

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制腌浆

名称 猪心切片-酱油上浆

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

猪心切片-酱油上浆



猪心切片-酱油上浆



类别	投入原料 净料名称	投入净原料 质量与占比	
		克	占比
主料	新鲜净猪心片	926克	90.1%
调料	绍兴花雕料酒	19克	1.80%
	食盐	5.6克	0.54%
	黑胡椒粉	3.7克	0.36%
	净红薯淀粉	46克	4.50%
	海天老抽	9.3克	0.90%
	净大豆油	19克	1.80%
合计净料数量		1028克	100.0%
实际得到成品菜数量→		1000克	—
菜品成品率→		97.3%	—

以上原材料可制作
成品上浆猪心1千克

猪心切片-酱油上浆

- 1) 将新鲜猪心块漂洗干净，去除肥油血管、切成3毫米厚的薄片；为了泡出更多血水，需将切好的猪心片倒入清水中浸泡2小时、中途换3次以上的清水；将猪心片取出，用压水器挤干水分（或包上干纱布用手挤）；
- 2) 将料酒倒入猪心片中搅拌均匀，再依次下入食盐、胡椒粉、老抽、红薯淀粉搅拌；
- 3) 最后淋入大豆油即可。



IMG_20230313_170212



IMG_20230313_170748



IMG_20230314_095703



IMG_20230314_101752



IMG_20230314_101822



IMG_20230314_130228



IMG_20230314_130408



IMG_20230314_131903



IMG_20230314_131918



IMG_20230314_180237

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: 预制腌浆 菜名: 猪心切片-酱油上浆

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: 2023年3月14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	冻猪心	金锣	冻品批发	白沙洲	250724	7.26元/斤	500 克 /斤	7.26元	去肥油血管净肉切片漂洗沥水	新鲜净猪心片	84%	8.64元	500克	8.64元				
	230314测试: 超市14元1斤购鲜猪心1个582克, 去肥油血管筋膜, 净肉切片漂洗沥水后488克, 净料率84%; 腌制上浆后550克(含水较多); 取270克热油滑熟后270克, 油耗20克																	
调料	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	绍兴花雕酒	100%	2.59元	10克	0.05元				
	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	3.0克	0.00元				
	227g玖味黑胡椒粉	玖味	武汉	批发市场	250725	18.00元/袋	250 克 /袋 10袋/箱批发	36.00元	成品调料	黑胡椒粉	100%	36.00元	2.0克	0.14元				
	红薯淀粉	京水湾	湖北荆门	拼多多	250725	23.80元/袋	2500 克 /袋 1袋起售包邮	4.76元	成品调料	净红薯淀粉	100%	4.76元	25克	0.24元				
	4.9L海天草菇老抽	海天	佛山	拼多多	250725	47.27元/桶	4900 毫升 /桶 约1150 克 /升	4.19元	成品调料/含盐量17.4%	海天老抽	100%	4.19元	5.0克	0.04元				
	5L元宝大豆油	元宝	青岛	多多买菜	250725	43.99元/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	10克	0.10元			
以上可制作酱油上浆猪肝片≥ 540克, 成品率 97.3% 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	555克	9.22元						
成品上浆猪肝片综合含盐量≤ 0.70%, 含食油≤ 1.85%, 含淀粉 4.63%										每500克上浆猪心成本 8.54元								
备注			<h3>制作工艺简介</h3> <p>1) 将新鲜猪心块漂洗干净, 去除肥油血管、切成3毫米厚的薄片; 为了泡出更多血水, 需将切好的猪心片倒入清水中浸泡2小时、中途换3次以上的清水; 将猪心片取出, 用压水器挤干水分(或包上干纱布用手挤); 2) 将料酒倒入猪心片中搅拌均匀, 再依次下入食盐、胡椒粉、老抽、红薯淀粉搅拌; 3) 最后淋入大豆油即可。</p> <p>注: 可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。</p>															



当“主要”原料进货单价上涨或降价后，对应的综合成本变化

- 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；

考虑到全国不同城市、不同区域与不同餐饮业主的“主要”原料进货单价均有差异，因此这里也同步推算出：当“主要”原料进货单价上涨（六种）、或降价（三种）以后，对应的成品菜综合成本所产生的变化。

——也就是：根据“主要”原料进货单价的不同，我们将同步作出“10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	新鲜净猪心片	主料	16.01元	8.00元	93.8%
2	——	配料	0.00元	0.00元	0.0%
3	盐+蛋清+生粉+油	调料	1.06元	0.53元	6.2%
4	——	其它	0.00元	——	0.0%
合计			17.07元	8.54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
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：新鲜净猪心片			
主要原料毛料名称：冻猪心			
主料转制成品工艺：鲜猪心切片+调料→预制上浆			
每千克投料合计经加工后可得到成品：973克			
成品率：97.3%			
当前“新鲜猪心”进货价：7.26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	新鮮猪心 进货价	猪心切片 净料成本	猪心切片 上浆成本
涨降幅度 1.00元	(元/斤)	(元/斤)	(元/斤)
1) 进货价下降至→	4.26元	5.07元	5.23元
2) 进货价下降至→	5.26元	6.26元	6.33元
3) 进货价下降至→	6.26元	7.45元	7.43元
4) 目前进货价→	7.26元	8.64元	8.54元
5) 进货价上涨至→	8.26元	9.83元	9.64元
6) 进货价上涨至→	9.26元	11.02元	10.74元
7) 进货价上涨至→	10.26元	12.21元	11.84元
8) 进货价上涨至→	11.26元	12.41元	12.94元
9) 进货价上涨至→	12.26元	13.51元	14.05元
10) 进货价上涨至→	13.26元	14.62元	15.15元

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系

菜品标准配方成本卡

表-2 速算配方表

按实际制作成品（整数）数量编制的原料净料配方

类别：预制腌浆 菜名：猪心切片-酱油上浆

出品：满堂红菜品配方成本网

制表：杨巍 更新：2023年4月2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	成品料需要食材											
			投料数量	换算										
主料	新鲜猪心头	新鲜净猪心片	0.93斤	463克	1.85斤	926克	4.63斤	2315克	9.26斤	4630克	13.89斤	6944克	18.52斤	9259克
调料	2.5kg13° 绍兴花雕酒	绍兴花雕料酒	0.02斤	9.3克	0.04斤	19克	0.09斤	46克	0.19斤	93克	0.28斤	139克	0.37斤	185克
	500g云鹤食盐	食盐	0.01斤	2.8克	0.01斤	5.6克	0.03斤	14克	0.06斤	28克	0.08斤	42克	0.11斤	56克
	227g玖味黑胡椒粉	黑胡椒粉	0.00斤	1.9克	0.01斤	3.7克	0.02斤	9.3克	0.04斤	19克	0.06斤	28克	0.07斤	37克
	红薯淀粉	净红薯淀粉	0.05斤	23克	0.09斤	46克	0.23斤	116克	0.46斤	231克	0.69斤	347克	0.93斤	463克
	4.9L海天草菇老抽	海天老抽	0.01斤	4.6克	0.02斤	9.3克	0.05斤	23克	0.09斤	46克	0.14斤	69克	0.19斤	93克
	5L元宝大豆油	净大豆油	0.02斤	9.3克	0.04斤	19克	0.09斤	46克	0.19斤	93克	0.28斤	139克	0.37斤	185克
合计投入净料数量→			1.03斤	514克	2.06斤	1028克	5.14斤	2569克	10.28斤	5139克	15.42斤	7708克	20.56斤	10278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）→			97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%	97.3%
1) 将新鲜猪心块漂洗干净，去除肥油血管、切成3毫米厚的薄片；为了泡出更多血水，需将切好的猪心片倒入清水中浸泡2小时、中途换3次以上的清水；将猪心片取出，用压水器挤干水分（或包上干纱布用手挤）； 2) 将料酒倒入猪心片中搅拌均匀，再依次下入食盐、胡椒粉、老抽、红薯淀粉搅拌； 3) 最后淋入大豆油即可。														



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。

