

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制腌浆

名称 虾仁上浆

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

虾仁上浆

工艺简介	… … … … …	… … …	… 第3页
《成本卡》	… …	… …	… 第6页
主料进货单价上涨或降价与成本的变化	…	… 第7页	
用于“批量生产”的六种不同投料配方	…	… 第8页	
版权声明	…	… 第9页	



虾仁上浆

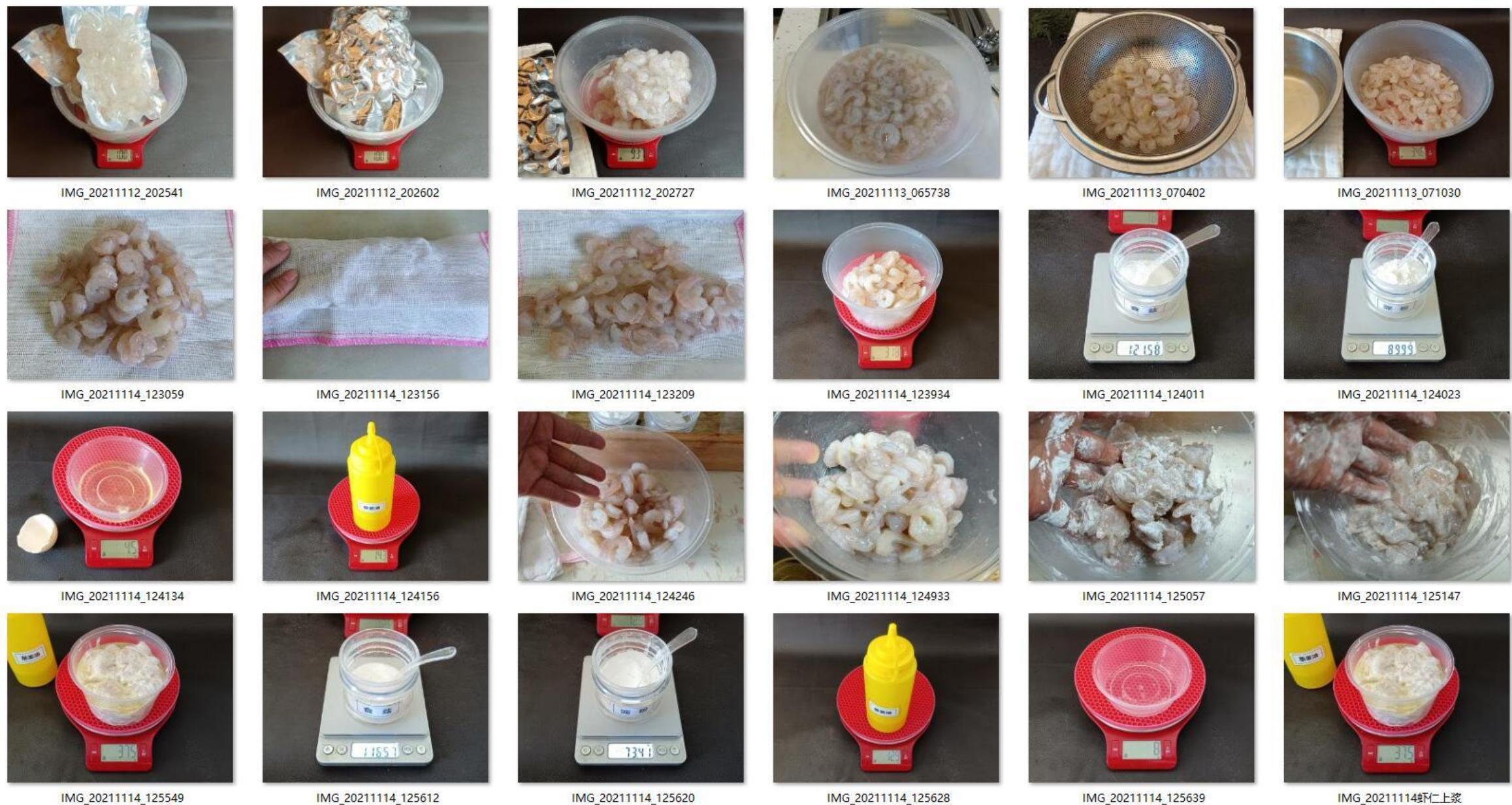


类别	投入原料 净料名称	投入净原料 数量与占比	
		克	占比
主料	振干水分净虾仁	848克	83.46%
调料	净食盐	8克	0.79%
	鸡蛋清	96克	9.45%
	超级生粉	32克	3.15%
	姜葱花生油	32克	3.15%
合计净料数量		1016克	100.0%
实际得到成品菜数量→		1000克	—
菜品成品率→		98.4%	—

以上原材料可制作
成品上浆虾仁1千克

虾仁上浆试验工作图

【 试验前原调料称重 - 试验后原调料称重 = 实际应用原调料重量 】



虾仁上浆

- 1) 选用解冻虾仁（有虾线须挑出虾线），用干净抹布搌干水分；
- 2) 将食盐放入虾仁内搅拌3-4分钟、至虾仁表面粘稠上劲，再放入蛋清搅拌2分钟，加入超级生粉/土豆生粉拌匀；
- 3) 将上浆虾仁放入容器、淋入大豆油/色拉油封口，盖上盖入保鲜冰柜储存即可。

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)

类别: 预制腌浆 菜名: 虾仁上浆

敬请关注最新版成本卡。

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

日期: 2021年11月15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	海天水晶虾仁	海天	泰国	冻品批发	250725	200元/袋	5000克/袋 51-60个/斤	20.00元	解冻沥水纱布搌干	搌干水分净虾仁	50%	40.00元	318克	25.44元														
211115测试↑: 拼多多网购冻虾仁2袋1千克, 实际称重1001克, 拆去包装后937克, 解冻沥水后346克, 用干纱布搌干水分后318克, 净料率31.8%																												
211216测试↑: 上浆虾仁380克, 滑油汆熟后332克, 成熟率87.4%。(油耗25克, 相当于每500克上浆虾仁油耗33克)																												
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	3.0克	0.00元														
	洋鸡蛋-8.5个/斤	——	本地	蛋品批发	250724	4.30元/斤	500克/斤 = 0.51元/个	4.30元	分摊全部成本, 蛋黄留它用	鸡蛋清	56.6%	7.60元	36克	0.55元														
	荷兰风车超级生粉	风车	荷兰	拼多多	250725	354元/袋	25000克/袋	7.08元	超级生粉/土豆生粉	超级生粉	100%	7.08元	12克	0.17元														
	自制姜葱花生油	需提前预制		250801	5.85元/斤	500克/斤		5.85元	——	姜葱花生油	100%	5.85元	12克	0.14元														
	注↑: 用作清炒、清汤用油; 详见/烹调油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。																											
备注	以上可制作上浆巴沙鱼片≥ 375克, 成品率 98.4% 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 381克	26.30元															
	成品上浆鱼片综合含盐量≤ 0.78%, 含食油≤ 3.20%, 含生粉 3.20%, 鸡蛋清 9.60%											每500克成品菜成本	35.07元															
	 		制作工艺简介																									
1) 选用解冻虾仁(有虾线须挑出虾线), 用干净抹布搌干水分; 2) 将食盐放入虾仁内搅拌3-4分钟、至虾仁表面粘稠上劲, 再放入蛋清搅拌2分钟, 加入超级生粉/土豆生粉拌匀; 3) 将上浆虾仁放入容器、淋入大豆油/色拉油封口, 盖上盖入保鲜冰柜储存即可。																												
注: 可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。																												

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	振干水分净虾仁	主料	67.84元	33.92元	96.7%
2	——	配料	0.00元	0.00元	0.0%
3	盐+蛋清+生粉+油	调料	2.30元	1.15元	3.3%
4	——	其它	0.00元	——	0.0%
合计			70.14元	35.07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：振干水分净虾仁			
主要原料毛料名称：海天水晶虾仁			
主料转制成品工艺：振干水分虾仁+调料→预制上浆			
每千克投料合计经加工后可得到成品：984克			
成品率：98.4%			
当前“冻虾仁”进货价：20.00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	冻虾仁 进货价 (元/斤)	虾仁解冻 净料成本 (元/斤)	虾仁上浆 成本 (元/斤)
涨降幅度 1.00元			
1) 进货价下降至→	17.00元	34.00元	29.98元
2) 进货价下降至→	18.00元	36.00元	31.68元
3) 进货价下降至→	19.00元	38.00元	33.37元
4) 目前进货价→	20.00元	40.00元	35.07元
5) 进货价上涨至→	21.00元	42.00元	36.76元
6) 进货价上涨至→	22.00元	44.00元	38.46元
7) 进货价上涨至→	23.00元	46.00元	40.16元
8) 进货价上涨至→	24.00元	40.70元	41.85元
9) 进货价上涨至→	25.00元	42.40元	43.55元
10) 进货价上涨至→	26.00元	44.10元	45.24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：虾仁上浆

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											
			投料数量	换算										
主料	海天水晶虾仁	搌干水分净虾仁	0.85斤	424克	1.70斤	848克	4.24斤	2120克	8.48斤	4240克	12.72斤	6360克	16.96斤	8480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
	洋鸡蛋-8.5个/斤	鸡蛋清	0.10斤	48克	0.19斤	96克	0.48斤	240克	0.96斤	480克	1.44斤	720克	1.92斤	960克
	25kg风车超级生粉	超级生粉	0.03斤	16克	0.06斤	32克	0.16斤	80克	0.32斤	160克	0.48斤	240克	0.64斤	320克
	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.03斤	16克	0.06斤	32克	0.16斤	80克	0.32斤	160克	0.48斤	240克	0.64斤	320克
合计投入净料数量→			1.02斤	508克	2.03斤	1016克	5.08斤	2540克	10.16斤	5080克	15.24斤	7620克	20.32斤	10160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）→			98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%	98.4%
1) 选用解冻虾仁（有虾线须挑出虾线），用干净抹布搌干水分； 2) 将食盐放入虾仁内搅拌3-4分钟、至虾仁表面粘稠上劲，再放入蛋清搅拌2分钟，加入超级生粉/土豆生粉拌匀； 3) 将上浆虾仁放入容器、淋入大豆油/色拉油封口，盖上盖入保鲜冰柜储存即可。														



登录满堂红商城



扫码登录手机网站

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。

