

菜品标准配方成本卡

类别 年菜腊味/腌腊味

名称 腌腊鳊鱼

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	✓



满堂红菜品配方成本网

专业电脑版: www.mth517777.com

简易手机版: m.mth517777.com

目 录

腌腊鳊鱼

工艺简介第3页

《成本卡》第4页

主料进货单价上涨或降价与成本的变化... ..第5页

用于“批量生产”的六种不同投料配方... ..第6页

版权声明第7页



腌腊鳊鱼

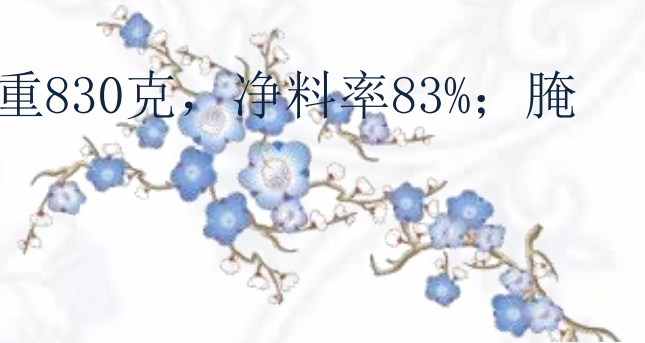


工艺简介:

- 1) 腌制腊鱼的季节，宜选择每年农历冬至至立春之间；
- 2) 准备大于等于2斤1条的鳊鱼/武昌鱼，开背剖开，去内脏、鱼鳃、牙；用高度酒洗去血水、擦净腹内黑膜后备用；
- 3) 按配方比率准备食盐、花椒粒、味精（可打成细粉状，不喜好味精者可不添加）；
- 4) 腌料调制：锅内放食盐炒热关火，待温度降至120℃以下时加入花椒煸炒，降至常温时加入味精拌匀（不喜好味精者可不添加）；
- 5) 用腌料将鱼肉里外抹均匀；腌制7天，期间每天将鱼肉上下翻动、翻面一次；
- 6) 将腌制好的鳊鱼取出，穿上细绳或钢钩，放在室外通风处的晾架上风干，如果是晴好天气，10-15天即可成为完美腊鳊鱼。

注1：腌料中的食盐相当于“去内脏净鳊鱼”重量的3%、味精占1%、花椒占1%，擦洗鱼身用的高度白酒重量和食盐相同；

注2：（≥1千克/条的）每千克鲜活鳊鱼开背去内脏鳃牙、冲洗沥水后称重830克，净料率83%；腌制腊鱼晾干后493克，成品率49.3%。



➤腌腊鱼是冬季腌制菜品——其它季节仅供参考。

菜品标准配方成本卡

类别：腌腊味 菜名：腌腊鳊鱼

表-1 （别名：菜肴成本卡、菜肴标准质量卡）

出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍

日期：2022年12月26日

食材进货询价更新：2025年1月1日

敬请关注最新版成本卡。

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	中号鳊鱼/武昌鱼	——	湖北	菜场批发	241228	7.00元 /斤	500	克 /斤	1000 克/ 条	7.00元	去鱼鳞、鱼腮内脏净鱼	开背鳊鱼净料	83.0%	8.43元	1673克	28.22元	
	221226测试：菜场12元/斤购2条鳊鱼2015克，宰杀去鳞腮及内脏后冲洗沥水1673克；加花椒盐腌7天，晾晒7天后称重993克，成品率993÷2015×100%=49%																
调料	500g长舟加碘盐	长舟	湖北	白沙洲	241227	0.75元 /袋	500	克 /袋	60 袋/ 件	0.75元	成品调料/含盐量96.9%	食盐	100%	0.75元	50克	0.08元	
	210105测试↑：每10斤/5000克净开背草鱼料、放0.3斤/3两/150克食盐；食盐重量相当于净开背草鱼料的3.0%；或相当于活草鱼称重的3.75%																
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	241227	20.00元 /袋	2000	克 /袋		5.00元	成品调料/谷氨99.9%	味精打成粉	100%	5.00元	17克	0.17元	
	210105测试↑：每10斤/5000克净开背草鱼料、放0.1斤/1两/50克味精（打成粉状）；味精重量相当于食盐用量的三分之一																
	5L-68° 高粱酒	醉老宁城	内蒙古	拼多多	241227	33.59元 /桶	4450	克 /桶	约890 克/ 升	4.24元	68° 高粱酒	68° 高粱酒	100%	4.24元	50克	0.43元	
	汉源大红袍花椒	福小兵	四川	淘宝	241227	51.19元 /斤	500	克 /斤	约24000 颗/ 斤	51.19元	成品干制调料	红花椒粒	100%	51.19元	1.7克	0.17元	
备注	经腌制晾晒后可得成品腊鱼≥ 993克，净鱼肉腌制腊鱼成品率： 59.4%，活鳊鱼腌制腊鱼成品率： 49.3%														净鱼投料	1673克	29.06元
	成品晾干腌腊鳊鱼综合含盐量≤ 2.45%，含味精≤ 0.84%														每500克成品腊鱼成本	14.63元	
		制作工艺简介		1) 腌制腊鱼的季节，宜选择每年农历冬至至立春之间； 2) 准备大于等于2斤1条的鳊鱼/武昌鱼，开背剖开，去内脏、鱼鳃、牙；用高度酒洗去血水、擦净腹内黑膜后备用； 3) 按配方比率准备食盐、花椒粒、味精（可打成细粉状，不喜好味精者可不添加）； 4) 腌料调制：锅内放食盐炒热关火，待温度降至120℃以下时加入花椒煸炒，降至常温时加入味精拌匀（不喜好味精者可不添加）； 5) 用腌料将鱼肉里外抹均匀；腌制7天，期间每天将鱼肉上下翻动、翻面一次； 6) 将腌制好的鳊鱼取出，穿上细绳或钢钩，放在室外通风处的晾架上风干，如果是晴好天气，10-15天即可成为完美腊鳊鱼。 注1：腌料中的食盐相当于“去内脏净鳊鱼”重量的3%、味精占1%、花椒占1%，擦洗鱼身用的高度白酒重量和食盐相同； 注2：（≥1千克/条的）每千克鲜活鳊鱼开背去内脏鳃牙、冲洗沥水后称重830克，净料率83%；腌制腊鱼晾干后493克，成品率49.3%。													

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0.0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。

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	开背鳊鱼净料	主料	28.42元	14.21元	97.1%
2	——	配料	0.00元	0.00元	0.0%
3	盐味精花椒白酒	调料	0.85元	0.42元	2.9%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			29.26元	14.63元	100%

原料进货价更新： 2025年1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：	开背鳊鱼净料	
主要原料毛料名称：	中号鳊鱼/武昌鱼	
主料转制成品工艺：	净鳊鱼+调料→腌制→晾干	
每千克净鳊鱼经腌晒后可得到成品腊鱼：		594克
		成品率： 59.4%

当前“鲜活中号鳊鱼”进货价： 7.00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	鲜活鳊鱼 进货价	腌制腊 鳊鱼成本	主料进货 单价系数
涨跌幅 0.50元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	5.50元	11.59元	79%
2) 进货价下降至→	6.00元	12.60元	86%
3) 进货价下降至→	6.50元	13.62元	93%
4) 目前进货价→	7.00元	14.63元	100%
5) 进货价上涨至→	7.50元	15.65元	107%
6) 进货价上涨至→	8.00元	16.66元	114%
7) 进货价上涨至→	8.50元	17.68元	121%

不同的主料进货单价与“成品”成本的对应关系



菜品标准配方成本卡

表-2

速算配方表

按实际制作成品菜（整数）数量编制的原料净料配方

类别：腌腊味

菜名：腌腊鳊鱼

出品：满堂红菜品配方成本网

制表：杨巍

更新：2023年1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	中号鳊鱼/武昌鱼	开背鳊鱼净料	1.68斤	842克	3.37斤	1685克	8.42斤	4212克	16.85斤	8424克	25.27斤	12636克	33.70斤	16848克
调料	500g云鹤食盐	食盐	0.05斤	25克	0.10斤	51克	0.25斤	126克	0.51斤	253克	0.76斤	379克	1.01斤	505克
	2kg莲花味精	味精打成粉	0.02斤	8.4克	0.03斤	17克	0.08斤	42克	0.17斤	84克	0.25斤	126克	0.34斤	168克
	5L-68° 高粱酒	68° 高粱酒	0.05斤	25克	0.10斤	51克	0.25斤	126克	0.51斤	253克	0.76斤	379克	1.01斤	505克
	汉源大红袍花椒	红花椒粒	0.00斤	0.8克	0.00斤	1.7克	0.01斤	4.2克	0.02斤	8.4克	0.03斤	13克	0.03斤	17克
合计投入宰杀后鳊鱼净料→			1.68斤	842克	3.37斤	1685克	8.42斤	4212克	16.85斤	8424克	25.27斤	12636克	33.70斤	16848克
实际得到成品腊鳊鱼数量→			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）→			59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%	59.4%
备注	1) 腌制腊鱼的季节，宜选择每年农历冬至至立春之间；													
	2) 准备大于等于2斤1条的鳊鱼/武昌鱼，开背剖开，去内脏、鱼鳃、牙；用高度酒洗去血水、擦净腹内黑膜后备用；													
	3) 按配方比率准备食盐、花椒粒、味精（可打成细粉状，不喜好味精者可不添加）；													
	4) 腌料调制：锅内放食盐炒热关火，待温度降至120℃以下时加入花椒煸炒，降至常温时加入味精拌匀（不喜好味精者可不添加）；													
	5) 用腌料将鱼肉里外抹均匀；腌制7天，期间每天将鱼肉上下翻动、翻面一次；													
	6) 将腌制好的鳊鱼取出，穿上细绳或钢钩，放在室外通风处的晾架上风干，如果是晴好天气，10-15天即可成为完美腊鳊鱼。													
注1：腌料中的食盐相当于“去内脏净鳊鱼”重量的3%、味精占1%、花椒占1%，擦洗鱼身用的高度白酒重量和食盐相同；														
注2：（≥1千克/条的）每千克鲜活鳊鱼开背去内脏鳃牙、冲洗沥水后称重830克，净料率83%；腌制腊鱼晾干后493克，成品率49.3%。														



➤ 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) 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) 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。

