100%	52.86元	1.0克	0.11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	110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	玉米淀粉	100%	2.88元	22克	0.13元
	5L元宝大豆油	元宝	青岛	多多买菜	250725	43.99 /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	11克	0.10元
备注	以上可制作上浆巴沙鱼片≥				1000克		，成品率 99.7%		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 1003克		22.25元
	成品上浆鱼片综合含盐量≤				0.78%		，含食油≤ 1.10%		，含淀粉 2.20%，胡椒粉 0.10%，含清水 11.00%				每500克浆鱼片成本		11.12元
	制作工艺简介 1) 选用“解冻、自然脱水”后的巴沙鱼肉，用干净抹布擦净后，按所需大小改刀切片； 2) 将食盐放入鱼片内搅拌、上劲，再分别放入花雕酒、白胡椒粉、清水继续搅拌，让水分“吃入”到鱼肉内； 3) 加入玉米淀粉，搅拌均匀，最后加入大豆油/色拉油淋入（封住）浆好的鱼片表面即成。 注：也可以在拌入淀粉前加入“打散的蛋清”、或者将清水换成“葱姜水”（限两天内用完）等，效果会更好。														
	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。

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	巴沙鱼片	主料	21.84元	10.92元	98.2%
2	——	配料	——	——	——
3	盐+水+淀粉等	调料	0.41元	0.20元	1.8%
4	——	其它	——	——	——
合计			22.25元	11.12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： 巴沙鱼片			
主要原料毛料名称： 已解冻巴沙鱼			
主料转制成品工艺： 巴沙鱼片+调料→预制上浆			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 997克			
成品率： 99.7%			
当前“解冻巴沙鱼”进货价： 13.00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	解冻巴沙鱼 进货价	巴沙鱼片 上浆成本	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→	10.00元	8.60元	77%
2) 进货价下降至→	11.00元	9.44元	85%
3) 进货价下降至→	12.00元	10.28元	92%
4) 目前进货价→	13.00元	11.12元	100%
5) 进货价上涨至→	14.00元	11.96元	108%
6) 进货价上涨至→	15.00元	12.80元	115%
7) 进货价上涨至→	16.00元	13.64元	123%

不同的主料进货单价与“成品”成本的对应关系



扫码登录手机网站



登录满堂红商城

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：巴沙鱼片上浆

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	已解冻巴沙鱼	巴沙鱼片	0.84斤	420克	1.68斤	840克	4.20斤	2100克	8.40斤	4200克	12.60斤	6300克	16.80斤	8400克
调料	500g云鹤食盐	食盐	0.01斤	4.0克	0.02斤	8.0克	0.04斤	20克	0.08斤	40克	0.12斤	60克	0.16斤	80克
	2.5kg13°绍兴花雕酒	花雕料酒	0.01斤	5.5克	0.02斤	11克	0.06斤	28克	0.11斤	55克	0.17斤	83克	0.22斤	110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
	清水	清水	0.11斤	55克	0.22斤	110克	0.55斤	275克	1.10斤	550克	1.65斤	825克	2.20斤	1100克
	25kg大成玉米淀粉	玉米淀粉	0.02斤	11克	0.04斤	22克	0.11斤	55克	0.22斤	110克	0.33斤	165克	0.44斤	220克
	5L元宝大豆油	净大豆油	0.01斤	5.5克	0.02斤	11克	0.06斤	28克	0.11斤	55克	0.17斤	83克	0.22斤	110克
合计投入净料数量→			1.00斤	502克	2.01斤	1003克	5.02斤	2508克	10.03斤	5015克	15.05斤	7523克	20.06斤	10030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）→			99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%	99.7%

1) 选用“解冻、自然脱水”后的巴沙鱼肉，用干净抹布搽净后，按所需大小改刀切片；

2) 将食盐放入鱼片内搅拌、上劲，再分别放入花雕酒、白胡椒粉、清水继续搅拌，让水分“吃入”到鱼肉内；

3) 加入玉米淀粉，搅拌均匀，最后加入大豆油/色拉油淋入（封住）浆好的鱼片表面即成。

注：也可以在拌入淀粉前加入“打散的蛋清”、或者将清水换成“葱姜水”（限两天内用完）等，效果会更好。



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。

