

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制酱汤

名称 食堂红烧蒸鱼汁

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

目 录

食堂红烧蒸鱼汁
工艺简介 ……第3页
《成本卡》 ……第5页
用于“批量生产”的六种不同投料配方……第6页
版权声明 ……第7页



食堂红烧蒸鱼汁

类别	投入原料 净料名称	投入净原料 质量与占比	
		克	占比
糖色	净大豆油	10克	0.71%
	白砂糖	60克	4.26%
调料	带皮姜片	50克	3.55%
	寸葱葱段	50克	3.55%
	八角	2.0克	0.14%
	净青花椒粒	2.5克	0.18%
	无籽干椒段	5.0克	0.36%
	海天黄豆酱	50克	3.55%
	清水烧开	750克	53.3%
	海天蚝油	25克	1.78%
	海天生抽	50克	3.55%
	海天老抽	5.0克	0.36%
	绍兴花雕料酒	25克	1.78%
	成品化猪油	75克	5.33%
	水塔陈醋	35克	2.49%
	食盐	35克	2.49%
	莲花味精	20克	1.42%
	1:3水淀粉	150克	10.7%
黑胡椒粉	7.5克	0.53%	
合计净料		1407克	100.0%
实际得到成品酱数量→		1000克	——
酱料成品率 →		71.1%	——

以上原材料可制作
成品蒸鱼汁1千克

食堂红烧蒸鱼汁

工艺简介：

食堂大批量制作“红烧鱼块”时，一般是将鱼块或小于半斤左右的全鱼炸熟炸酥，沥油后整齐摆入蒸盘，淋上蒸鱼汁上笼蒸15-20分钟；取出蒸盘后再撒上葱花，淋上热油后出品，本配方就是蒸（红烧）鱼用的鱼汁。



- 1) 炒锅内放入大豆油，下入白砂糖和油拌匀；锅上火将糖油炒成糖色（小火将糖熬化→中火起大泡→转小泡）；
- 2) 将姜片、小葱段、八角、花椒、干辣椒段、黄豆酱下入糖色内煸炒；下入开水烧开，盖上锅盖熬煮10分钟；
- 3) 揭开锅盖下入蚝油、生抽、老抽、花雕酒熬煮5分钟；捞出（姜葱八角花椒辣椒段等）料渣；
- 4) 下入猪油、陈醋、食盐、味精；烧开后用1:3水淀粉勾芡，撒入胡椒粉即可。

注↑：每千克原料经以上加工后可得到成品蒸鱼汁约700克；蒸鱼汁的使用量相当于炸熟鱼块重量的五分之一。

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: 预制酱汁 菜名: 食堂红烧蒸鱼汁

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

日期: 2025年3月14日

食材进货询价更新: 2026年3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
糖色	5L元宝大豆油	元宝	青岛	多多买菜	260224	44.99元/壶	5000 毫升/壶 约926 克/升		4.86元	注: 食油应用中有损耗	净大豆油	100%	4.86元	20克	0.19元
	散装白砂糖	—	云南	白沙洲	260224	3.30元/斤	500 克/斤 50公斤/袋		3.30元	成品调料/甜度100	白砂糖	100%	3.30元	120克	0.79元
调料	老生姜	散装	安徽	菜场批发	260224	4.00元/斤	500 克/斤		4.00元	洗净后带皮切片	带皮姜片	93%	4.30元	100克	0.86元
	小葱	—	—	菜场批发	260224	5.00元/斤	500 克/斤		5.00元	去根须洗沥切葱段	寸葱葱段	94%	5.30元	100克	1.06元
	香料: 八角	福小兵	广西	淘宝	260224	17.70元/斤	500 克/斤 约300 颗/斤		17.70元	成品干制原料	八角	100%	17.70元	4.0克	0.14元
	干青花椒粒	福小兵	四川雅安	淘宝	260224	18.12元/斤	500 克/斤 约22000 颗/斤		18.12元	成品干制调料	净青花椒粒	100%	18.12元	5.0克	0.18元
	中辣去籽干辣椒段	—	河南商丘	拼多多	260224	73.00元/袋	2500 克/袋		14.60元	成品辣椒段	无籽干椒段	100%	14.60元	10克	0.29元
	2000g海天黄豆酱	海天	广东佛山	拼多多	260224	23.50元/罐	2000 克/罐 1罐起售包邮		5.88元	成品调料/含盐量10.1%	海天黄豆酱	100%	5.88元	100克	1.18元
	清水	—	自备	—	—	0.00元/斤	500 克/斤		0.00元	不计成本/计入费用类	清水烧开	100%	0.00元	1500克	0.00元
	6kg海天金字蚝油	海天	佛山	拼多多	260224	32.50元/桶	6000 克/桶 约1180 克/升		2.71元	成品调料/含盐量11.4%	海天蚝油	100%	2.71元	50克	0.27元
	4.9L海天金标生抽	海天	佛山	拼多多	260224	47.25元/桶	4900 毫升/桶 约1150 克/升		4.19元	成品调料/含盐量16.7%	海天生抽	100%	4.19元	100克	0.84元
	4.9L海天草菇老抽	海天	佛山	拼多多	260224	40.50元/桶	4900 毫升/桶 约1150 克/升		3.59元	成品调料/含盐量17.4%	海天老抽	100%	3.59元	10克	0.07元
	5斤17°绍兴花雕酒	越龙潭	浙江绍兴	拼多多	260224	10.80元/壶	2500 克/壶 约980 克/升		2.16元	13°绍兴花雕酒	绍兴花雕料酒	100%	2.16元	50克	0.22元
	2.5kg成品猪油	金锣	山东临沂	拼多多	260224	43.00元/桶	2500 克/桶 1桶起售包邮		8.60元	成品化猪油	成品化猪油	100%	8.60元	150克	2.58元
	2.3L山西水塔陈醋	水塔	山西太原	拼多多	260224	14.30元/壶	2300 毫升/壶 约1057 克/升		2.94元	醋酸浓度6%/盐0.66%	水塔陈醋	100%	2.94元	70克	0.41元
	500g长舟加碘盐	长舟	湖北	白沙洲	260224	0.65元/袋	500 克/袋 25公斤/袋		0.65元	成品调料/含盐量96.9%	食盐	100%	0.65元	70克	0.09元
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	260224	15.40元/袋	2000 克/袋 25kg/袋		3.85元	成品调料/谷氨99.9%	莲花味精	100%	3.85元	40克	0.31元
25kg大成玉米淀粉	大成	辽宁锦州	拼多多	260224	146元/袋	25000 克/袋		2.92元	干淀粉加3倍清水调匀	1:3水淀粉	400%	0.73元	300克	0.44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÷4÷500×100%=3.6%); 注: 玉米淀粉与土豆淀粉勾芡浓度效果基本相同。															
250g鼎鼎黑胡椒粉	鼎鼎	武汉	批发市场	260224	16.50元/袋	227 克/袋 10袋/箱批发		36.34元	成品调料	黑胡椒粉	100%	36.34元	15克	1.09元	
以上原料可制作成品酱≧ 2000克, 成品率 71.1% 计算式: 成品率 = 成品酱质量 ÷ 主、配、调料净料投料合计 × 100%											投料合计	2814克	11.01元		
成品菜含盐量≤ 5.13%, 含味精≤ 2.00%, 甜度≤ 3.00%, 含醋酸≥ 0.21%, 胡椒粉≤ 0.75%, 含食油≥ 8.50%											每500克成品酱成本 2.75元				
备注	制作工艺简介														
		<p>食堂大批量制作“红烧鱼块”时, 一般是将鱼块或小于半斤左右的全鱼炸熟炸酥, 沥油后整齐摆入蒸盘, 淋上蒸鱼汁上笼蒸15-20分钟; 取出蒸盘后再撒上葱花, 淋上热油后出品, 本配方就是蒸(红烧)鱼用的鱼汁。</p> <p>1) 炒锅内放入大豆油, 下入白砂糖和油拌匀; 锅上火将糖油炒成糖色(小火将糖熬化→转中火起大泡→再转小泡);</p> <p>2) 将姜片、小葱段、八角、花椒、干辣椒段、黄豆酱下入糖色内煸炒; 下入开水烧开, 盖上锅盖熬煮10分钟;</p> <p>3) 揭开锅盖下入蚝油、生抽、老抽、花雕酒熬煮5分钟; 捞出(姜葱八角花椒辣椒段等)料渣;</p> <p>4) 下入猪油、陈醋、食盐、味精; 烧开后用1:3水淀粉勾芡, 撒入胡椒粉即可。</p> <p>注↑: 每千克原料经以上加工后可得到成品蒸鱼汁约700克; 蒸鱼汁的使用量相当于炸熟鱼块重量的五分之一。</p>													



登录满堂红商城

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：预制酱汁

菜名：食堂红烧蒸鱼汁

出品：满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表：2025年3月14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	成品调料需要食材 投料数量	换算	成品调料需要食材 投料数量	换算	成品调料需要食材 投料数量	换算	成品调料需要食材 投料数量	换算	成品调料需要食材 投料数量	换算	成品调料需要食材 投料数量	换算
糖色	5L元宝大豆油	净大豆油	0.01斤	5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
	散装白砂糖	白砂糖	0.06斤	30克	0.12斤	60克	0.30斤	150克	0.60斤	300克	0.90斤	450克	1.20斤	600克
调料	老生姜	带皮姜片	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
	小葱	寸葱葱段	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
	香料：八角	八角	0.00斤	1.0克	0.00斤	2.0克	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.03斤	15克	0.04斤	20克
	干青花椒粒	净青花椒粒	0.00斤	1.3克	0.01斤	2.5克	0.01斤	6.3克	0.03斤	13克	0.04斤	19克	0.05斤	25克
	中辣无籽干辣椒段	无籽干椒段	0.01斤	2.5克	0.01斤	5.0克	0.03斤	13克	0.05斤	25克	0.08斤	38克	0.10斤	50克
	2000g海天黄豆酱	海天黄豆酱	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
	清水	清水烧开	0.75斤	375克	1.50斤	750克	3.75斤	1875克	7.50斤	3750克	11.25斤	5625克	15.00斤	7500克
	6kg海天金字蚝油	海天蚝油	0.03斤	13克	0.05斤	25克	0.13斤	63克	0.25斤	125克	0.38斤	188克	0.50斤	250克
	4.9L海天金标生抽	海天生抽	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
	4.9L海天草菇老抽	海天老抽	0.01斤	2.5克	0.01斤	5.0克	0.03斤	13克	0.05斤	25克	0.08斤	38克	0.10斤	50克
	5斤14°绍兴花雕酒	绍兴花雕料酒	0.03斤	13克	0.05斤	25克	0.13斤	63克	0.25斤	125克	0.38斤	188克	0.50斤	250克
	2.5kg成品化猪油	成品化猪油	0.08斤	38克	0.15斤	75克	0.38斤	188克	0.75斤	375克	1.13斤	563克	1.50斤	750克
	2.3L山西水塔陈醋	水塔陈醋	0.04斤	18克	0.07斤	35克	0.18斤	88克	0.35斤	175克	0.53斤	263克	0.70斤	350克
	500g长舟加碘盐	食盐	0.04斤	18克	0.07斤	35克	0.18斤	88克	0.35斤	175克	0.53斤	263克	0.70斤	350克
	2kg莲花味精	莲花味精	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.10斤	50克	0.20斤	100克	0.30斤	150克	0.40斤	200克
25kg大成玉米淀粉	1:3水淀粉	0.15斤	75克	0.30斤	150克	0.75斤	375克	1.50斤	750克	2.25斤	1125克	3.00斤	1500克	
227g玖味黑胡椒粉	黑胡椒粉	0.01斤	3.8克	0.02斤	7.5克	0.04斤	19克	0.08斤	38克	0.11斤	56克	0.15斤	75克	
合计投入净料数量→			1.41斤	704克	2.81斤	1407克	7.04斤	3518克	14.07斤	7035克	21.11斤	10553克	28.14斤	14070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÷投料数量）→			71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	71.1%	

食堂大批量制作“红烧鱼块”时，一般是将鱼块或小于半斤左右的全鱼炸熟炸酥，沥油后整齐摆入蒸盘，淋上蒸鱼汁上笼蒸15-20分钟；取出蒸盘后再撒上葱花，淋上热油后出品，本配方就是蒸（红烧）鱼用的鱼汁。

- 1) 炒锅内放入大豆油，下入白砂糖和油拌匀；锅上火将糖油炒成糖色（小火将糖熬化→转中火起大泡→再转小泡）；
- 2) 将姜片、小葱段、八角、花椒、干辣椒段、黄豆酱下入糖色内煸炒；下入开水烧开，盖上锅盖熬煮10分钟；
- 3) 揭开锅盖下入蚝油、生抽、老抽、花雕酒熬煮5分钟；捞出（姜葱八角花椒辣椒段等）料渣；
- 4) 下入猪油、陈醋、食盐、味精；烧开后用1:3水淀粉勾芡，撒入胡椒粉即可。

注↑：每千克原料经以上加工后可得到成品蒸鱼汁约700克；蒸鱼汁的使用量相当于炸熟鱼块重量的五分之一。



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。



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