

# SOP 菜品标准配方成本卡

类别 汤类/简汤

名称 南瓜泡蛋汤

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

南瓜泡蛋汤

## 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



# 南瓜泡蛋汤



## 工艺简介：

- 1) 南瓜去皮、去瓤切块；
- 2) 锅内放油烧热，下入鸡蛋液煎成蛋饼装、用锅铲铲成小块，倒入开水，盖上锅盖大火煮10分钟至汤色变浓；
- 3) 下入南瓜块煮3分钟；
- 4) 下入盐、味精、鸡精；倒入装有葱花和胡椒粉的汤碗（盆、桶）内即可。

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)

类别: 汤类菜品 菜名: 南瓜泡蛋汤

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

敬请关注最新版成本卡。

日期: 2025年1月10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		
主配料	老南瓜	——	——	批发配送	250725	2.00元/斤	500 克/斤	2.00元	去皮去瓢去籽净南瓜	净南瓜切块	82%	2.44元	300克	1.47元		
	200928测试↑: 老南瓜一块797克, 去皮去瓢去籽后净南瓜652克, 净料率81.8%; 切块(20克/块)煮熟沥去汤水后606克, 成熟率76.0% (或相当于净南瓜成熟率92.9%)															
	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	去壳鸡蛋液	84.8%	5.07元	100克	1.01元		
	200909测试↑: 3个鸡蛋171克, 剥壳留蛋液149克, 净料率87.1%; 鸡蛋液炒熟前后的质量变化较小, 即149克鸡蛋液→炒熟150克, 油耗13.3克。 201020测试↑: 4个鸡蛋228克, 剥壳留蛋液188克, 净料率82.5%; 综合平均84.8%[(87.1%+82.5%)÷2]。 100克鸡蛋液相当于2.0个有壳鸡蛋															
调料	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	25克	0.29元			
	注↑: 详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。															
	开水	——	自备	——	——	0.00元/斤	500 克/斤	0.00元	不计成本/计入费用类	开水	100%	0.00元	1500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	13.0克	0.02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	7.5克	0.07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	7.5克	0.16元		
	小葱	散装	安徽	拼多多	250725	5.00元/斤	500 克/斤	5.00元	去根须洗沥切葱花	小葱葱花	94%	5.30元	5.0克	0.05元		
	210408测试↑: 小葱144克, 去根须124克, 净料率86.1%; 洗净沥水1小时139克, 切成葱花称重136克, 净料率94.4%; 其中葱白占42%, 绿葱叶占58%。															
	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	1.8克	0.19元		
	以上原料可制作成品菜≥ 1800克, 成品率 91.8%, 计算式: 成品率 = 成品菜质量÷主、配、调料净料投料合计×100%															
备注	成品汤含盐量≤ 0.86%, 含味精≤ 0.42%, 含鸡精≤ 0.42%, 综合谷氨酸钠≤ 0.58%, 胡椒粉≤ 0.10%, 含食油≤ 1.39%							投料合计 1960克 3.27元 每500克成品汤成本 0.91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) 南瓜去皮、去瓢切块; 2) 锅内放油烧热, 下入鸡蛋液煎成蛋饼装、用锅铲铲成小块, 倒入开水, 盖上锅盖大火煮10分钟至汤色变浓; 3) 下入南瓜块煮3分钟; 4) 下入盐、味精、鸡精; 倒入装有葱花和胡椒粉的汤碗(盆、桶)内即可。							(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	0.44元	0.65元	2.18元	1.64元	1.31元							
		450圆餐盒	0.229元	360克	0.65元	0.88元	2.94元	2.21元	1.76元							
		600圆餐盒	0.416元	480克	0.87元	1.29元	4.29元	3.22元	2.57元							
		——	——	——	——	——	——	——	——							
		——	——	——	——	——	——	——	——							
		——	——	——	——	——	——	——	——							
		——	——	——	——	——	——	——	——							



## 当“主要”原料进货单价涨价、或降价后，对应的成品综合成本所产生的变化

- 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；
- 考虑到不同城市、不同区域、不同餐饮业主所进货的“主要”原料单价均有所不同，因此我们也同步推出：当“主要”原料进货单价涨价（三种）、或降价（三种）以后，对应的成品菜品成本所产生的不同变化。
- 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	净南瓜切块	主料	0.81元	0.41元	44.9%
2	去壳鸡蛋液	配料	0.56元	0.28元	31.1%
3	油盐味精鸡精等	调料	0.44元	0.22元	24.0%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
<b>合计</b>			<b>1.81元</b>	<b>0.91元</b>	<b>100%</b>

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↓			
类型	老南瓜 进货价 (元/斤)	南瓜泡蛋 汤成本 (元/斤)	主料进货 单价系数
涨降幅度 0.10元			0
1) 进货价下降至→	1.70元	0.85元	85%
2) 进货价下降至→	1.80元	0.87元	90%
3) 进货价下降至→	1.90元	0.89元	95%
4) 目前进货价→	<b>2.00元</b>	<b>0.91元</b>	<b>100%</b>
5) 进货价上涨至→	2.10元	0.93元	105%
6) 进货价上涨至→	2.20元	0.95元	110%
7) 进货价上涨至→	2.30元	0.97元	115%

不同的主料进货单价与“成品”成本的对应关系



## 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）



↑ 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: 南瓜泡蛋汤

外卖餐盒装菜容积使用率: 80%

出品: 满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表: 2025年1月10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	投入原料	装菜240克/盒共10盒		装菜360克/盒共10盒		装菜480克/盒共10盒		—		—		—			
	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		
主配料	老南瓜	净南瓜切块	0.80斤	400克	1.20斤	600克	1.60斤	800克	—	—	—	—	—	—		
	洋鸡蛋8.5个/斤	去壳鸡蛋液	0.27斤	133克	0.40斤	200克	0.53斤	267克	—	—	—	—	—	—		
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.07斤	33克	0.10斤	50克	0.13斤	67克	—	—	—	—	—	—		
	开水	开水	4.00斤	2000克	6.00斤	3000克	8.00斤	4000克	—	—	—	—	—	—		
	500g长舟加碘盐	食盐	0.03斤	17克	0.05斤	26克	0.07斤	35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	—	—	—	—	—	—		
	小葱	小葱葱花	0.01斤	6.7克	0.02斤	10克	0.03斤	13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→		5.23斤	2613克	7.84斤	3920克	10.45斤	5226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)→			91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	—	—	—	—	—	—		
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	—	—	—	—	—	—		



## 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：南瓜泡蛋汤

外卖餐盒装菜容积使用率：80%

出品：满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表：2025年1月10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		
主配料	老南瓜	净南瓜切块	0.17斤	83克	0.33斤	167克	0.83斤	417克	1.67斤	833克	2.50斤	1250克	3.33斤	1667克		
	洋鸡蛋8.5个/斤	去壳鸡蛋液	0.06斤	28克	0.11斤	56克	0.28斤	139克	0.56斤	278克	0.83斤	417克	1.11斤	556克		
调料	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.01斤	6.9克	0.03斤	14克	0.07斤	35克	0.14斤	69克	0.21斤	104克	0.28斤	139克		
	开水	开水	0.83斤	417克	1.67斤	833克	4.17斤	2083克	8.33斤	4167克	12.50斤	6250克	16.67斤	8333克		
	500g长舟加碘盐	食盐	0.01斤	3.6克	0.01斤	7.2克	0.04斤	18克	0.07斤	36克	0.11斤	54克	0.14斤	72克		
	2kg莲花味精	味精	0.00斤	2.1克	0.01斤	4.2克	0.02斤	10克	0.04斤	21克	0.06斤	31克	0.08斤	42克		
	900g厨师乐鸡精	鸡精	0.00斤	2.1克	0.01斤	4.2克	0.02斤	10克	0.04斤	21克	0.06斤	31克	0.08斤	42克		
	小葱	小葱葱花	0.00斤	1.4克	0.01斤	2.8克	0.01斤	6.9克	0.03斤	14克	0.04斤	21克	0.06斤	28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→		1.09斤	544克	2.18斤	1089克	5.44斤	2722克	10.89斤	5444克	16.33斤	8166克	21.78斤	10888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）→			91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%	91.8%		
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			



## 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。

