

# SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制酱汤  
名称 下饭鸡蛋酱  
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

## 下饭鸡蛋酱

工艺简介 ... ..第3页

《成本卡》 ... ..第5页

主料进货单价上涨或降价与成本的变化... ..第6页

用于“批量生产”的六种不同投料配方... ..第7页

版权声明 ... ..第8页





# 下饭鸡蛋酱



| 类别        | 投入原料<br>净料名称 | 投入净原料<br>质量与占比 |        |
|-----------|--------------|----------------|--------|
|           |              | 克              | 占比     |
| 主料        | 去壳鸡蛋液        | 442克           | 37.0%  |
|           | 约8.9个大鸡蛋     |                |        |
|           |              |                |        |
|           | 绍兴花雕料酒       | 18克            | 1.48%  |
| 调料        | 净大豆油         | 35克            | 2.96%  |
|           | 海天黄豆酱        | 354克           | 29.6%  |
|           | 海天生抽         | 53克            | 4.44%  |
|           | 海天老抽         | 11克            | 0.89%  |
|           | 海天蚝油         | 42克            | 3.56%  |
|           | 绍兴花雕料酒       | 18克            | 1.48%  |
|           | 白芝麻油         | 27克            | 2.22%  |
|           | 净生姜末         | 27克            | 2.22%  |
|           | 蒜米剁蒜蓉        | 27克            | 2.22%  |
|           | 净青红杭椒片       | 27克            | 2.22%  |
|           | 白砂糖          | 8.8克           | 0.74%  |
|           | 孜然粉          | 3.5克           | 0.30%  |
|           | 味精           | 14克            | 1.19%  |
|           | 净大葱白末        | 88克            | 7.41%  |
|           |              |                |        |
| 合计投料      |              | 1195克          | 100.0% |
| 实际得到成品数量→ |              | 1000克          | —      |
| 酱料成品率→    |              | 83.7%          | —      |

以上原材料可制作  
成品复制酱油1千克

# 下饭鸡蛋酱

1) 鸡蛋液打入盆内，加入花雕酒搅拌均匀；锅内放大豆油烧热，下入蛋液炒至嫩熟后出锅、备用；

2) 将黄豆酱、生抽、老抽、蚝油、花雕酒混合后搅拌均匀；锅内放小麻油烧热，下入姜、蒜末煸炒，下入混合酱料推炒，下入青、红杭椒圈，白砂糖、味精、孜然粉、大葱末煸炒断生；

3) 最后下入炒过的鸡蛋、煸炒裹匀酱料后即可出锅装盆。

注1：每千克食材原料+调料经以上加工后可得到成品83.7%约837克。

注2：本酱料可用作拌饭、拌面、夹馒头、卷烙饼、卷生菜等食用；

熟酱含盐量约5.13%，每400克熟面条可加70-80克熟酱。



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： 预制酱汤 菜名： 下饭鸡蛋酱 出品： 满堂红菜品配方成本网 制作： 杨巍 日期： 2024年3月24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 | 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      | 250克   | 2.54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]。250克鸡蛋液相当于 5.0个有壳鸡蛋   |      |      |        |          |           |                       |            |               |        |       |            |        |       |
| 调料 | 5斤14° 绍兴花雕酒  | 越龙潭  | 浙江绍兴 | 拼多多    | 250725   | 12.96元 /壶 | 2500 克 /壶 约980 克/ 升   | 2.59元      | 13° 绍兴花雕酒     | 绍兴花雕料酒 | 100%  | 2.59元      | 10克    | 0.05元 |
|    | 5L元宝大豆油  | 元宝   | 青岛   | 多多买菜   | 250725   | 43.99元 /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      | 20克    | 0.19元 |
|    | 2000g海天黄豆酱   | 海天   | 广东佛山 | 拼多多    | 250725   | 18.99元 /罐 | 2000 克 /罐 1罐起售包邮      | 4.75元      | 成品调料/含盐量10.1% | 海天黄豆酱  | 100%  | 4.75元      | 200克   | 1.90元 |
|    | 4.9L海天金标生抽   | 海天   | 佛山   | 拼多多    | 250725   | 40.25元 /桶 | 4900 毫升 /桶 约1150 克/ 升 | 3.57元      | 成品调料/含盐量16.7% | 海天生抽   | 100%  | 3.57元      | 30克    | 0.21元 |
|    | 4.9L海天草菇老抽   | 海天   | 佛山   | 拼多多    | 250725   | 47.27元 /桶 | 4900 毫升 /桶 约1150 克/ 升 | 4.19元      | 成品调料/含盐量17.4% | 海天老抽   | 100%  | 4.19元      | 6.0克   | 0.05元 |
|    | 6kg海天金字蚝油  | 海天   | 佛山   | 拼多多    | 250725   | 37.00元 /桶 | 6000 克 /桶 约1180 克/ 升  | 3.08元      | 成品调料/含盐量11.4% | 海天蚝油   | 100%  | 3.08元      | 24克    | 0.15元 |
|    | 5斤14° 绍兴花雕酒  | 越龙潭  | 浙江绍兴 | 拼多多    | 250725   | 12.96元 /壶 | 2500 克 /壶 约980 克/ 升   | 2.59元      | 13° 绍兴花雕酒     | 绍兴花雕料酒 | 100%  | 2.59元      | 10克    | 0.05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          | 白芝麻油   | 100%  | 6.99元      | 15克    | 0.21元 |
|    | 老生姜  | 散装   | ——   | 批发市场   | 250725   | 6.00元 /斤  | 500 克 /斤              | 6.00元      | 去皮，切剁姜末       | 净生姜末   | 85%   | 7.06元      | 15克    | 0.21元 |
|    | 去皮蒜瓣/蒜米  | 散装   | ——   | 多多买菜   | 250725   | 5.00元 /斤  | 500 克 /斤              | 5.00元      | 切去蒂头、剁成茸      | 蒜米剁蒜蓉  | 94%   | 5.32元      | 15克    | 0.16元 |
|    | 青、红杭椒  | ——   | ——   | 批发配送   | 250725   | 4.50元 /斤  | 500 克 /斤              | 4.50元      | 去蒂去籽，切菱形片     | 净青红杭椒片 | 76%   | 5.96元      | 15克    | 0.18元 |
|    | 210713测试↑：青、红杭椒30个450克，去蒂去籽后340克，净料率75.5%  |      |      |        |          |           |                       |            |               |        |       |            |        |       |
|    | 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      | 成品调料/甜度100    | 白砂糖    | 100%  | 3.50元      | 5.0克   | 0.04元 |
|    | 香料：原味孜然粉   | 福小兵  | 新疆   | 淘宝     | 250725   | 16.80元 /斤 | 500 克 /斤              | 16.80元     | 成品干制原料        | 孜然粉    | 100%  | 16.80元     | 2.0克   | 0.07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      | 8.0克   | 0.07元 |
| 大葱 | ——   | 山东潍坊 | 拼多多  | 250725 | 2.00元 /斤 | 500 克 /斤  | 2.00元                 | 去掉根须、叶管未去芯 | 净大葱白末         | 52%    | 3.87元 | 50克        | 0.39元  |       |
|    |  |      |      |        |          |           |                       |            |               |        |       |            |        |       |
| 备注 | 以上原料可制作成品料≥ 565克，成品率 83.7% 计算式：成品率 = 成品料质量÷主、配、调料净料投料合计×100%   |      |      |        |          |           |                       |            |               |        |       | 投料合计       | 675克   | 6.46元 |
|    | 成品酱综合含盐≤ 5.13%，甜度≤ 0.88%，味精≤ 1.42%，黄豆酱≤ 35.40%，花雕≤ 3.54%，含食油≤ 6.19%  |      |      |        |          |           |                       |            |               |        |       | 每500克成品料成本 |        | 5.72元 |
|    | 制作工艺简介   |      |      |        |          |           |                       |            |               |        |       |            |        |       |
|    | 1) 鸡蛋液打入盆内，加入花雕酒搅拌均匀；锅内放大豆油烧热，下入蛋液炒至嫩熟后出锅、备用；<br>2) 将黄豆酱、生抽、老抽、蚝油、花雕酒混合后搅拌均匀；锅内放小麻油烧热，下入姜、蒜末煸炒，下入混合酱料推炒，下入青、红杭椒圈，白砂糖、味精、孜然粉、大葱末煸炒断生；<br>3) 最后下入炒过的鸡蛋、煸炒裹匀酱料后即可出锅装盆。<br>注1：每千克食材原料+调料经以上加工后可得到成品83.7%约837克。<br>注2：本酱料可用作拌饭、拌面、夹馒头、卷烙饼、卷生菜等食用；熟酱含盐量约5.13%，每400克熟面条可加70-80克熟酱。<br>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              | 去壳鸡蛋液  | 主料 | 4.49元  | 2.24元 | 39.2% |
| 2              | ——     | 配料 | 0.00元  | 0.00元 | 0.0%  |
| 3              | 食油+酱料等 | 调料 | 6.95元  | 3.47元 | 60.8% |
| 4              | ——     | 其它 | 0.00元  | 0.00元 | 0.0%  |
| 合计             |        |    | 11.43元 | 5.72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<br>涨价或降价后的成本分析↓      |            |             |              |
|---------------------------------|------------|-------------|--------------|
| 主要原料净料名称： 去壳鸡蛋液                 |            |             |              |
| 主要原料毛料名称： 洋鸡蛋8.5个/斤             |            |             |              |
| 主料转制成品工艺： 鸡蛋液+其它调料→炒鸡蛋酱         |            |             |              |
| 每千克投料合计经加工后可得到成品： 837克          |            |             |              |
| 成品率： 83.7%                      |            |             |              |
| 当前“每斤8.5个洋鸡蛋”进货价： 4.30元 /斤·500克 |            |             |              |
| 如果主料进货价上涨或下降<br>其菜肴成本将会有以下变化↓   |            |             |              |
| 类 型                             | 洋鸡蛋<br>进货价 | 下饭鸡蛋<br>酱成本 | 主料进货<br>单价系数 |
| 涨跌幅度 0.20元                      | (元/斤)      | (元/斤)       | 0            |
| 1) 进货价下降至→                      | 3.70元      | 5.40元       | 86%          |
| 2) 进货价下降至→                      | 3.90元      | 5.51元       | 91%          |
| 3) 进货价下降至→                      | 4.10元      | 5.61元       | 95%          |
| 4) 目前进货价→                       | 4.30元      | 5.72元       | 100%         |
| 5) 进货价上涨至→                      | 4.50元      | 5.82元       | 105%         |
| 6) 进货价上涨至→                      | 4.70元      | 5.93元       | 109%         |
| 7) 进货价上涨至→                      | 4.90元      | 6.03元       | 114%         |

不同的主料进货单价与“成品”成本的对应关系



扫码登录手机网站



登录满堂红商城



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：下饭鸡蛋酱

出品：满堂红菜品配方成本网

制表：杨巍

更新：2024年3月5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     |
| 主料              | 洋鸡蛋8.5个/斤     | 去壳鸡蛋液        | 0.44斤    | 221克  | 0.88斤    | 442克  | 2.21斤     | 1106克 | 4.42斤     | 2212克 | 6.64斤     | 3319克 | 8.85斤     | 4425克  |
|                 |               |              | 约4.4个大鸡蛋 |       | 约8.9个大鸡蛋 |       | 约22.2个大鸡蛋 |       | 约44.3个大鸡蛋 |       | 约66.5个大鸡蛋 |       | 约88.7个大鸡蛋 |        |
|                 | 2.5kg13°绍兴花雕酒 | 绍兴花雕料酒       | 0.02斤    | 8.8克  | 0.04斤    | 18克   | 0.09斤     | 44克   | 0.18斤     | 88克   | 0.27斤     | 133克  | 0.35斤     | 177克   |
| 调料              | 5L元宝大豆油       | 净大豆油         | 0.04斤    | 18克   | 0.07斤    | 35克   | 0.18斤     | 88克   | 0.35斤     | 177克  | 0.53斤     | 265克  | 0.71斤     | 354克   |
|                 | 2000g海天黄豆酱    | 海天黄豆酱        | 0.35斤    | 177克  | 0.71斤    | 354克  | 1.77斤     | 885克  | 3.54斤     | 1770克 | 5.31斤     | 2655克 | 7.08斤     | 3540克  |
|                 | 4.9L海天金标生抽    | 海天生抽         | 0.05斤    | 27克   | 0.11斤    | 53克   | 0.27斤     | 133克  | 0.53斤     | 265克  | 0.80斤     | 398克  | 1.06斤     | 531克   |
|                 | 4.9L海天草菇老抽    | 海天老抽         | 0.01斤    | 5.3克  | 0.02斤    | 11克   | 0.05斤     | 27克   | 0.11斤     | 53克   | 0.16斤     | 80克   | 0.21斤     | 106克   |
|                 | 6kg海天金字蚝油     | 海天蚝油         | 0.04斤    | 21克   | 0.08斤    | 42克   | 0.21斤     | 106克  | 0.42斤     | 212克  | 0.64斤     | 319克  | 0.85斤     | 425克   |
|                 | 2.5kg13°绍兴花雕酒 | 绍兴花雕料酒       | 0.02斤    | 8.8克  | 0.04斤    | 18克   | 0.09斤     | 44克   | 0.18斤     | 88克   | 0.27斤     | 133克  | 0.35斤     | 177克   |
|                 | 1L-白芝麻油       | 白芝麻油         | 0.03斤    | 13克   | 0.05斤    | 27克   | 0.13斤     | 66克   | 0.27斤     | 133克  | 0.40斤     | 199克  | 0.53斤     | 265克   |
|                 | 老生姜           | 净生姜末         | 0.03斤    | 13克   | 0.05斤    | 27克   | 0.13斤     | 66克   | 0.27斤     | 133克  | 0.40斤     | 199克  | 0.53斤     | 265克   |
|                 | 去皮蒜瓣/蒜米       | 蒜米剁蒜蓉        | 0.03斤    | 13克   | 0.05斤    | 27克   | 0.13斤     | 66克   | 0.27斤     | 133克  | 0.40斤     | 199克  | 0.53斤     | 265克   |
|                 | 青、红杭椒         | 净青红杭椒片       | 0.03斤    | 13克   | 0.05斤    | 27克   | 0.13斤     | 66克   | 0.27斤     | 133克  | 0.40斤     | 199克  | 0.53斤     | 265克   |
|                 | 散装白砂糖         | 白砂糖          | 0.01斤    | 4.4克  | 0.02斤    | 8.8克  | 0.04斤     | 22克   | 0.09斤     | 44克   | 0.13斤     | 66克   | 0.18斤     | 88克    |
|                 | 香料：原味孜然粉      | 孜然粉          | 0.00斤    | 1.8克  | 0.01斤    | 3.5克  | 0.02斤     | 8.8克  | 0.04斤     | 18克   | 0.05斤     | 27克   | 0.07斤     | 35克    |
|                 | 2kg莲花味精       | 味精           | 0.01斤    | 7.1克  | 0.03斤    | 14克   | 0.07斤     | 35克   | 0.14斤     | 71克   | 0.21斤     | 106克  | 0.28斤     | 142克   |
|                 | 铁杆大葱          | 净大葱白末        | 0.09斤    | 44克   | 0.18斤    | 88克   | 0.44斤     | 221克  | 0.88斤     | 442克  | 1.33斤     | 664克  | 1.77斤     | 885克   |
| 合计投入净料数量→       |               |              | 1.19斤    | 597克  | 2.39斤    | 1195克 | 5.97斤     | 2987克 | 11.95斤    | 5973克 | 17.92斤    | 8960克 | 23.89斤    | 11947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）→ |               |              | 83.7%    | 83.7% | 83.7%    | 83.7% | 83.7%     | 83.7% | 83.7%     | 83.7% | 83.7%     | 83.7% | 83.7%     | 83.7%  |

1) 鸡蛋液打入盆内，加入花雕酒搅拌均匀；锅内放大豆油烧热，下入蛋液炒至嫩熟后出锅、备用；

2) 将黄豆酱、生抽、老抽、蚝油、花雕酒混合后搅拌均匀；锅内放小麻油烧热，下入姜、蒜末煸炒，下入混合酱料推炒，下入青、红杭椒圈，白砂糖、味精、孜然粉、大葱末煸炒断生；

3) 最后下入炒过的鸡蛋、煸炒裹匀酱料后即可出锅装盆。

注1：每千克食材原料+调料经以上加工后可得到成品83.7%约837克。

注2：本酱料可用作拌饭、拌面、夹馒头、卷烙饼、卷生菜等食用；熟酱含盐量约5.13%，每400克熟面条可加70-80克熟酱。



## 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。

