

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤
名称 口蘑番茄豆腐汤
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	

口蘑番茄豆腐汤

工艺简介	… … … … … … … … … …	第3页
成本卡	… … … … … … … … … …	第5页
不同主料的进货单价与综合成本的变化	… … … … …	第6页
不同规格餐盒的装汤数量与图例	… … … …	第7页

不同规格餐盒各盛装10份成品汤的配方… …第8页

适用中央厨房批量生产的不同投料配方… …第9页

版权声明第10页



口蘑番茄豆腐汤试验工作图

制作菜品所用原料（制作前调料称重 - 减去制作后调料称重 = 等于实际应用调料） ↓

 IMG_20201115_125130	 IMG_20201115_125222	 IMG_20201115_125435	 IMG_20201115_125511	 IMG_20201115_125754	 IMG_20201115_125814
 IMG_20201115_125832	 IMG_20201115_130000	 IMG_20201115_130224	 IMG_20201115_130352	 IMG_20201115_130400	 IMG_20201115_130420
 IMG_20201115_130546	 IMG_20201115_131050	 IMG_20201115_131258	 IMG_20201115_131429	 IMG_20201115_131528	 IMG_20201115_131538
 IMG_20201115_131554	 IMG_20201115_131603	 IMG_20201115_131617			

口蘑番茄豆腐汤



工艺简介:

- 1) 提前将口蘑焯水、番茄去蒂去皮切小块备用;
- 2) 炒锅烧热放姜葱油, 下入去皮番茄小块煸炒出汁、加入清水熬煮; 下入焯水净口蘑、番茄沙司、盐、味精、鸡精;
- 3) 锅内下入嫩豆腐粒, 中火烧开后撒上白胡椒粉即可。

了解更多制作工艺, 可参考各类视频网站介绍的同类菜品制作方法。



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：汤类菜品 菜名：口蘑番茄豆腐汤 出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍 日期： 2020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	新鲜口蘑	——	——	批发市场	250724	7.50元 /斤	500 克 /斤	7.50元	去掉口蘑柄	去柄净口蘑	81.4%	9.21元	80克	1.47元	
	200921测试↑：购买新鲜口蘑296克，去掉柄部后称重241克，净料率81.4%；用清水煮熟后，放凉、沥水称重179克，煮熟成品率60.5%														
	番茄/西红柿	——	——	批发配送	250725	3.00元 /斤	500 克 /斤 150-200克/个	3.00元	火烧去皮，再去蒂	去蒂皮番茄	93.1%	3.22元	160克	1.03元	
	210423测试↑：2个番茄（西红柿）称重304克，用不锈钢筷插住番茄后、置于燃气炉上烧糊表皮；待摘去表皮、切去番茄蒂后称重283克，净料率93.1%														
	盒装内酯豆腐	美鑫晶	武汉	批发市场	250725	1.67元 /盒	320 克 /盒 做汤或拌豆腐用	2.61元	将嫩豆腐改刀切大粒	嫩豆腐粒	100%	2.61元	160克	0.84元	
调料	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↑：详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。														
	清水	——	自备	——	——	0.00元 /斤	500 克 /斤	0.00元	不计成本/计入费用类	清水	100%	0.00元	800克	0.00元	
	3kg凤球唛番茄沙司	凤球唛	东莞	拼多多	250725	16.62元 /袋	3000 克 /袋 约1290 克/ 升	2.77元	成品调料/含盐量0.59%	番茄沙司	100%	2.77元	30克	0.17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	8.0克	0.01元	
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	250725	17.60元 /袋	2000 克 /袋	4.40元	成品调料	味精	100%	4.40元	4.0克	0.04元	
	900g厨师乐鸡精	厨师乐	武汉	批发市场	250725	19.70元 /袋	900 克 /袋 10袋/箱批发	10.94元	含味精40%/含盐38%	鸡精	100%	10.94元	4.0克	0.09元	
	227g玖味白胡椒粉	玖味	武汉	批发市场	250725	24.00元 /袋	227 克 /袋 10袋/箱批发	52.86元	成品调料	白胡椒粉	100%	52.86元	1.0克	0.11元	
备注	以上原料可制作成品汤质量≥ 1000克 ， 成品率 79.4% 计算式：成品率 = 成品汤质量÷主配调料净料投料合计×100%											投料合计 1259克		3.89元	
	成品汤含盐量≤ 0.94% ， 含味精≤ 0.40% ， 含鸡精≤ 0.40% ， 综合谷氨酸钠≤ 0.56% ， 胡椒粉≤ 0.10% ， 含食油≤ 0.80%											每500克成品汤成本		1.94元	
		制作工艺简介 餐盒容积使用率为： 80%						餐盒规格	餐盒成本	实际装汤	汤品成本	成本小计	不同毛利率的汤品售价（元/盒）		
		1）提前将口蘑焯水、番茄去蒂去皮切小块备用； 2）炒锅烧热放姜葱油，下入去皮番茄小块煸炒出汁、加入清水熬煮；下入焯水净口蘑、番茄沙司、盐、味精、鸡精； 3）锅内下入嫩豆腐粒，中火烧开后撒上白胡椒粉即可。 注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。						（毫升/盒）	（元/套）	（克/盒）	（元/盒）	餐盒+汤品	毛利率70%	毛利率60%	毛利率50%
								300圆餐盒	0.220元	240克	0.93元	1.15元	3.84元	2.88元	2.30元
								450圆餐盒	0.229元	360克	1.40元	1.63元	5.43元	4.07元	3.26元
								600圆餐盒	0.416元	480克	1.87元	2.28元	7.61元	5.70元	4.56元
								——	——	——	——	——	——	——	——
		——	——	——	——	——	——	——	——						
——	——	——	——	——	——	——	——								



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（三种）、或降价（三种）以后，对应的成品汤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“七种”不同的成本数据分析供您参考。

汤品原料分类与成本占比分析↓

序号	主要原料名称	类别	成品汤成本		占比
			元/千克	元/斤	
1	去柄净口蘑	主料1	1.47元	0.74元	37.9%
2	番茄+豆腐粒	主料2	1.87元	0.93元	48.0%
3	番茄沙司+盐味精等	配料	0.55元	0.27元	14.1%
4	——	调料	——	——	——
合计			3.89元	1.94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： 去柄净口蘑

主要原料毛料名称： 新鲜口蘑

主料转制成品工艺： 净口蘑+口蘑番茄豆腐调料→煮汤

每千克投料合计经加工后可得到成品： 794克

成品率： 79.4%

当前“新鲜口蘑”进货价： 7.50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	新鲜口蘑 进货价	口蘑番茄 豆腐汤成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 1.00元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	4.50元	1.65元	60%
2) 进货价下降至→	5.50元	1.75元	73%
3) 进货价下降至→	6.50元	1.85元	87%
4) 目前进货价→	7.50元	1.94元	100%
5) 进货价上涨至→	8.50元	2.04元	113%
6) 进货价上涨至→	9.50元	2.14元	127%
7) 进货价上涨至→	10.50元	2.24元	140%

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系



不同规格餐盒的装汤数量（图例）

本菜品外卖餐盒装汤的容积使用率为：80%

300毫升餐盒×装汤80%=240（克）



↑ 300毫升圆形餐盒
盛装240克成品汤



450毫升餐盒×装汤80%=360（克）



↑ 450毫升圆形餐盒
盛装360克成品汤



600毫升餐盒×装汤80%=480（克）



↑ 600毫升圆形餐盒
盛装480克成品汤



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：汤类菜品 菜名：口蘑番茄豆腐汤 外卖餐盒装菜容积使用率： 80% 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 原料名称	投入原料 净料名称	装菜240克/盒共10盒		装菜360克/盒共10盒		装菜480克/盒共10盒		——		——		——	
			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	新鲜口蘑	去柄净口蘑	0.38斤	192克	0.58斤	288克	0.77斤	384克	——	——	——	——	——	——
	番茄/西红柿	去蒂皮番茄	0.77斤	384克	1.15斤	576克	1.54斤	768克	——	——	——	——	——	——
	盒装内酯豆腐	嫩豆腐粒	0.77斤	384克	1.15斤	576克	1.54斤	768克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.06斤	29克	0.09斤	43克	0.12斤	58克	——	——	——	——	——	——
	清水	清水	3.55斤	1774克	5.22斤	2609克	6.89斤	3443克	——	——	——	——	——	——
	3kg凤球唛番茄沙司	番茄沙司	0.14斤	72克	0.22斤	108克	0.29斤	144克	——	——	——	——	——	——
	500g云鹤食盐	食盐	0.04斤	19克	0.06斤	29克	0.08斤	38克	——	——	——	——	——	——
		味精	0.02斤	10克	0.03斤	14克	0.04斤	19克	——	——	——	——	——	——
	900g大桥鸡精	鸡精	0.02斤	10克	0.03斤	14克	0.04斤	19克	——	——	——	——	——	——
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	2.4克	0.01斤	3.6克	0.01斤	4.8克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
合计投入净料数量→			5.75斤	2876克	8.52斤	4261克	11.29斤	5647克	——	——	——	——	——	——
实际得到成品数量→			4.80斤	2400克	7.20斤	3600克	9.60斤	4800克	——	——	——	——	——	——
成品率（成品数量÷净料数量）→			83.5%	83.5%	84.5%	84.5%	85.0%	85.0%	——	——	——	——	——	——
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→	2400克	成品汤→	3600克	成品汤→	4800克	——	——	——	——	——	——
	300ml圆餐盒	成品菜240克	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜360克	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜480克	——	——	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——

备注：以上“颜色标黄”数据表示炖煮汤过程中所需添加的“清水”，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、是否盖上锅盖、以及烹饪时间”等因素而产生变化。



菜品标准配方成本卡 表-3 速算配方表（2） 按实际制作成品汤（整数）数量编制的原料净料配方

类别：汤类菜品 菜名：口蘑番茄豆腐汤 外卖餐盒装菜容积使用率： 80% 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	成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材	
			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	新鲜口蘑	去柄净口蘑	0.08斤	40克	0.16斤	80克	0.40斤	200克	0.80斤	400克	1.20斤	600克	1.60斤	800克
	番茄/西红柿	去蒂皮番茄	0.16斤	80克	0.32斤	160克	0.80斤	400克	1.60斤	800克	2.40斤	1200克	3.20斤	1600克
	盒装内酯豆腐	嫩豆腐粒	0.16斤	80克	0.32斤	160克	0.80斤	400克	1.60斤	800克	2.40斤	1200克	3.20斤	1600克
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.01斤	6.0克	0.02斤	12克	0.06斤	30克	0.12斤	60克	0.18斤	90克	0.24斤	120克
	清水	清水	0.80斤	400克	1.60斤	800克	3.69斤	1843克	7.17斤	3583克	10.64斤	5322克	14.12斤	7061克
	3kg凤球唛番茄沙司	番茄沙司	0.03斤	15克	0.06斤	30克	0.15斤	75克	0.30斤	150克	0.45斤	225克	0.60斤	300克
	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
		味精	0.00斤	2.0克	0.01斤	4.0克	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.06斤	30克	0.08斤	40克
	900g大桥鸡精	鸡精	0.00斤	2.0克	0.01斤	4.0克	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.06斤	30克	0.08斤	40克
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	0.5克	0.00斤	1.0克	0.01斤	2.5克	0.01斤	5.0克	0.02斤	7.5克	0.02斤	10克
合计投入净料数量→			1.26斤	630克	2.52斤	1259克	5.98斤	2991克	11.76斤	5878克	17.53斤	8764克	23.30斤	11651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）→			79.4%	79.4%	79.4%	79.4%	83.6%	83.6%	85.1%	85.1%	85.6%	85.6%	85.8%	85.8%
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→ 500克		成品汤→ 1000克		成品汤→ 2500克		成品汤→ 5000克		成品汤→ 7500克		成品汤→ 10000克	
	300ml圆餐盒	每盒装240克	可出品→ 2.1盒		可出品→ 4.2盒		可出品→ 10.4盒		可出品→ 20.8盒		可出品→ 31.3盒		可出品→ 41.7盒	
	450ml圆餐盒	每盒装360克	可出品→ 1.4盒		可出品→ 2.8盒		可出品→ 6.9盒		可出品→ 13.9盒		可出品→ 20.8盒		可出品→ 27.8盒	
	600ml圆餐盒	每盒装480克	可出品→ 1.0盒		可出品→ 2.1盒		可出品→ 5.2盒		可出品→ 10.4盒		可出品→ 15.6盒		可出品→ 20.8盒	

备注：以上“颜色标黄”数据表示炖煮汤过程中所需添加的“清水”，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、是否盖上锅盖、以及烹饪时间”等因素而产生变化。



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。

