

菜品标准配方成本卡

类别 年菜腊味/腌腊味

名称 腌制海派酱油肉

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	✓



满堂红菜品配方成本网

专业电脑版：www.mth517777.com

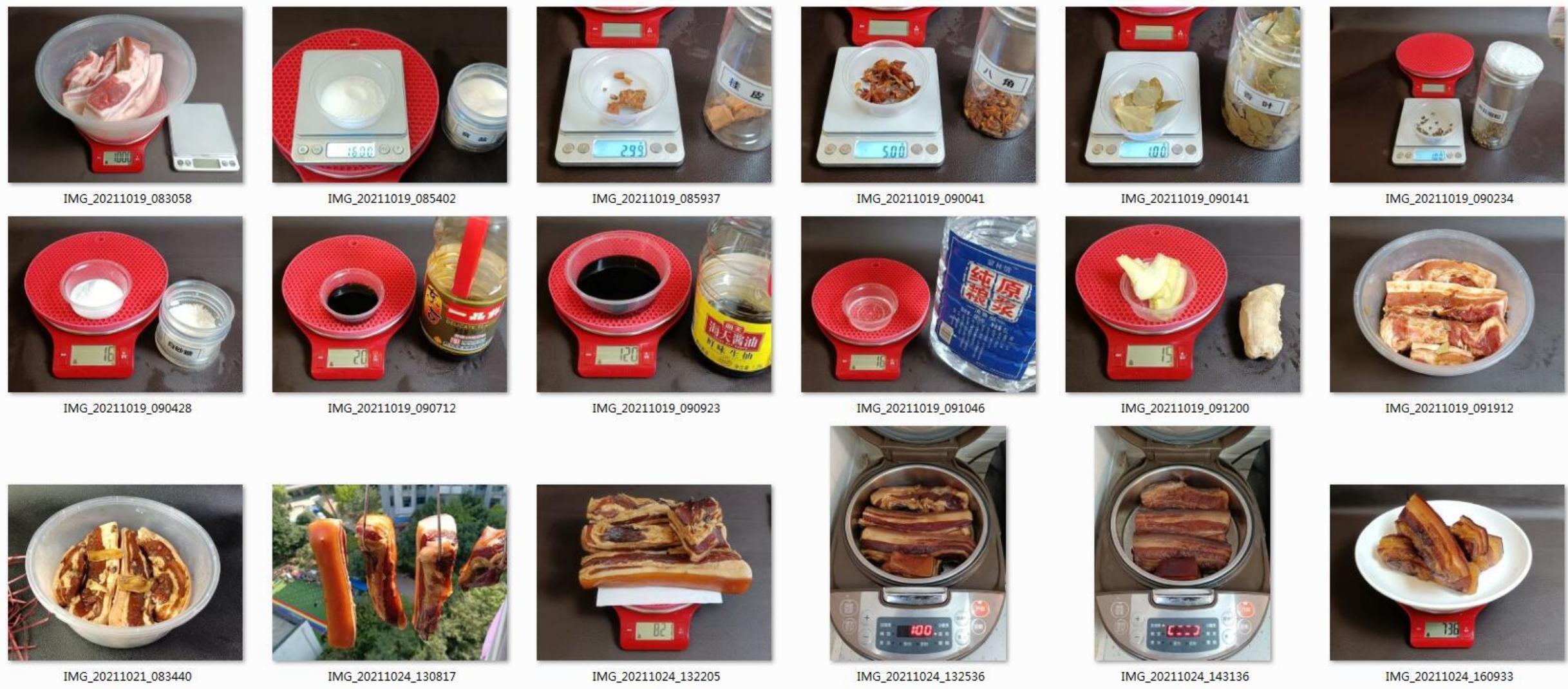
简易手机版：m.mth517777.com

目 录

腌制海派酱油肉



腌制海派酱油肉 试验工作图



腌制海派酱油肉



工艺简介：

酱油肉可一年四季腌制，夏天腌制时需放入保鲜冰箱内。

1) 调制腌料：将清水倒入锅内，下入食盐、八角、桂皮（掰成小块）、香叶、花椒粒、冰糖、东古一品鲜酱油、海天生抽和带皮姜片，大火烧开、小火焖煮约3-5分钟（蒸发掉所加入的清水重量），关火晾凉后放入高度酒即成；

2) 将改刀后猪肉放入腌料容器内拌匀、加盖腌制3天，期间每天需上下翻动一次；

3) 取出腌肉穿绳、吊挂沥水后自然风干3天即成；每千克鲜五花肉经腌制、晾晒后可得到成品酱油肉821克；成品可放入保鲜袋内冷冻保存。

4) 食用时将肉块蒸制40分钟，取出后切片食用，或配上其它食材烹食；每千克鲜五花肉腌制的酱油肉蒸熟后晾凉称重736克。

注：可将调料白砂糖替换成“木糖醇”，所腌制酱油肉也可供“高糖”人士食用。

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: 腌腊味 菜名: 腌制海派酱油肉

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: 2021年10月19日

食材进货询价更新: 2025年1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	鲜带皮五花肉	——	——	鲜肉批发	241227	13.00元/斤	500 克 /斤	13.00元	改刀成5厘米宽长条	带皮五花肉大条	100%	13.00元	1000克	26.00元	
211019-1024测试: 选购鲜带皮五花肉1000克, 改刀成宽5厘米的条状, 加调料拌匀后(入保鲜冰箱)腌制3天, 期间上下翻动三次; 第4天取出穿绳、吊挂沥水后吹风、晾晒, 至第6天即成; 成品肉质半干, 成品821克, 成品率82.1%; 注: 晾晒期间为晴天, 日均气温10-18℃。															
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	16克	0.02元
	香料: 八角	福小兵	广西	淘宝	241227	18.21元/斤	500 克 /斤	约300 颗/斤	18.21元	成品干制原料	八角	100%	18.21元	2.5克	0.09元
	香料: 肉桂皮	福小兵	广西	淘宝	241227	11.52元/斤	500 克 /斤		11.52元	成品干制原料	桂皮	100%	11.52元	2.0克	0.05元
	香料: 香叶/月桂叶	福小兵	安徽	淘宝	241227	24.03元/斤	500 克 /斤		24.03元	成品干制原料	香叶	100%	24.03元	1.0克	0.05元
	干青花椒粒	福小兵	四川雅安	淘宝	241227	20.80元/斤	500 克 /斤	约22000 颗/斤	20.80元	成品干制调料	净青花椒粒	100%	20.80元	1.0克	0.04元
	单晶颗粒冰糖	馋小玥	河北	批发市场	241227	21.80元/袋	2500 克 /袋	中粒5斤/袋起售包邮	4.36元	成品调料/甜度100	净冰糖	100%	4.36元	16克	0.14元
	5L东古一品鲜酱油	东古	广东江门	拼多多	241227	60.00元/桶	5000 毫升 /桶	约1150 克/升	5.22元	成品调料/含盐量16.6%	东古酱油	100%	5.22元	20克	0.21元
	4.9L海天金标生抽	海天	佛山	拼多多	241227	47.50元/桶	4900 毫升 /桶	约1150 克/升	4.21元	成品调料/含盐量16.7%	海天生抽	100%	4.21元	120克	1.01元
	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	高度高粱酒	100%	4.24元	16克	0.14元
	老生姜	散装	——	批发市场	241227	6.00元/斤	500 克 /斤		6.00元	洗净后带皮切片	带皮姜片	93.0%	6.45元	15克	0.19元
以上原料可制作成品菜 \geq 821克, 成品率 62.7%, 其中鲜五花肉腌制成酱油肉成品率为 82.1%															
腌制调料汁含盐量 \leq 4.73%															
备注			制作工艺简介												
	1) 调制腌料: 将清水倒入锅内, 下入食盐、八角、桂皮(掰成小块)、香叶、花椒粒、冰糖、东古一品鲜酱油、海天生抽和带皮姜片, 大火烧开、小火慢煮约3-5分钟(蒸发掉所加入的清水重量), 关火晾凉后放入高度酒即成; 2) 将改刀后的猪肉放入腌料容器内拌匀、加盖腌制3天, 期间每天需上下翻动一次; 3) 取出腌肉穿绳、吊挂沥水后自然风干3天即成; 每千克鲜五花肉经腌制、晾晒后可得到成品酱油肉821克; 成品可放入保鲜袋内冷冻保存。 4) 食用时将肉块蒸制40分钟, 取出后切片食用, 或配上其它食材烹食; 每千克鲜五花肉腌制的酱油肉蒸熟后晾凉称重736克。 注: 可将调料白砂糖替换成“木糖醇”, 所腌制酱油肉也可供“高糖”人士食用。														
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	带皮五花肉大条	主料	31.67元	15.83元	93.1%
2	——	配料	0.00元	0.00元	0.0%
3	盐+香料+酱油等	调料	2.36元	1.18元	6.9%
4	——	其它	0.00元	——	0.0%
合计			34.03元	17.02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：带皮五花肉大条
主要原料毛料名称：鲜带皮五花肉
主料转制成品工艺：五花肉+调料→腌制→晾晒
每千克投料合计经加工后可得到成品：627克
成品率：62.7%

当前“鲜带皮五花肉”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	鲜带皮五花 进货价	腌制酱油肉 成品成本	主料进货 单价系数
	(元/斤)	(元/斤)	0
涨降幅度 1.00元			
1) 进货价下降至→	10.00元	13.36元	77%
2) 进货价下降至→	11.00元	14.58元	85%
3) 进货价下降至→	12.00元	15.80元	92%
4) 目前进货价→	13.00元	17.02元	100%
5) 进货价上涨至→	14.00元	18.23元	108%
6) 进货价上涨至→	15.00元	19.45元	115%
7) 进货价上涨至→	16.00元	20.67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

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：腌腊味

菜名：腌制海派酱油肉

出品：满堂红菜品配方成本网

食材进货询价更新：2024年12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									
	原料名称	净料名称	投料数量	换算	投料数量	换算								
主料	鲜带皮五花肉	带皮五花肉大条	1.22斤	609克	2.44斤	1218克	6.09斤	3045克	12.18斤	6090克	18.27斤	9135克	24.36斤	12180克
调料	500g长舟加碘盐	食盐	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.10斤	49克	0.19斤	97克	0.29斤	146克	0.39斤	195克
	香料：八角	八角	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.0克	0.02斤	8克	0.03斤	15克	0.05斤	23克	0.06斤	30克
	香料：肉桂皮	桂皮	0.00斤	1.2克	0.00斤	2.4克	0.01斤	6.1克	0.02斤	12克	0.04斤	18克	0.05斤	24克
	香料：香叶/月桂叶	香叶	0.00斤	0.6克	0.00斤	1.2克	0.01斤	3.0克	0.01斤	6.1克	0.02斤	9.1克	0.02斤	12克
	干青花椒粒	净青花椒粒	0.00斤	0.6克	0.00斤	1.2克	0.01斤	3.0克	0.01斤	6.1克	0.02斤	9.1克	0.02斤	12克
	单晶颗粒冰糖	净冰糖	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.10斤	49克	0.19斤	97克	0.29斤	146克	0.39斤	195克
	5L东古一品鲜酱油	东古酱油	0.02斤	12克	0.05斤	24克	0.12斤	61克	0.24斤	122克	0.37斤	183克	0.49斤	244克
	4.9L海天金标生抽	海天生抽	0.15斤	73克	0.29斤	146克	0.73斤	365克	1.46斤	731克	2.19斤	1096克	2.92斤	1462克
	5L-68° 高粱酒	高度高粱酒	0.02斤	9.7克	0.04斤	19克	0.10斤	49克	0.19斤	97克	0.29斤	146克	0.39斤	195克
	老生姜	带皮姜片	0.02斤	9.1克	0.04斤	18克	0.09斤	46克	0.18斤	91克	0.27斤	137克	0.37斤	183克
	清水	清水	0.12斤	61克	0.24斤	122克	0.61斤	305克	1.22斤	609克	1.83斤	914克	2.44斤	1218克
合计投入净料数量→			1.60斤	798克	3.19斤	1595克	7.98斤	3988克	15.95斤	7975克	23.93斤	11963克	31.90斤	15950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）→			62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%

1) 调制腌料：将清水倒入锅内，下入食盐、八角、桂皮（掰成小块）、香叶、花椒粒、冰糖、东古一品鲜酱油、海天生抽和带皮姜片，大火烧开、小火焖煮约3-5分钟（蒸发掉所加入的清水重量），关火晾凉后放入高度酒即成；
2) 将改刀后的猪肉放入腌料容器内拌匀、加盖腌制3天，期间每天需上下翻动一次；
3) 取出腌肉穿绳、吊挂沥水后自然风干3天即成；每千克鲜五花肉经腌制、晾晒后可得到成品酱油肉821克；成品可放入保鲜袋内冷冻保存。
4) 食用时将肉块蒸制40分钟，取出后切片食用，或配上其它食材烹食；每千克鲜五花肉腌制的酱油肉蒸熟后晾凉称重736克。
注：可将调料白砂糖替换成“木糖醇”，所腌制酱油肉也可供“高糖”人士食用。



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。

