

# 菜品标准配方成本卡

类别 主食/米饭

名称 扬州炒饭

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    | ✓ |



满堂红菜品配方成本网

专业电脑版: [www.mth517777.com](http://www.mth517777.com)

简易手机版: [m.mth517777.com](http://m.mth517777.com)

# 目 录

## 扬州炒饭

|                   |        |     |
|-------------------|--------|-----|
| 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 |
| 不同规格餐盒的装饭数量与图例    | ... .. | 第6页 |

## 批量生产用配方：

|                    |        |     |
|--------------------|--------|-----|
| 不同规格餐盒各盛装10份成品饭的配方 | ... .. | 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 |
|------|--------|------|





# 扬州炒饭



## 工艺简介:

- 1) 青豆焯水；将上浆虾仁、胡萝卜、三文治火腿切成青豆大小的粒备用；鸡蛋去壳将蛋黄、蛋清分开盛装；
- 2) 虾仁过油断生备用；将米饭抖散，加入蛋黄拌匀；
- 3) 锅内放油，下入米饭炒至蛋液凝固，下入青豆、胡萝卜丁和火腿丁；下入炒饭调味料、食盐、味精翻炒，下入蛋清液拌匀、翻炒至蛋液凝固、米粒松散即可。



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：扬州炒饭 出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍 日期： 2021年11月7日 食材进货询价更新： 2025年1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<br>换算单价 | 原料净料<br>初加工方法  | 净料<br>名称 | 净料率   | 每500克<br>净料单价 | 投料<br>质量   | 投料<br>金额        |        |        |
| 主料                                          | 辽玉水晶米                                                                              | 辽玉                                                                                                                                                                                     | 辽宁沈阳 | 拼多多  | 241228 | 25.80元 /袋 | 5000 克 /袋            | 1袋起售包邮        | 2.58元         | 大米洗沥、加水蒸熟      | 五常大米蒸饭   | 248%  | 1.04元         | 675克       | 1.40元           |        |        |
|                                             | 211106测试↑：大米450克，泡洗沥水后524克，开水下锅煮8分钟后沥去米汤1135克，电饭煲蒸1小时后取出称重1117克，成熟率248%。           |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               |            |                 |        |        |
|                                             |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               |            |                 |        |        |
| 配料                                          | 洋鸡蛋8.5个/斤                                                                          | ——                                                                                                                                                                                     | 本地   | 蛋品批发 | 241128 | 4.80元 /斤  | 500 克 /斤 = 0.56 元/ 个 |               | 4.80元         | 去掉蛋壳，留蛋液       | 去壳蛋液     | 86.6% | 5.54元         | 155克       | 1.72元           |        |        |
|                                             | 注↑：8.5个/斤的洋鸡蛋，平均每千克含蛋清56.6%，含蛋黄30.0%，含蛋壳13.4%；平均每个鸡蛋含蛋清33.3克，含蛋黄17.6克，含蛋壳7.9克。     |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               |            |                 |        |        |
|                                             | 上浆虾仁                                                                               | 需提前预制                                                                                                                                                                                  |      |      | 250101 | 35.15元 /斤 | 500 克 /斤             | 51-60 个/ 斤    | 35.15元        | 解冻捋干虾仁+调料上浆    | 上浆虾仁     | 100%  | 35.15元        | 50克        | 3.51元           |        |        |
|                                             | 211115测试↑：网购冻虾仁 20.00 元/斤，解冻捋干水分净料率 50.0% ，上浆后含盐≤0.78%；以上“上浆虾仁”详见预制腌浆类/《虾仁上浆》成本卡   |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               |            |                 |        |        |
|                                             | 鲜冻青豆粒                                                                              | ——                                                                                                                                                                                     | 山东临沂 | 拼多多  | 241228 | 18.00元 /袋 | 2000 克 /袋            | 1袋起售包邮        | 4.50元         | 解冻沥水，焯水至半熟     | 半熟青豆粒    | 100%  | 4.50元         | 100克       | 0.90元           |        |        |
|                                             | 注↑：鲜冻青豆粒337克，解冻、沥水后称重320克，净料率95%；焯水至半熟后称重339克，成品率约100%。                            |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               |            |                 |        |        |
|                                             | 胡萝卜                                                                                | ——                                                                                                                                                                                     | 本地   | 美团优选 | 241228 | 1.50元 /斤  | 500 克 /斤             | 180-220克/个    | 1.50元         | 去皮去蒂漂洗切小方丁     | 胡萝卜小方丁   | 84.1% | 1.78元         | 100克       | 0.36元           |        |        |
| 210613测试↑：胡萝卜2根395克，去皮去蒂洗净沥水后332克，净料率84.1%； |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               |            |                 |        |        |
| 调料                                          | 高端三文治火腿                                                                            | 金晟汇                                                                                                                                                                                    | 洛阳   | 拼多多  | 241227 | 29.96元 /件 | 1600 克 /件            | 400 克/ 条      | 9.36元         | 切8mm方粒/含盐2.63% | 炒饭用火腿粒   | 100%  | 9.36元         | 75克        | 1.40元           |        |        |
|                                             | 908g炒粉炒饭调味料                                                                        | 厨圣小夫                                                                                                                                                                                   | 惠州   | 拼多多  | 241227 | 17.40元 /袋 | 908 克 /袋             | 1袋起售包邮        | 9.58元         | 成品调料/含盐量31.13% | 炒饭调味料    | 100%  | 9.58元         | 10克        | 0.19元           |        |        |
|                                             | 自制家常炒菜油                                                                            | 需提前预制                                                                                                                                                                                  |      |      | 250101 | 6.80元 /斤  | 500 克 /斤             |               | 6.80元         | ——             | 自制家常炒菜油  | 100%  | 6.80元         | 25克        | 0.34元           |        |        |
|                                             | 注↑：以上“炒菜油”由豆油+菜油+猪油+生姜+香菜+洋葱+大葱混合炼制而成，详见/预制油料类/《自制家常炒菜油》成本卡                        |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               |            |                 |        |        |
|                                             | 500g长舟加碘盐                                                                          | 长舟                                                                                                                                                                                     | 湖北   | 白沙洲  | 241227 | 0.75元 /袋  | 500 克 /袋             | 60 袋/ 件       | 0.75元         | 成品调料/含盐量96.9%  | 食盐       | 100%  | 0.75元         | 3.0克       | 0.00元           |        |        |
|                                             | 900g厨师乐鸡精                                                                          | 厨师乐                                                                                                                                                                                    | 武汉   | 批发市场 | 241227 | 19.90元 /袋 | 900 克 /袋             | 10袋/箱批发       | 11.06元        | 含味精40%/含盐38%   | 鸡精       | 100%  | 11.06元        | 3.0克       | 0.07元           |        |        |
| 备注                                          | 以上原料可制作成品炒饭≡ 1070克 ，成品率 89.5% 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 1196克 |                 | 9.90元  |        |
|                                             | 成品饭（全部原料）综合含盐量≤ 0.89% ，含食油≤ 2.34% ，                                                |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               |                |          |       |               | 每500克成品菜成本 |                 | 4.63元  |        |
|                                             |  | 制作工艺简介                                                                                                                                                                                 |      |      |        |           |                      | 餐盒容积使用率为： 55% |               | 餐盒规格           | 餐盒成本     | 实际装饭  | 炒饭成本          | 成本小计       | 不同毛利率的炒饭售价（元/盒） |        |        |
|                                             |                                                                                    | 1）青豆焯水；将上浆虾仁、胡萝卜、三文治火腿切成青豆大小的粒备用；鸡蛋去壳将蛋黄、蛋清分开盛装；<br>2）虾仁过油断生备用；将米饭抖散，加入蛋黄拌匀；<br>3）锅内放油，下入米饭炒至蛋液凝固，下入青豆、胡萝卜丁和火腿丁；下入炒饭调味料、食盐、味精翻炒，下入蛋清液拌匀、翻炒至蛋液凝固、米粒松散即可。<br><br>注：可参考各类视频网站介绍的同类品种制作方法。 |      |      |        |           |                      |               |               | （毫升/盒）         | （元/套）    | （克/盒） | （元/盒）         | 餐盒+菜品      | 毛利率80%          | 毛利率70% | 毛利率60% |
|                                             |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               | 300圆餐盒         | 0.240元   | 165克  | 1.53元         | 1.77元      | 8.83元           | 5.89元  | 4.42元  |
|                                             |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               | 450圆餐盒         | 0.249元   | 245克  | 2.27元         | 2.52元      | 12.58元          | 8.39元  | 6.29元  |
|                                             |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               | 600圆餐盒         | 0.416元   | 330克  | 3.05元         | 3.47元      | 17.35元          | 11.57元 | 8.67元  |
|                                             |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               | 500长方盒         | 0.240元   | 275克  | 2.54元         | 2.78元      | 13.92元          | 9.28元  | 6.96元  |
|                                             |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               | 650长方盒         | 0.274元   | 355克  | 3.28元         | 3.56元      | 17.79元          | 11.86元 | 8.90元  |
| 750长方盒                                      |                                                                                    |                                                                                                                                                                                        |      |      |        |           |                      |               |               | 0.283元         | 415克     | 3.84元 | 4.12元         | 20.62元     | 13.74元          | 10.31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，对应的成品饭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。

炒饭原料分类与成本占比分析↓

| 序号 | 主要原料名称   | 类别 | 成品炒饭成本 |       | 占比    |
|----|----------|----|--------|-------|-------|
|    |          |    | 元/千克   | 元/斤   | %     |
| 1  | 五常大米蒸饭   | 主料 | 1.31元  | 0.66元 | 14.2% |
| 2  | 上浆虾仁切丁   | 配料 | 3.28元  | 1.64元 | 35.5% |
| 3  | 炒饭调料+油盐等 | 调料 | 0.56元  | 0.28元 | 6.1%  |
| 4  | 青豆胡萝卜火腿等 | 其它 | 4.09元  | 2.05元 | 44.2% |
| 合计 |          |    | 9.25元  | 4.63元 | 100%  |

原料进货价更新： 2025年1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： 上浆虾仁  
主要原料毛料名称： 网购冻虾仁（含冰含水量非常多）  
主料转制成品工艺： 虾仁+米饭+配料+调料→炒熟  
每千克投料合计经加工后可得到成品： 895克  
成品率： 89.5%

当前“网购冻虾仁”进货价： 20.00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        | 网购冻虾仁<br>进货价 | 虾仁解冻<br>上浆后成本 | 扬州炒饭<br>成本 |
|------------|--------------|---------------|------------|
| 涨跌幅度 2.00元 | (元/斤)        | (元/斤)         | (元/斤)      |
| 1) 进货价下降至→ | 14.00元       | 30.06元        | 4.39元      |
| 2) 进货价下降至→ | 16.00元       | 31.75元        | 4.47元      |
| 3) 进货价下降至→ | 18.00元       | 33.45元        | 4.55元      |
| 4) 目前进货价→  | 20.00元       | 35.15元        | 4.63元      |
| 5) 进货价上涨至→ | 22.00元       | 36.84元        | 4.71元      |
| 6) 进货价上涨至→ | 24.00元       | 38.54元        | 4.79元      |
| 7) 进货价上涨至→ | 26.00元       | 40.23元        | 4.86元      |

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系





# 不同规格餐盒的装饭数量（图例）

本菜品外卖餐盒装饭的容积使用率为：55%

300毫升餐盒×装饭55%=165（克）



↑ 300毫升圆形餐盒  
盛装165克成品饭



450毫升餐盒×装饭55%=245（克）



↑ 450毫升圆形餐盒  
盛装245克成品饭



600毫升餐盒×装饭55%=330（克）



↑ 600毫升圆形餐盒  
盛装330克成品饭





# 不同规格餐盒的装饭数量（图例）

本菜品外卖餐盒装饭的容积使用率为：55%

500毫升餐盒×装饭55%=275（克）



↑ 500毫升长方餐盒  
盛装275克成品饭



650毫升餐盒×装饭55%=355（克）



↑ 650毫升长方餐盒  
盛装355克成品饭



750毫升餐盒×装饭55%=415（克）



↑ 750毫升长方餐盒  
盛装415克成品饭





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：面饭主食

菜名：扬州炒饭

外卖餐盒装菜容积使用率： 55%

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165克/盒共10盒 |       | 装菜245克/盒共10盒 |       | 装菜330克/盒共10盒 |       | 成品275克/盒共10盒 |       | 成品355克/盒共10盒 |       | 成品415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              | 五常香米        | 五常大米蒸饭   | 2.08斤        | 1041克 | 3.09斤        | 1546克 | 4.16斤        | 2082克 | 3.47斤        | 1735克 | 4.48斤        | 2239克 | 5.24斤        | 2618克 |
| 配料              | 洋鸡蛋-8.5个/斤  | 去壳蛋液     | 0.48斤        | 239克  | 0.71斤        | 355克  | 0.96斤        | 478克  | 0.80斤        | 398克  | 1.03斤        | 514克  | 1.20斤        | 601克  |
|                 | 上浆虾仁        | 上浆虾仁     | 0.15斤        | 77克   | 0.23斤        | 114克  | 0.31斤        | 154克  | 0.26斤        | 129克  | 0.33斤        | 166克  | 0.39斤        | 194克  |
|                 | 鲜冻青豆粒       | 半熟青豆粒    | 0.31斤        | 154克  | 0.46斤        | 229克  | 0.62斤        | 308克  | 0.51斤        | 257克  | 0.66斤        | 332克  | 0.78斤        | 388克  |
|                 | 胡萝卜         | 胡萝卜小方丁   | 0.31斤        | 154克  | 0.46斤        | 229克  | 0.62斤        | 308克  | 0.51斤        | 257克  | 0.66斤        | 332克  | 0.78斤        | 388克  |
|                 | 三文治火腿       | 炒饭用火腿粒   | 0.23斤        | 116克  | 0.34斤        | 172克  | 0.46斤        | 231克  | 0.39斤        | 193克  | 0.50斤        | 249克  | 0.58斤        | 291克  |
| 调料              | 908g炒粉炒饭调味料 | 炒饭调味料    | 0.03斤        | 15克   | 0.05斤        | 23克   | 0.06斤        | 31克   | 0.05斤        | 26克   | 0.07斤        | 33克   | 0.08斤        | 39克   |
|                 | 自制家常炒菜油     | 自制家常炒菜油  | 0.08斤        | 39克   | 0.11斤        | 57克   | 0.15斤        | 77克   | 0.13斤        | 64克   | 0.17斤        | 83克   | 0.19斤        | 97克   |
|                 | 500g云鹤食盐    | 食盐       | 0.01斤        | 4.6克  | 0.01斤        | 6.9克  | 0.02斤        | 9.3克  | 0.02斤        | 7.7克  | 0.02斤        | 10克   | 0.02斤        | 12克   |
|                 | 900g大桥鸡精    | 鸡精       | 0.01斤        | 4.6克  | 0.01斤        | 6.9克  | 0.02斤        | 9.3克  | 0.02斤        | 7.7克  | 0.02斤        | 10克   | 0.02斤        | 12克   |
|                 |             |          |              |       |              |       |              |       |              |       |              |       |              |       |
| 合计投入净料数量→       |             |          | 3.69斤        | 1844克 | 5.48斤        | 2739克 | 7.38斤        | 3689克 | 6.15斤        | 3074克 | 7.94斤        | 3968克 | 9.28斤        | 4639克 |
| 实际得到成品数量→       |             |          | 3.30斤        | 1650克 | 4.90斤        | 2450克 | 6.60斤        | 3300克 | 5.50斤        | 2750克 | 7.10斤        | 3550克 | 8.30斤        | 4150克 |
| 成品率（成品数量÷净料数量）→ |             |          | 89.5%        | 89.5% | 89.5%        | 89.5% | 89.5%        | 89.5% | 89.5%        | 89.5% | 89.5%        | 89.5% | 89.5%        | 89.5% |
| 出品数量            | 使用餐盒规格      | 实际装饭质量   | 成品饭→         | 1650克 | 成品饭→         | 2450克 | 成品饭→         | 3300克 | 成品饭→         | 2750克 | 成品饭→         | 3550克 | 成品饭→         | 4150克 |
|                 | 300ml圆餐盒    | 成品菜165克  | 可出品→         | 10.0盒 | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    |
|                 | 450ml圆餐盒    | 成品菜245克  | ——           | ——    | 可出品→         | 10.0盒 | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    |
|                 | 600ml圆餐盒    | 成品菜330克  | ——           | ——    | ——           | ——    | 可出品→         | 10.0盒 | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    |
|                 | 500ml长方餐盒   | 成品菜275克  | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | 可出品→         | 10.0盒 | ——           | ——    | ——           | ——    |
|                 | 650ml长方餐盒   | 成品菜355克  | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | 可出品→         | 10.0盒 | ——           | ——    |
|                 | 750ml长方餐盒   | 成品菜415克  | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | ——           | ——    | 可出品→         | 10.0盒 |





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：面饭主食

菜名：扬州炒饭

外卖餐盒装菜容积使用率：55%

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<br>原料名称 | 投入原料<br>净料名称 | 成品炒饭需要食材  |       | 成品炒饭需要食材   |       | 成品炒饭需要食材   |       | 成品炒饭需要食材   |       | 成品炒饭需要食材   |       | 成品炒饭需要食材    |        |
|                 |              |              | 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              | 五常香米         | 五常大米蒸饭       | 0.63斤     | 315克  | 1.26斤      | 631克  | 3.15斤      | 1577克 | 6.31斤      | 3154克 | 9.46斤      | 4731克 | 12.62斤      | 6308克  |
| 配料              | 洋鸡蛋-8.5个/斤   | 去壳蛋液         | 0.14斤     | 72克   | 0.29斤      | 145克  | 0.72斤      | 362克  | 1.45斤      | 724克  | 2.17斤      | 1086克 | 2.90斤       | 1449克  |
|                 | 上浆虾仁         | 上浆虾仁         | 0.05斤     | 23克   | 0.09斤      | 47克   | 0.23斤      | 117克  | 0.47斤      | 234克  | 0.70斤      | 350克  | 0.93斤       | 467克   |
|                 | 鲜冻青豆粒        | 半熟青豆粒        | 0.09斤     | 47克   | 0.19斤      | 93克   | 0.47斤      | 234克  | 0.93斤      | 467克  | 1.40斤      | 701克  | 1.87斤       | 935克   |
|                 | 胡萝卜          | 胡萝卜小方丁       | 0.09斤     | 47克   | 0.19斤      | 93克   | 0.47斤      | 234克  | 0.93斤      | 467克  | 1.40斤      | 701克  | 1.87斤       | 935克   |
|                 | 三文治火腿        | 炒饭用火腿粒       | 0.07斤     | 35克   | 0.14斤      | 70克   | 0.35斤      | 175克  | 0.70斤      | 350克  | 1.05斤      | 526克  | 1.40斤       | 701克   |
| 调料              | 908g炒粉炒饭调味料  | 炒饭调味料        | 0.01斤     | 4.7克  | 0.02斤      | 9.3克  | 0.05斤      | 23克   | 0.09斤      | 47克   | 0.14斤      | 70克   | 0.19斤       | 93克    |
|                 | 自制家常炒菜油      | 自制家常炒菜油      | 0.02斤     | 12克   | 0.05斤      | 23克   | 0.12斤      | 58克   | 0.23斤      | 117克  | 0.35斤      | 175克  | 0.47斤       | 234克   |
|                 | 500g云鹤食盐     | 食盐           | 0.00斤     | 1.4克  | 0.01斤      | 2.8克  | 0.01斤      | 7.0克  | 0.03斤      | 14克   | 0.04斤      | 21克   | 0.06斤       | 28克    |
|                 | 900g大桥鸡精     | 鸡精           | 0.00斤     | 1.4克  | 0.01斤      | 2.8克  | 0.01斤      | 7.0克  | 0.03斤      | 14克   | 0.04斤      | 21克   | 0.06斤       | 28克    |
|                 |              |              |           |       |            |       |            |       |            |       |            |       |             |        |
| 合计投入净料数量→       |              |              | 1.12斤     | 559克  | 2.24斤      | 1118克 | 5.59斤      | 2794克 | 11.18斤     | 5589克 | 16.77斤     | 8383克 | 22.36斤      | 11178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）→ |              |              | 89.5%     | 89.5% | 89.5%      | 89.5% | 89.5%      | 89.5% | 89.5%      | 89.5% | 89.5%      | 89.5% | 89.5%       | 89.5%  |
| 出品数量            | 使用餐盒规格       | 实际装饭质量       | 成品饭→ 500克 |       | 成品饭→ 1000克 |       | 成品饭→ 2500克 |       | 成品饭→ 5000克 |       | 成品饭→ 7500克 |       | 成品饭→ 10000克 |        |
|                 | 300ml圆餐盒     | 每盒装165克      | 可出品→ 3.0盒 |       | 可出品→ 6.1盒  |       | 可出品→ 15.2盒 |       | 可出品→ 30.3盒 |       | 可出品→ 45.5盒 |       | 可出品→ 60.6盒  |        |
|                 | 450ml圆餐盒     | 每盒装245克      | 可出品→ 2.0盒 |       | 可出品→ 4.1盒  |       | 可出品→ 10.2盒 |       | 可出品→ 20.4盒 |       | 可出品→ 30.6盒 |       | 可出品→ 40.8盒  |        |
|                 | 600ml圆餐盒     | 每盒装330克      | 可出品→ 1.5盒 |       | 可出品→ 3.0盒  |       | 可出品→ 7.6盒  |       | 可出品→ 15.2盒 |       | 可出品→ 22.7盒 |       | 可出品→ 30.3盒  |        |
|                 | 500ml长方餐盒    | 每盒装275克      | 可出品→ 1.8盒 |       | 可出品→ 3.6盒  |       | 可出品→ 9.1盒  |       | 可出品→ 18.2盒 |       | 可出品→ 27.3盒 |       | 可出品→ 36.4盒  |        |
|                 | 650ml长方餐盒    | 每盒装355克      | 可出品→ 1.4盒 |       | 可出品→ 2.8盒  |       | 可出品→ 7.0盒  |       | 可出品→ 14.1盒 |       | 可出品→ 21.1盒 |       | 可出品→ 28.2盒  |        |
|                 | 750ml长方餐盒    | 每盒装415克      | 可出品→ 1.2盒 |       | 可出品→ 2.4盒  |       | 可出品→ 6.0盒  |       | 可出品→ 12.0盒 |       | 可出品→ 18.1盒 |       | 可出品→ 24.1盒  |        |

➤ 了解更多配方成本信息，请登录专业电脑版 [满堂红菜品配方成本网](#) [www.mth517777.com](http://www.mth517777.com)  
快速了解配方信息，可登录简易手机版 [满堂红菜品配方成本网](#) [m.mth517777.com](http://m.mth517777.com)





## 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。

