

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 主食/其它

名称 熟重每个37克小笼包

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	✓



①满堂红菜品配方成本网（电脑、手机版）不定期更新成本数据

②每月更新成本数据的电子版成本卡，请在满堂红小程序（微信商城）购买

熟重每个37克小笼包



工艺简介:

- 1) 面皮料: 将酵母粉放入碗中, 加入白砂糖、清水搅匀, 盖上碗盖发酵至液体体积增大 (需15-25分钟) 后倒入面粉内; 面粉内再加入泡打粉、化猪油合成面团, 放入盆中发酵;
- 2) 馅料: 将肉馅加入 (配方) 调料搅拌均匀即成;
- 3) 包制和醒发: 按配方标准制作面剂、面皮, 包制包子生胚, 醒发 (10-15分钟) 后即可蒸制;
- 4) 蒸制10分钟, 关火焖10分钟即可。

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：面饭主食 菜名：熟重37克中号小笼包

出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍

日期：2021年7月6日

食材进货询价更新：2025年12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
面皮料	5kg香满园中筋面粉	香满园	南京	拼多多	251125	24.00元/袋	5000 克/袋	2.40元	成品通用面粉	中筋通用面粉	100%	2.40元	598克	2.87元
	500g安琪低糖酵母粉	安琪	湖北宜昌	拼多多	251125	16.75元/袋	500 克/袋 4袋起售包邮	16.75元	成品调料	安琪酵母粉	100%	16.75元	5.7克	0.19元
	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	323克	0.00元
馅料	预制万能猪肉馅	需提前预制		251201	7.77元/斤	500 克/斤 生料进货 10.00元	7.77元	成品含盐量≤1.11%	预制猪肉馅	100%	7.77元	316克	4.92元	
	注↑：成品含盐量1.11%；原料含肥三瘦七无皮猪前腿（前夹）肉馅、小葱白末、盐、味精、白胡椒粉、姜汁、清水、生抽、鸡蛋、玉米淀粉，详见/预制原料类/成本卡													
	预制猪皮冻	需提前预制		251201	0.89元/斤	500 克/斤	0.89元	—	—	预制猪皮冻	100%	0.89元	158克	0.28元
	注↑：每1千克生鲜猪皮可熬制成成品皮冻约3.1千克；以上详见/预制原料类/《预制猪皮冻》成本卡													
	大葱	—	山东安丘	拼多多	251125	1.80元/斤	500 克/斤 200-250克/根	1.80元	去根须叶管及葱心绿	净大葱白切碎	42.3%	4.26元	158克	1.35元
	210706测试↑：3根大葱627克，去根须14克、葱叶289克后留葱白324克；葱白去葱心绿后留葱白皮265克，葱白皮净料率42.3%													
	4.9L海天金标生抽	海天	佛山	拼多多	251125	47.75元/桶	4900 毫升/桶 约1150 克/升	4.24元	成品调料/含盐量16.7%	净生抽	100%	4.24元	7.0克	0.06元
4.9L海天草菇老抽	海天	佛山	拼多多	251125	40.98元/桶	4900 毫升/桶 约1150 克/升	3.64元	成品调料/含盐量17.4%	净老抽	100%	3.64元	10克	0.07元	
6kg海天金字蚝油	海天	佛山	拼多多	251125	37.00元/桶	6000 克/桶 约1180 克/升	3.08元	成品调料/含盐量11.4%	净蚝油	100%	3.08元	12克	0.07元	
45g王守义十三香	王守义	驻马店	拼多多	251125	3.20元/盒	45 克/盒	35.56元	成品干制原料	十三香	100%	35.56元	1.1克	0.08元	
227g玖味白胡椒粉	玖味	武汉	批发市场	251125	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	1.4克	0.15元	
自制姜葱花生油	需提前预制		251201	5.51元/斤	500 克/斤	5.51元	—	—	姜葱花生油	100%	5.51元	7.6克	0.08元	
注↑：用作清炒、清汤用油；详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。														
制作料	5kg香满园中筋面粉	香满园	南京	拼多多	251125	24.00元/袋	5000 克/袋 中筋，1袋包邮	2.40元	成品通用面粉	做包子蘸面粉	100%	2.40元	33克	0.16元
	以上原料可制作成品包子≥ 1760克，一共有生胚包子 48，平均每个生重 34.0克，每个面剂 20.0克，每个馅料 14.0克，投料合计 1632克 10.28元													
成品率≤ 107.8%，一共有蒸熟包子 48，平均每个熟重 36.7克，平均每个包子成本 0.21元 每500克熟包子成本 2.92元														
备注	制作工艺简介													
		1) 面皮料：将酵母粉放入碗中，加入白砂糖、清水搅匀，盖上碗盖发酵至液体体积增大（需15-25分钟）后倒入面粉内；面粉内再加入泡打粉、化猪油合成面团，放入盆中发酵； 2) 馅料：将肉馅加入（配方）调料搅拌均匀即成； 3) 包制和醒发：按配方标准制作面剂、面皮，包制包子生胚，醒发（10-15分钟）后即可蒸制； 4) 蒸制10分钟，关火焖10分钟即可。 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“七种”不同的成本数据分析供您参考。

小笼包原料分类与成本占比分析↓

序号	主要原料名称	类别	成品包子成本		占比%
			元/千克	元/斤	
1	中筋通用面粉	主料	1.63元	0.82元	27.9%
2	预制猪肉馅	配料	2.79元	1.40元	47.8%
3	酵母+皮冻+调料等	调料	1.42元	0.71元	24.2%
4	——	其它	——	——	——
合计			5.84元	2.92元	100%

原料进货价更新：2025年12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： 预制万能猪肉馅
主要原料毛料名称： 去皮猪前腿肉/前夹
主料转制成品工艺： 猪肉馅料+包子皮料→包制蒸熟
每千克投料合计经加工后可得到成品： 1078克
成品率： 107.8%
当前“去皮猪前腿肉/前夹”进货价： 10.00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	猪前夹肉 进货价 (元/斤)	万能猪肉 馅成本 (元/斤)	37g中号小 笼包成本 (元/斤)
涨跌幅度 1.00元			
1) 进货价下降至→	7.00元	5.75元	2.56元
2) 进货价下降至→	8.00元	6.42元	2.68元
3) 进货价下降至→	9.00元	7.09元	2.80元
4) 目前进货价 →	10.00元	7.77元	2.92元
5) 进货价上涨至→	11.00元	8.44元	3.04元
6) 进货价上涨至→	12.00元	9.11元	3.16元
7) 进货价上涨至→	13.00元	9.79元	3.28元

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系



扫码登录手机网站



登录满堂红商城

菜品标准配方成本卡

表-3 速算配方表（2） 按实际制作成品菜（整数）数量编制的原料净料配方

类别：米饭主食 菜名：熟重37克中号小笼包 外卖餐盒装菜容积使用率：0% 出品：满堂红菜品配方成本网 制表：杨巍 更新：2024年1月1日

类别	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	
	采购食材 原料名称	投入原料 净料名称	成品包子需要食材		成品包子需要食材		成品包子需要食材		成品包子需要食材		成品包子需要食材		成品包子需要食材	
			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
面皮料	5kg香满园中筋面粉	中筋通用面粉	0.34斤	170克	0.68斤	340克	1.70斤	850克	3.40斤	1700克	5.10斤	2550克	6.80斤	3400克
	500g安琪低糖酵母粉	安琪酵母粉	0.00斤	1.6克	0.01斤	3.2克	0.02斤	8.1克	0.03斤	16克	0.05斤	24克	0.06斤	32克
	清水	清水	0.18斤	92克	0.37斤	184克	0.92斤	459克	1.84斤	919克	2.76斤	1378克	3.68斤	1838克
馅料	预制万能猪肉馅	预制猪肉馅	0.18斤	90克	0.36斤	180克	0.90斤	449克	1.80斤	899克	2.70斤	1348克	3.60斤	1798克
	预制猪皮冻	预制猪皮冻	0.09斤	45克	0.18斤	90克	0.45斤	225克	0.90斤	449克	1.35斤	674克	1.80斤	899克
	铁杆大葱	净大葱白切碎	0.09斤	45克	0.18斤	90克	0.45斤	225克	0.90斤	449克	1.35斤	674克	1.80斤	899克
	4.9L海天金标生抽	净生抽	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
	4.9L海天草菇老抽	净老抽	0.01斤	2.9克	0.01斤	5.8克	0.03斤	14克	0.06斤	29克	0.09斤	43克	0.12斤	58克
	6kg海天金字蚝油	净蚝油	0.01斤	3.4克	0.01斤	6.8克	0.03斤	17克	0.07斤	34克	0.10斤	51克	0.14斤	68克
	45g王守义十三香	十三香	0.00斤	0.3克	0.00斤	0.6克	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.1克	0.01斤	4.6克	0.01斤	6.2克
	227g玖味白胡椒粉	白胡椒粉	0.00斤	0.4克	0.00斤	0.8克	0.00斤	2.0克	0.01斤	4.0克	0.01斤	5.9克	0.02斤	7.9克
自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.00斤	2.2克	0.01斤	4.3克	0.02斤	11克	0.04斤	22克	0.06斤	32克	0.09斤	43克	
制作料	5kg香满园中筋面粉	做包子蘸面粉	0.02斤	9.2克	0.04斤	18克	0.09斤	46克	0.18斤	92克	0.28斤	139克	0.37斤	185克
合计投入净料数量→			0.93斤	464克	1.85斤	927克	4.64斤	2318克	9.27斤	4636克	13.91斤	6954克	18.55斤	9273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）→			107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%	107.8%

- 1) 面皮料：将酵母粉放入碗中，加入白砂糖、清水搅匀，盖上碗盖发酵至液体体积增大（需15-25分钟）后倒入面粉内；面粉内再加入泡打粉、化猪油合成面团，放入盆中发酵；
- 2) 馅料：将肉馅加入（配方）调料搅拌均匀即成；
- 3) 包制和醒发：按配方标准制作面剂、面皮，包制包子生胚，醒发（10-15分钟）后即可蒸制；
- 4) 蒸制10分钟，关火焖10分钟即可。

注：按面粉的重量添加0.5%的“安琪、馒头改良剂”，效果较好。



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。

