

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤
名称 莼菜鱼圆汤
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	

目 录

莼菜鱼圆汤

工艺简介		第3页
成本卡		第4页
不同主料的进货单价与综合成本的变化		第5页
不同规格餐盒的装汤数量与图例		第6页

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
------	--------	-----



莼菜鱼圆汤



工艺简介:

- 1) 锅内倒入开水，下入莼菜、鱼圆煮开；
- 2) 下入盐、味精、鸡精、白胡椒粉，搅匀化开；最后下入姜葱油即可。

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：莼菜鱼圆汤 出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍 日期：2024年6月17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	湖北汆鱼圆	需提前预制			250801	7.35元 /斤	12.5 克 /个 每个 0.18元	7.35元	成品含盐量≤1.11%	湖北汆鱼圆	100%	7.35元	200克	2.94元		
	注↑：小号汆鱼圆（适合零点、外卖等烩菜、或鱼圆汤等）详见/摆摊食品类/《湖北汆鱼圆》成本卡															
	清水莼菜	——	湖北利川	拼多多	250724	10.34元 /斤	500 克 /斤 3袋起售包邮	10.34元	沥水留净料	沥水净莼菜	45.0%	22.98元	75克	3.45元		
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	850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	5.0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/谷氨99.9%	味精	100%	4.40元	3.0克	0.03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		
	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↑：用作清炒、清汤用油；详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。															
	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菜≥ 1000克 ， 成品率 87.1% ， 计算式：成品率 = 成品菜质量÷主、配、调料净料投料合计×100%											投料合计 1148克		6.73元		
	成品汤含盐量≤ 0.86% ， 含味精≤ 0.30% ， 含鸡精≤ 0.40% ， 综合谷氨酸钠≤ 0.46% ， 胡椒粉≤ 0.10% ， 含食油≤ 1.00%											每500克成品汤成本		3.37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）锅内倒入开水，下入莼菜、鱼圆煮开； 2）下入盐、味精、鸡精、白胡椒粉，搅匀化开； 最后下入姜葱油即可。							（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	1.62元	1.83元	6.12元	4.59元	3.67元
									450圆餐盒	0.229元	360克	2.42元	2.65元	8.84元	6.63元	5.30元
									600圆餐盒	0.416元	480克	3.23元	3.65元	12.16元	9.12元	7.29元
									——	——	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——	——	——
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。

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	湖北汆鱼圆	主料	2.94元	1.47元	43.7%
2	沥水净莼菜	配料	3.45元	1.72元	51.2%
3	清水+调料等	调料	0.34元	0.17元	5.1%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			6.73元	3.37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： 湖北汆鱼圆			
主要原料毛料名称： 湖北汆鱼圆			
主料转制成品工艺： 鱼圆+配料调料→煮汤			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 871克			
成品率： 87.1%			
当前“胖头鱼/鳙鱼鱼尾”进货价： 7.00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	鳙鱼鱼尾 进货价	湖北汆 鱼圆成本	莼菜鱼圆 汤成本
涨跌幅度 0.50元	(元/斤)	(元/斤)	(元/斤)
1) 进货价下降至→	5.50元	5.97元	3.09元
2) 进货价下降至→	6.00元	6.43元	3.18元
3) 进货价下降至→	6.50元	6.89元	3.27元
4) 目前进货价→	7.00元	7.35元	3.37元
5) 进货价上涨至→	7.50元	7.81元	3.46元
6) 进货价上涨至→	8.00元	8.27元	3.55元
7) 进货价上涨至→	8.50元	8.73元	3.64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

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：茼菜鱼圆汤 外卖餐盒装菜容积使用率： 80% 出品：满堂红菜品配方成本网 食材进货询价更新： 2024年7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	湖北汆鱼圆	湖北汆鱼圆	0.96斤	480克	1.44斤	720克	1.92斤	960克	——	——	——	——	——	——
	清水茼菜	沥水净茼菜	0.36斤	180克	0.54斤	270克	0.72斤	360克	——	——	——	——	——	——
调料	清水	清水	4.08斤	2040克	6.12斤	3060克	8.16斤	4080克	——	——	——	——	——	——
	500g长舟加碘盐	食盐	0.02斤	12.0克	0.04斤	18.0克	0.05斤	24克	——	——	——	——	——	——
	2kg莲花味精	味精	0.01斤	7.2克	0.02斤	11克	0.03斤	14克	——	——	——	——	——	——
	900g厨师乐鸡精	鸡精	0.02斤	10克	0.03斤	14克	0.04斤	19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	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
	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→			5.51斤	2755克	8.27斤	4133克	11.02斤	5510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）→			87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	——	——	——	——	——	——
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盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜360克	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜480克	——	——	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——

备注：以上“颜色标黄”数据表示炖煮汤时所添加的“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。



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：茼菜鱼圆汤 外卖餐盒装菜容积使用率： 80% 出品：满堂红菜品配方成本网 食材进货询价更新： 2024年7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	
	原料名称	净料名称	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	湖北汆鱼圆	湖北汆鱼圆	0.20斤	100克	0.40斤	200克	1.00斤	500克	2.00斤	1000克	3.00斤	1500克	4.00斤	2000克
	清水茼菜	沥水净茼菜	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
调料	清水	清水	0.85斤	425克	1.70斤	850克	4.25斤	2125克	8.50斤	4250克	12.75斤	6375克	17.00斤	8500克
	500g长舟加碘盐	食盐	0.01斤	2.5克	0.01斤	5.0克	0.03斤	12.5克	0.05斤	25克	0.08斤	38克	0.10斤	50克
	2kg莲花味精	味精	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.0克	0.02斤	7.5克	0.03斤	15克	0.05斤	23克	0.06斤	30克
	900g厨师乐鸡精	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
	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
	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→			1.15斤	574克	2.30斤	1148克	5.74斤	2870克	11.48斤	5740克	17.22斤	8610克	22.96斤	11480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）→			87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%	87.1%
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。

