

# SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制原料  
名称 预制炖猪肺块  
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

## 预制炖猪肺块

工艺简介 ... ..第3页

《成本卡》 ... ..第4页

主料进货单价上涨或降价与成本的变化... ..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





# 预制炖猪肺块 试验工作图



- 1) 将新鲜猪肺的气管接上水龙头，灌水漂洗；同时用牙签在猪肺表面扎上小孔、放出血水；反复冲洗多次；
- 2) 将主要大气管切除，将猪肺改刀成条状大块，放入盆中继续漂洗、沥水；
- 3) 锅内放清水烧开，下入猪肺、高度白酒，焯水15分钟断生，捞出沥水、顶刀切成1厘米厚片（块）；
- 4) 炒锅内放食用油，下入姜片、猪肺片煸炒（5-10分钟之内会炒出大量汤汁，可将汤汁捞出及放入汤桶内备用）；
- 5) 汤桶内倒入提前预制的猪骨底汤，加入炒肺片浸出的汤汁、加入清水，加入炒干脱水的肺片，大火烧开、小火炖煮1小时，晾凉后捞出预制成熟的肺片即可。



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： 预制原料 菜名： 预制炖猪肺块 出品： 满堂红菜品配方成本网 制作： 杨巍 日期： 2023年1月3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	新鲜猪肺	——	——	鲜肉批发	230103	5.00元 /副	700 克 /副 生重1.4 斤/ 个	3.57元	接水龙头初步漂洗血水	初洗的猪肺	125%	2.86元	1750克	10.00元
	230103测试：提前（每副5元）订购冲过水的猪肺2副共1750克；接水龙头漂洗改刀后2550克；焯水再改刀切厚片；炒锅内放油、下姜片、肺片煸炒干后称重1100克													
调料	5L-68° 高粱酒	醉老宁城	内蒙古	拼多多	250725	34.70元 /桶	4450 克 /桶 约890 克/ 升	4.38元	68° 高粱酒	高度高粱酒	100%	4.38元	100克	0.88元
	5L元宝大豆油	元宝	青岛	多多买菜	250725	43.99 /壶	5000 毫升 /壶 约926 克/ 升	4.75元	注↑：食油应用中有损耗	净大豆油	100%	4.75元	100克	0.95元
	老生姜	散装	——	批发市场	250725	6.00元 /斤	500 克 /斤	6.00元	洗净后带皮切片	带皮姜片	93%	6.45元	100克	1.29元
	浓白猪骨底汤	需提前预制			250801	1.45元 /斤	500 克 /斤	1.45元	1斤鲜筒骨熬2斤底汤	猪骨底汤	100%	1.45元	500克	1.45元
	注↑：成品含盐量0.93%+味精0.40%+鸡精0.40%+白胡椒粉0.1%+食油2.50%；详见/预制酱汤类/《浓白猪骨底汤》成本卡。													
	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	900克	0.00元
备注	以上原料可预制成成品熟猪肺≥ 1100克 ，成品率 31.9% ， 成品中含熟猪肺 1100克 ，另含肺汤 1100克											主料投料	3450克	14.57元
												每500克熟猪肺成本 6.62元		
	制作工艺简介													
	1) 将新鲜猪肺的气管接上水龙头，灌水漂洗；同时用牙签在猪肺表面扎上小孔、放出血水；反复冲洗多次； 2) 将主要大气管切除，将猪肺改刀成条状大块，放入盆中继续漂洗、沥水； 3) 锅内放清水烧开，下入猪肺、高度白酒，焯水15分钟断生，捞出沥水、顶刀切成1厘米厚片（块）； 4) 炒锅内放食用油，下入姜片、猪肺片煸炒（5-10分钟之内会炒出大量汤汁，可将汤汁捞出及放入汤桶内备用）； 5) 汤桶内倒入提前预制的猪骨底汤，加入炒肺片浸出的汤汁、加入清水，加入炒干脱水的肺片，大火烧开、小火炖煮1小时，晾凉后捞出预制成熟的肺片即可。 注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。													

常用计算式及说明：

原料净料率=（摘洗后的）净菜原料质量 ÷（未摘洗的）菜品原料毛料质量 × 100%； 净料（成本）单价=原料毛料（采购）单价 ÷ 净料率；  
菜品成本=主料成本+配料成本+调料成本； 外卖菜品成本小计=菜品成本+餐盒成本（餐盒是盛菜专用一次性耗品，可计入成本；而打包袋、一次性筷勺餐巾纸拟可计入“管理费用”中）；  
关于燃料：菜品成本中一般不含“燃料”，企业财务应将燃料计入到“管理费用”中； 外卖餐盒装菜容积使用率（容积率）= 实际装菜质量 ÷ 餐盒容积 × 100%；  
菜品售价=外卖菜品成本小计÷（1- 内扣毛利率）× 100%； 内扣毛利率：指餐饮企业菜品销售毛利率计算方式（详见专项说明或上网查询）；  
内扣毛利率=（菜品售价-外卖菜品成本小计）÷菜品售价× 100%； 外卖菜品成本小计=菜品售价×（1- 内扣毛利率）。



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。

菜品原料分类与成本占比分析↓					
序号	主要原料名称	类别	成品料成本		占比
			元/千克	元/斤	%
1	初洗的猪肺	主料	9.09元	4.55元	68.6%
2	——	配料	——	——	——
3	料酒+油+姜片等	调料	4.15元	2.08元	31.4%
4	——	其它	——	——	——
合计			13.25元	6.62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  
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： 初洗的猪肺			
主要原料毛料名称： 新鲜猪肺			
主料转制成品工艺： 猪肺漂洗+焯水切片→煸炒炖熟			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 319克			
成品率： 31.9%			
当前“鲜猪肺”进货价： 3.57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	新鲜猪肺 进货价	预制炖猪肺 成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 0.50元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	2.07元	4.71元	58%
2) 进货价下降至→	2.57元	5.35元	72%
3) 进货价下降至→	3.07元	5.99元	86%
4) 目前进货价→	3.57元	6.62元	100%
5) 进货价上涨至→	4.07元	7.26元	114%
6) 进货价上涨至→	4.57元	7.90元	128%
7) 进货价上涨至→	5.07元	8.53元	142%

不同的主料进货单价与“成品”成本的对应关系





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：预制原料

菜名：预制炖猪肺块

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 原料名称	投入原料 净料名称	熟猪肺需要食材		熟猪肺需要食材		熟猪肺需要食材		熟猪肺需要食材		熟猪肺需要食材		熟猪肺需要食材	
			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	新鲜猪肺	初洗的猪肺	1.59斤	795克	3.18斤	1591克	7.95斤	3977克	15.91斤	7955克	23.86斤	11932克	31.82斤	15909克
调料	5L-68° 高粱酒	高度高粱酒	0.09斤	45克	0.18斤	91克	0.45斤	227克	0.91斤	455克	1.36斤	682克	1.82斤	909克
	5L元宝大豆油	净大豆油	0.09斤	45克	0.18斤	91克	0.45斤	227克	0.91斤	455克	1.36斤	682克	1.82斤	909克
	老生姜	带皮姜片	0.09斤	45克	0.18斤	91克	0.45斤	227克	0.91斤	455克	1.36斤	682克	1.82斤	909克
	浓白猪骨底汤	猪骨底汤	0.45斤	227克	0.91斤	455克	2.27斤	1136克	4.55斤	2273克	6.82斤	3409克	9.09斤	4545克
	清水	清水	0.82斤	409克	1.64斤	818克	3.04斤	1519克	5.38斤	2688克	7.71斤	3857克	10.05斤	5026克
合计投入净料数量→			3.14斤	1568克	6.27斤	3136克	14.63斤	7314克	28.56斤	14279克	42.49斤	21243克	56.42斤	28208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）→			31.9%	31.9%	31.9%	31.9%	34.2%	34.2%	35.0%	35.0%	35.3%	35.3%	35.5%	35.5%

- 1) 将新鲜猪肺的气管接上水龙头，灌水漂洗；同时用牙签在猪肺表面扎上小孔、放出血水；反复冲洗多次；
- 2) 将主要大气管切除，将猪肺改刀成条状大块，放入盆中继续漂洗、沥水；
- 3) 锅内放清水烧开，下入猪肺、高度白酒，焯水15分钟断生，捞出沥水、顶刀切成1厘米厚片（块）；
- 4) 炒锅内放食用油，下入姜片、猪肺片煸炒（5-10分钟之内会炒出大量汤汁，可将汤汁捞出及放入汤桶内备用）；
- 5) 汤桶内倒入提前预制的猪骨底汤，加入炒肺片浸出的汤汁、加入清水，加入炒干脱水的肺片，大火烧开、小火炖煮1小时，晾凉后捞出预制成熟的肺片即可。

备注：以上“颜色标黄”数据表示烧炒菜过程中所需添加的“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”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。

