

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤

名称 网红山药蔬菜羹

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

网红山药蔬菜羹

批量生产用配方：

不同规格餐盒各盛装10份成品汤的配方… …第7页
适用中央厨房批量生产的不同投料配方… …第8页

版权声明 第9页



网红山药蔬菜羹



工艺简介：

- 1) 提前将内酯豆腐切大颗粒，山药、白菜切碎备用；
- 2) 锅内加入清水烧开，下入山药碎、豆腐粒；再放盐、味精、鸡精、白胡椒粉烧开；下入小白菜碎，用水淀粉勾芡、形成“羹”汤；
- 3) 鸡蛋液搅散淋入羹内呈蛋花状即可出品。

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: 网红山药蔬菜羹

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

日期: 2021年4月21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 | 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 | 130克 | 0.68元 | |
| | 粗山药 | —— | 拼多多 | 拼多多 | 250725 | 4.60元 / 斤 | 500 克 / 斤 | 4.60元 | 山药去皮洗净, 刀拍剁碎 | 净山药剁碎 | 80.4% | 5.72元 | 130克 | 1.49元 | |
| | 151023测试↑: 带皮山药一根称重453克, 去皮后净重364克, 净料率80.4% | | | | | | | | | | | | | | |
| | 白梗小白菜 | —— | —— | 批发配送 | 250725 | 2.50元 / 斤 | 500 克 / 斤 | 2.50元 | 去根去黄叶、泡洗沥水 | 净小白菜切碎 | 102.7% | 2.43元 | 70克 | 0.34元 | |
| 210421测试↑: 白梗小白菜称重444克、摘净后384克净料率86.5%; 泡洗沥水1小时后称重456克、摘洗沥水净料率102.7%。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 调料 | 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 | 780克 | 0.00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 | 7.0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 | 4.3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 | 4.3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 |
| | 25kg大成玉米淀粉 | 大成 | 辽宁锦州 | 拼多多 | 250725 | 144.0元 / 袋 | 25000 克 / 袋 | 2.88元 | 干淀粉加3倍清水调匀 | 1:3水淀粉 | 400% | 0.72元 | 50克 | 0.07元 | |
| | 210703测试↑: 取20克玉米淀粉+60克清水搅匀即1:3水生粉; 锅内加清水500克烧开, 勾芡(成玉米羹状浓度), 实际消耗水淀粉72克; 成品称重500克, 芡汤加热后水分蒸发72克($500+72-500=72$ 克), 干玉米淀粉占成品羹汤比3.6% ($72 \div 4 \div 500 \times 100\% = 3.6\%$); 注: 玉米淀粉与土豆淀粉勾芡浓度效果基本相同。 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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 | 去掉蛋壳, 留蛋液 | 去壳蛋液 | 86.6% | 4.97元 | 50克 | 0.50元 |
| | 注↑: 25个鸡蛋 \div 8.5个/斤=2.94斤鸡蛋, 2.94斤鸡蛋 \times 去壳鸡蛋液净料率86.6% \times 500克=1273克净鸡蛋液(25个鸡蛋的蛋液), 平均每个蛋液50.92克 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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 | 10克 | 0.12元 | | |
| 注↑: 用作清汤用油; 详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 备注 | 以上原料可制作成品菜 \geq 1000克 , 成品率 80.9% 成品率=成品菜质量 \div 主、配、调料净料投料合计 \times 100% , 干淀粉 \leq 1.00% | | | | | | | 投料合计 1237克 3.44元 | | | | | | | |
| | 成品汤含盐量 \leq 0.84% , 含味精 \leq 0.43% , 含鸡精 \leq 0.43% , 综合谷氨酸钠 \leq 0.47% , 胡椒粉 \leq 0.10% , 含食油 \leq 1.00% | | | | | | | 每500克成品汤成本 1.72元 | | | | | | | |
| |  制作工艺简介 餐盒容积使用率为: 80% | 1) 提前将内酯豆腐切大颗粒, 山药、白菜切碎备用; 2) 锅内加入清水烧开, 下入山药碎、豆腐粒; 再放盐、味精、鸡精、白胡椒粉烧开; 下入小白菜碎, 用水淀粉勾芡、形成“羹”汤; 3) 鸡蛋液搅散淋入羹内呈蛋花状即可出品。 注: 可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。 | | | | | | | 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) | |
| | | (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 | 0.83元 | 1.04元 | 3.48元 | 2.61元 | 2.09元 | | | | | | |
| | | 450圆餐盒 | 0.229元 | 360克 | 1.24元 | 1.47元 | 4.89元 | 3.67元 | 2.93元 | | | | | | |
| | | 600圆餐盒 | 0.416元 | 480克 | 1.65元 | 2.07元 | 6.89元 | 5.17元 | 4.13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 | 豆腐+山药+小白菜 | 主料 | 2.51元 | 1.25元 | 72.9% |
| 2 | —— | 配料 | —— | —— | —— |
| 3 | 水+盐味精淀粉等 | 调料 | 0.93元 | 0.47元 | 27.1% |
| 4 | —— | 其它 | —— | —— | —— |
| 合计 | | | 3.44元 | 1.72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：净山药剁碎 | | | |
| 主要原料毛料名称：粗山药 | | | |
| 主料转制成品工艺：山药+豆腐+菜芯+调料→煮羹 | | | |
| 每千克投料合计经加工后可得到成品：809克 | | | |
| 成品率：80.9% | | | |
| 当前“山药”进货价：4.60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 涨降幅度 0.50元 | 山药 进货价 (元/斤) | 网红山药 蔬菜羹成本 (元/斤) | 主料进货 单价系数 |
| | 3.10元 | 1.48元 | 0 |
| 1) 进货价下降至→ | 3.60元 | 1.56元 | 67% |
| 2) 进货价下降至→ | 4.10元 | 1.64元 | 78% |
| 3) 进货价下降至→ | 4.60元 | 1.72元 | 89% |
| 4) 目前进货价→ | 5.10元 | 1.80元 | 100% |
| 5) 进货价上涨至→ | 5.60元 | 1.88元 | 111% |
| 6) 进货价上涨至→ | 6.10元 | 1.96元 | 122% |
| 7) 进货价上涨至→ | | | 133% |

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）



450毫升餐盒×装汤80%=360（克）



600毫升餐盒×装汤80%=480（克）



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: 网红山药蔬菜羹

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4月2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 | 盒装内酯豆腐 | 嫩豆腐粒 | 0.62斤 | 312克 | 0.94斤 | 468克 | 1.25斤 | 624克 | — | — | — | — | — | — |
| | 粗山药 | 净山药剁碎 | 0.62斤 | 312克 | 0.94斤 | 468克 | 1.25斤 | 624克 | — | — | — | — | — | — |
| | 白梗小白菜 | 净小白菜切碎 | 0.34斤 | 168克 | 0.50斤 | 252克 | 0.67斤 | 336克 | — | — | — | — | — | — |
| | | | | | | | | | — | — | — | — | — | — |
| 调料 | 清水 | 清水 | 3.46斤 | 1730克 | 5.09斤 | 2543克 | 6.71斤 | 3357克 | — | — | — | — | — | — |
| | 500g云鹤食盐 | 食盐 | 0.04斤 | 20克 | 0.06斤 | 31克 | 0.08斤 | 41克 | — | — | — | — | — | — |
| | 2kg莲花味精 | 味精 | 0.02斤 | 10克 | 0.03斤 | 15克 | 0.04斤 | 20克 | — | — | — | — | — | — |
| | 900g厨师乐鸡精 | 鸡精 | 0.02斤 | 10克 | 0.03斤 | 15克 | 0.04斤 | 20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 | — | — | — | — | — | — |
| | 25kg大成玉米淀粉 | 1:3水淀粉 | 0.24斤 | 120克 | 0.36斤 | 180克 | 0.48斤 | 240克 | — | — | — | — | — | — |
| | 洋鸡蛋-8.5个/斤 | 去壳蛋液 | 0.24斤 | 120克 | 0.36斤 | 180克 | 0.48斤 | 240克 | — | — | — | — | — | — |
| | 自制姜葱花生油 | 姜葱花生油 | 0.05斤 | 24克 | 0.07斤 | 36克 | 0.10斤 | 48克 | — | — | — | — | — | — |
| | | | | | | | | | — | — | — | — | — | — |
| | | | | | | | | | — | — | — | — | — | — |
| 合计投入净料数量→ | | | 5.66斤 | 2829克 | 8.38斤 | 4192克 | 11.11斤 | 5556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)→ | | | 84.8% | 84.8% | 85.9% | 85.9% | 86.4% | 86.4% | — | — | — | — | — | — |
| 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”数据表示炖煮汤时所需要添加的“清水”，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、是否盖上锅盖、以及烹饪时间和环境温度”等因素而产生变化。



扫码登录手机网站

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：网红山药蔬菜羹

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 | 盒装内酯豆腐 | 嫩豆腐粒 | 0.13斤 | 65克 | 0.26斤 | 130克 | 0.65斤 | 325克 | 1.30斤 | 650克 | 1.95斤 | 975克 | 2.60斤 | 1300克 |
| | 粗山药 | 净山药剁碎 | 0.13斤 | 65克 | 0.26斤 | 130克 | 0.65斤 | 325克 | 1.30斤 | 650克 | 1.95斤 | 975克 | 2.60斤 | 1300克 |
| | 白梗小白菜 | 净小白菜切碎 | 0.07斤 | 35克 | 0.14斤 | 70克 | 0.35斤 | 175克 | 0.70斤 | 350克 | 1.05斤 | 525克 | 1.40斤 | 700克 |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| 调料 | 清水 | 清水 | 0.78斤 | 390克 | 1.56斤 | 780克 | 3.59斤 | 1797克 | 6.99斤 | 3493克 | 10.38斤 | 5189克 | 13.77斤 | 6884克 |
| | 500g云鹤食盐 | 食盐 | 0.01斤 | 4.3克 | 0.02斤 | 8.5克 | 0.04斤 | 21克 | 0.09斤 | 43克 | 0.13斤 | 64克 | 0.17斤 | 85克 |
| | 2kg莲花味精 | 味精 | 0.00斤 | 2.1克 | 0.01斤 | 4.3克 | 0.02斤 | 11克 | 0.04斤 | 21克 | 0.06斤 | 32克 | 0.09斤 | 43克 |
| | 900g厨师乐鸡精 | 鸡精 | 0.00斤 | 2.1克 | 0.01斤 | 4.3克 | 0.02斤 | 11克 | 0.04斤 | 21克 | 0.06斤 | 32克 | 0.09斤 | 43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 |
| | 25kg大成玉米淀粉 | 1:3水淀粉 | 0.05斤 | 25克 | 0.10斤 | 50克 | 0.25斤 | 125克 | 0.50斤 | 250克 | 0.75斤 | 375克 | 1.00斤 | 500克 |
| | 洋鸡蛋-8.5个/斤 | 去壳蛋液 | 0.05斤 | 25克 | 0.10斤 | 50克 | 0.25斤 | 125克 | 0.50斤 | 250克 | 0.75斤 | 375克 | 1.00斤 | 500克 |
| | 自制姜葱花生油 | 姜葱花生油 | 0.01斤 | 5.0克 | 0.02斤 | 10克 | 0.05斤 | 25克 | 0.10斤 | 50克 | 0.15斤 | 75克 | 0.20斤 | 100克 |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| 合计投入净料数量→ | | | 1.24斤 | 619克 | 2.48斤 | 1238克 | 5.88斤 | 2942克 | 11.57斤 | 5783克 | 17.25斤 | 8624克 | 22.93斤 | 11464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）→ | | | 80.8% | 80.8% | 80.8% | 80.8% | 85.0% | 85.0% | 86.5% | 86.5% | 87.0% | 87.0% | 87.2% | 87.2% |
| 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”数据表示炖煮汤时所需要添加的“清水”，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、是否盖上锅盖、以及烹饪时间和环境温度”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。

