

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制酱汤
名称 新潮凉拌毛豆汁
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	√



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

新潮凉拌毛豆汁

工艺简介第4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



新潮凉拌毛豆汁

类别	投入原料 净料名称	投入净原料 质量与占比	
		克	占比
煮八角水烫调料	八角	5.8克	0.51%
	煮八角用清水	289克	25.3%
	去蒂刀拍蒜瓣	145克	12.6%
	小米椒圈	23克	2.02%
	食盐	29克	2.53%
	白砂糖	17克	1.52%
	味精	14克	1.26%
调料	鲜柠檬片	29克	2.53%
	香醋	121克	10.6%
	芝麻油	17克	1.52%
	东古酱油	246克	21.5%
	海天苹果醋	145克	12.6%
	辣鲜露	49克	4.29%
	藤椒油	14克	1.26%
合计投料		1145克	100.0%
实际得到成品料数量→		1000克	——
酱料成品率→		87.4%	——



以上原材料可制作
成品毛豆汁1千克

新潮凉拌毛豆汁

1) 锅内放清水，下入八角焖煮，水分蒸发一半后“趁热”将拍蒜子、小米辣、盐、糖、味精在八角水中烫热、化开；再下入香醋、酱油、苹果醋、辣鲜露、芝麻油、藤椒油等调料拌匀，放凉；

2) 将剪两头新鲜毛豆焯水（中小火5分钟）、入冷水稍稍浸凉（不易久泡、可保持余温）、捞出后沥水备用；

3) 按两份焯水毛豆、一份毛豆汁的比率将毛豆拌匀，最后加入柠檬片，入保鲜冰箱腌泡2小时（中途翻动两次）即成。

注↑：以上毛豆汁综合含盐量 $\leq 7.69\%$ ，凉拌浸泡毛豆超过2小时后毛豆会“过咸”——请注意把控。

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: 预制酱汤

菜名: 新潮凉拌毛豆汁


出品: 满堂红菜品配方成本网

制作: 杨巍

日期: 2021年7月6日

食材进货询价更新: 2025年8月1日

敬请关注最新版成本卡。

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												
煮八角水烫调料	香料：八角	福小兵	广西	淘宝	250725	16.8元 /斤	500 克 /斤 约300 颗/ 斤		16.80元	成品干制原料	八角	100%	16.80元	2.0克	0.07元												
	清水	——	自备	——	——	0.00元 /斤	500 克 /斤		0.00元	不计成本/计入费用类	煮八角用清水	100%	0.00元	100克	0.00元												
	注↑：每千克清水加八角10克，大火烧开、加锅盖小火焖煮，当水分蒸发一半后关火；“趁热”将拍蒜子、小米辣、糖、盐、味精在八角水中烫热、化开。																										
	去皮蒜瓣/蒜米	散装	山东	多多买菜	250725	5.00元 /斤	500 克 /斤		5.00元	切去蒜瓣蒂头，刀拍碎	去蒂刀拍蒜瓣	95.0%	5.26元	50克	0.53元												
	新鲜红小米椒	散装	——	多多买菜	250725	5.00元 /斤	500 克 /斤 22个/50克		5.00元	去蒂后顶刀切6毫米圈	小米椒圈	92.0%	5.43元	8.0克	0.09元												
	500g长舟加碘盐	长舟	湖北	白沙洲	250725	0.70元 /袋	500 克 /袋 25公斤/袋		0.70元	成品调料/含盐量96.9%	食盐	100%	0.70元	10克	0.01元												
	散装白砂糖	——	云南	白沙洲	250725	3.50元 /斤	500 克 /斤 50公斤/袋		3.50元	0.00元	白砂糖	100%	3.50元	6.0克	0.04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	5.0克	0.04元												
调料	新鲜柠檬	——	——	多多买菜	250725	0.36元 /个	80 克 /个		2.22元	去两头切薄片	鲜柠檬片	95.0%	2.34元	10克	0.05元												
	3L镇江恒顺香醋	恒顺	江苏镇江	拼多多	250725	19.30元 /壶	3000 毫升 /壶 约1057 克/ 升		3.04元	醋酸浓度6%/盐0.66%	香醋	100%	3.04元	42克	0.26元												
	1L-白芝麻油	——	河南	拼多多	250725	12.90元 /壶	1000 毫升 /壶 约923 克/ 升		6.99元	成品调料	芝麻油	100%	6.99元	6.0克	0.08元												
	5L东古一品鲜酱油	东古	广东江门	拼多多	250725	59.40元 /桶	5000 毫升 /桶 约1150 克/ 升		5.17元	成品调料/含盐量16.6%	东古酱油	100%	5.17元	85克	0.88元												
	1.9L海天苹果醋	海天	佛山	拼多多	250725	15.50元 /壶	1900 毫升 /壶 6瓶/箱起售包邮		4.08元	醋酸浓度3%/盐1.47%	海天苹果醋	100%	4.08元	50克	0.41元												
	930g家乐辣鲜露	家乐	中国	拼多多	250725	29.17元 /瓶	930 克 /瓶 6瓶起售包邮		15.68元	成品调料/含盐量10.6%	辣鲜露	100%	15.68元	17克	0.53元												
	500ml么麻子藤椒油	么麻子	四川雅红	拼多多	250725	23.45元 /瓶	500 毫升 /瓶 约920 克/ 升		25.49元	么麻子成品调料	藤椒油	100%	25.49元	5.0克	0.25元												
备注	以上原料可制成品拌毛豆≥				346克	，成品率 87.4%				计算式：成品率=（焯水熟毛豆+全部调料）÷全部净料投料合计×100%				投料合计	396克	3.24元											
	成品含盐量≤				7.69%	，含味精≤ 1.45%				，甜度≤ 1.73%				，混合醋酸浓度≤ 1.16%				，含食油≤3.18%				，固形物≤ 20.23%				每500克成品酱成本	4.68元
	制作工艺简介																										
	1) 锅内放清水，下入八角焖煮，水分蒸发一半后“趁热”将拍蒜子、小米辣、盐、糖、味精在八角水中烫热、化开；再下入香醋、酱油、苹果醋、辣鲜露、芝麻油、藤椒油等调料拌匀，放凉；																										
	2) 将剪两头新鲜毛豆焯水（中小火5分钟）、入冷水稍稍浸凉（不易久泡、可保持余温）、捞出后沥水备用；																										
	3) 按两份焯水毛豆、一份毛豆汁的比率将毛豆拌匀，最后加入柠檬片，入保鲜冰箱腌泡2小时（中途翻动两次）即成。																										
	注↑：以上毛豆汁综合含盐量≤7.69%，凉拌浸泡毛豆超过2小时后毛豆会“过咸”——请注意把控。																										
	注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。																										



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：预制酱汤

菜名：新潮凉拌毛豆汁

出品：满堂红菜品配方成本网

制表：杨巍

更新：2024年1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	成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材		成品料需要食材	
			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
煮八角水烫调料	香料：八角	八角	0.01斤	2.9克	0.01斤	5.8克	0.03斤	14克	0.06斤	29克	0.09斤	43克	0.12斤	58克
	清水	煮八角用清水	0.29斤	145克	0.58斤	289克	1.45斤	723克	2.89斤	1445克	4.34斤	2168克	5.78斤	2890克
	去皮蒜瓣/蒜米	去蒂刀拍蒜瓣	0.14斤	72克	0.29斤	145克	0.72斤	361克	1.45斤	723克	2.17斤	1084克	2.89斤	1445克
	红小米椒	小米椒圈	0.02斤	12克	0.05斤	23克	0.12斤	58克	0.23斤	116克	0.35斤	173克	0.46斤	231克
	500g云鹤食盐	食盐	0.03斤	14克	0.06斤	29克	0.14斤	72克	0.29斤	145克	0.43斤	217克	0.58斤	289克
	散装白砂糖	白砂糖	0.02斤	8.7克	0.03斤	17克	0.09斤	43克	0.17斤	87克	0.26斤	130克	0.35斤	173克
	2kg莲花味精	味精	0.01斤	7.2克	0.03斤	14克	0.07斤	36克	0.14斤	72克	0.22斤	108克	0.29斤	145克
调料	新鲜柠檬	鲜柠檬片	0.03斤	14克	0.06斤	29克	0.14斤	72克	0.29斤	145克	0.43斤	217克	0.58斤	289克
	3L镇江恒顺香醋	香醋	0.12斤	61克	0.24斤	121克	0.61斤	303克	1.21斤	607克	1.82斤	910克	2.43斤	1214克
	1L-白芝麻油	芝麻油	0.02斤	8.7克	0.03斤	17克	0.09斤	43克	0.17斤	87克	0.26斤	130克	0.35斤	173克
	5L东古一品鲜酱油	东古酱油	0.25斤	123克	0.49斤	246克	1.23斤	614克	2.46斤	1228克	3.68斤	1842克	4.91斤	2457克
	1.9L海天苹果醋	海天苹果醋	0.14斤	72克	0.29斤	145克	0.72斤	361克	1.45斤	723克	2.17斤	1084克	2.89斤	1445克
	930g家乐辣鲜露	辣鲜露	0.05斤	25克	0.10斤	49克	0.25斤	123克	0.49斤	246克	0.74斤	368克	0.98斤	491克
	500ml么麻子藤椒油	藤椒油	0.01斤	7.2克	0.03斤	14克	0.07斤	36克	0.14斤	72克	0.22斤	108克	0.29斤	145克
合计投入净料数量→			1.14斤	572克	2.29斤	1145克	5.72斤	2861克	11.45斤	5723克	17.17斤	8584克	22.89斤	11445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）→			87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%	87.4%
1）锅内放清水，下入八角焖煮，水分蒸发一半后“趁热”将拍蒜子、小米辣、盐、糖、味精在八角水中烫热、化开；再下入香醋、酱油、苹果醋、辣鲜露、芝麻油、藤椒油等调料拌匀，放凉； 2）将剪两头新鲜毛豆焯水（中小火5分钟）、入冷水稍稍浸凉（不易久泡、可保持余温）、捞出后沥水备用； 3）按两份焯水毛豆、一份毛豆汁的比率将毛豆拌匀，最后加入柠檬片，入保鲜冰箱腌泡2小时（中途翻动两次）即成。 注↑：以上毛豆汁综合含盐量≤7.69%，凉拌浸泡毛豆超过2小时后毛豆会“过咸”——请注意把控。														



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。

