

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 小吃零食
名称 炸鳕鱼块
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

炸鳕鱼块

工艺简介	… … … … …	…第3页
成本卡	… … … … …	…第4页
不同规格餐盒的装菜数量与图例	… … … … …	…第5页

批量生产用配方：	
不同规格餐盒各盛装10份成品菜的配方	… …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
------	-----------	------



炸鳕鱼块——试验工作图



IMG_20220628_174559



IMG_20220628_174619



IMG_20220628_174712



IMG_20220628_175906



IMG_20220628_180550



IMG_20220628_180822



IMG_20220628_181023



不需要解冻，将锅内油温烧至170℃时下入鳕鱼块，炸2-3分钟即可。



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：炸炸零食 菜名：炸鳕鱼块 出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍 日期： 2022年6月28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	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	实际消耗炸油	100%	4.75元	52克	0.49元		
	吉利鱼排	海欣	——	白沙洲	250725	6.17元 /袋	500 克 /袋	6.17元	半成品冷冻吉利鱼排	冷冻鱼排	100%	6.17元	296克	3.65元		
	220628测试：9元10片296克冷冻鳕鱼块、油炸沥油后称重267克，成熟率90.2%，实耗炸油52克，耗油率17.5%															
调料	9g小包装番茄酱	亨氏	青岛	拼多多	250725	0.159元 /袋	9 克 /袋 约1290 克/ 升	8.83元	成品调料/含盐量0.59%	9克袋装番茄酱	100%	8.83元		0.00元		
备注	以上原料可制作成品菜≥				267克		，成品率 76.7%		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 348克		4.15元	
	成品菜（全部原料）综合含盐量≤ 0.70%											每500克成品菜成本			7.77元	
			制作工艺简介 餐盒容积使用率为： 35%					餐盒规格	餐盒成本	实际装菜	菜品成本	成本小计	不同毛利率的菜品售价（元/盒）			
			不需要解冻，将锅内油温烧至170℃时下入鳕鱼块，炸2-3分钟即可。					（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%	
								300圆餐盒	0.220元	105克	1.63元	1.85元	6.17元	4.63元	3.70元	
								450圆餐盒	0.229元	160克	2.48元	2.71元	9.05元	6.79元	5.43元	
								600圆餐盒	0.416元	210克	3.26元	3.68元	12.26元	9.19元	7.35元	
								500长方盒	0.220元	175克	2.72元	2.94元	9.79元	7.34元	5.87元	
650长方盒								0.254元	230克	3.57元	3.83元	12.75元	9.56元	7.65元		
注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。					750长方盒	0.263元	265克	4.12元	4.70元	15.66元	11.74元	9.39元				
											↑配番茄酱					



不同规格餐盒的装菜数量（图例）

本菜品外卖餐盒装菜的容积使用率为：35%

$750\text{毫升餐盒} \times \text{装菜}35\% = 265\text{（克）}$



↑ 750毫升长方餐盒
盛装265克成品菜



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：炸炸零食

菜名：炸鳕鱼块

外卖餐盒装菜容积使用率： 35%

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		450ml圆餐盒		600ml圆餐盒		500ml长方餐盒		650ml长方餐盒		750ml长方餐盒	
类别	采购食材	投入原料	装菜105克/盒共10盒		装菜160克/盒共10盒		装菜210克/盒共10盒		成品175克/盒共10盒		成品230克/盒共10盒		成品265克/盒共10盒	
	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
主料	5L元宝大豆油	实际消耗炸油	0.41斤	204克	0.62斤	312克	0.82斤	409克	0.68斤	341克	0.90斤	448克	1.03斤	516克
	深海鳕鱼排	冷冻鳕鱼排	2.33斤	1164克	3.55斤	1774克	4.66斤	2328克	3.88斤	1940克	5.10斤	2550克	5.88斤	2938克
调料	9g小包装番茄酱	9克袋装番茄酱												
合计投入净料数量→			2.74斤	1369克	4.17斤	2085克	5.47斤	2737克	4.56斤	2281克	6.00斤	2998克	6.91斤	3454克
实际得到成品数量→			2.10斤	1050克	3.20斤	1600克	4.20斤	2100克	3.50斤	1750克	4.60斤	2300克	5.30斤	2650克
成品率（成品数量÷净料数量）→			76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%
出品数量	使用餐盒规格	实际装菜质量	成品菜→	1050克	成品菜→	1600克	成品菜→ 2100克		成品菜→ 1750克		成品菜→ 2300克		成品菜→ 2650克	
	300ml圆餐盒	成品菜105克	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜160克	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜210克	——	——	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——
	500ml长方餐盒	成品菜175克	——	——	——	——	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——
	650ml长方餐盒	成品菜230克	——	——	——	——	——	——	——	——	可出品→	10.0盒	——	——
	750ml长方餐盒	成品菜265克	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——	可出品→	10.0盒



菜品标准配方成本卡

表-3

速算配方表（2） 按实际制作成品菜（整数）数量编制的原料净料配方

类别：炸炸零食

菜名：炸鳕鱼块

外卖餐盒装菜容积使用率： 35%

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	投入原料	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	
	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
主料	5L元宝大豆油	实际消耗炸油	0.19斤	97克	0.39斤	195克	0.97斤	487克	1.95斤	974克	2.92斤	1461克	3.90斤	1948克
	深海鳕鱼排	冷冻鳕鱼排	1.11斤	554克	2.22斤	1109克	5.54斤	2772克	11.09斤	5543克	16.63斤	8315克	22.17斤	11086克
调料	9g小包装番茄酱	9克袋装番茄酱												
合计投入净料数量→			1.30斤	652克	2.61斤	1303克	6.52斤	3258克	13.03斤	6517克	19.55斤	9775克	26.07斤	13034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）→			76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%	76.7%
出品数量	使用餐盒规格	实际装菜质量	成品菜→ 500克		成品菜→ 1000克		成品菜→ 2500克		成品菜→ 5000克		成品菜→ 7500克		成品菜→ 10000克	
	300ml圆餐盒	每盒装105克	可出品→ 4.8盒		可出品→ 9.5盒		可出品→ 23.8盒		可出品→ 47.6盒		可出品→ 71.4盒		可出品→ 95.2盒	
	450ml圆餐盒	每盒装160克	可出品→ 3.1盒		可出品→ 6.3盒		可出品→ 15.6盒		可出品→ 31.3盒		可出品→ 46.9盒		可出品→ 62.5盒	
	600ml圆餐盒	每盒装210克	可出品→ 2.4盒		可出品→ 4.8盒		可出品→ 11.9盒		可出品→ 23.8盒		可出品→ 35.7盒		可出品→ 47.6盒	
	500ml长方餐盒	每盒装175克	可出品→ 2.9盒		可出品→ 5.7盒		可出品→ 14.3盒		可出品→ 28.6盒		可出品→ 42.9盒		可出品→ 57.1盒	
	650ml长方餐盒	每盒装230克	可出品→ 2.2盒		可出品→ 4.3盒		可出品→ 10.9盒		可出品→ 21.7盒		可出品→ 32.6盒		可出品→ 43.5盒	
	750ml长方餐盒	每盒装265克	可出品→ 1.9盒		可出品→ 3.8盒		可出品→ 9.4盒		可出品→ 18.9盒		可出品→ 28.3盒		可出品→ 37.7盒	



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。

