

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 居家配方

名称 芹菜猪肉饺子（买面皮）

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	✓



①满堂红菜品配方成本网（电脑、手机版）不定期更新成本数据

②每月更新成本数据的电子版成本卡，请在满堂红小程序（微信商城）购买

目 录

芹菜猪肉饺子（买面皮）

菜市场购买饺子皮测试	… … … … …	…第3页
工艺简介	… … … … …	…第4页
成本卡	… … … … …	…第5页
不同主料的进货单价与综合成本的变化	… … … … …	…第6页

批量生产用配方：

适用中央厨房批量生产的不同投料配方	… … … … …	…第7页
-------------------	-----------	------

版权声明	… … … … …	…第8页
------	-----------	------



菜市场购买饺子皮测试



2023年1月30日测试↑：

菜市场花4元购买成品饺子皮1斤，实际称重511克，共51张；

平均每张饺子皮重10克（零售价0.08元1张）；

饺子皮直径83毫米，系使用直径85毫米的磨具按压制作而成；

饺子皮平均厚度1.55-1.6毫米。



芹菜猪肉饺子（买面皮）



- 1) 提前备好自制姜汁、姜葱油；切好小葱葱花，芹菜摘洗、沥水后顶刀切末备用；
- 2) 本配方使用了在菜市场购买的“成品饺子皮”，平均每斤（500克）有50张、平均10克/张；
- 3) 将搅好的肉馅放入盆内，加入食盐和“饺子馅调味料”（不喜可不用，或改成相当于同等重量一半的食盐），再加入味精、胡椒粉、自制姜汁、生抽、去壳鸡蛋液后搅拌均匀（搅拌约5分钟后肉馅会“上劲”），再分多次加入清水搅拌（如发现馅料较稀、则停止加水）；最后下入淀粉和姜葱油搅拌均匀；葱花和芹菜末在包饺子前兑入拌匀即可；
- 4) 平均2220克饺子皮 + 2780克饺子馅 = 5000克即222个成品饺子（平均每个22.5克），饺子皮和馅料的比例是1:1.25。

注：经测试，平均每千克生饺子（或冰冻饺子）煮熟后沥水称重1258克，做锅贴煎熟沥油后称重1160克。

为什么调制肉馅时，按配方数量添加清水以后、成品肉馅会“很稀”？

答：因为肉馅在调味前的含水量就比较高了，比如①绞肉馅前水洗猪肉时，应将大块的猪肉漂洗、沥水后再切成小块搅成肉馅，这样的肉馅含水量约有3%，那么按“配方”加水调馅就不会太稀；②如果先将猪肉切成小片（小条）后再去漂洗、沥水、绞馅，这样的肉馅含水量会大于10%，而这时候按配方要求调肉馅加水后、肉馅就会“很稀”；③再次提示：大型超市买的猪肉和成品猪肉馅“含水量会很高”；而在菜市场肉摊上买新鲜猪肉、并委托摊主绞肉时，摊主会当着你的面切肉、漂洗再绞肉——也就是当着你的面“将水掺到肉馅里”，保证你看不出来、也复不了秤。

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: 居家配方 菜名: 芹菜猪肉饺子(买皮)

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

日期: 2022年3月10日

食材进货询价更新: 2025年12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	
饺子馅原料	去皮猪前腿肉/前夹	——	——	鲜肉批发	251122	10.00元/斤	500克/斤	肥三瘦七肉	10.00元	将去皮猪肉搅碎	肥三瘦七肉末	100%	10.00元	1200克	24.00元	
	210422测试↑: 去皮猪前腿肉/前夹628克, 泡洗、沥水1小时后称重647克; 做肉馅添加清水最大数量相当于(未泡洗)生肉馅的36%。															
	908g包子饺子调馅料	厨圣小夫	广东惠州	拼多多	251125	25.90元/袋	908克/袋	1袋起售包邮价	14.26元	成品调料/含盐54.4%	饺子馅调料	100%	14.26元	10克	0.29元	
	500g长舟加碘盐	长舟	湖北	白沙洲	251125	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	15克	0.02元	
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	251125	16.40元/袋	2000克/袋		4.10元	成品调料/谷氨99.9%	味精	100%	4.10元	10克	0.08元	
	227g玖味黑胡椒粉	玖味	武汉	批发市场	251125	18.00元/袋	227克/袋	10袋/箱批发	39.65元	成品调料	黑胡椒粉	100%	39.65元	7.5克	0.59元	
	自制1:10姜汁	需提前预制			251201	0.59元/斤	500克/斤		0.59元	将1份姜+10份水榨汁	1:10生姜汁	100%	0.59元	50克	0.06元	
	注↑: 详见/预制酱汤类/《自制1:10姜汁》成本卡。															
	4.9L海天金标生抽	海天	佛山	拼多多	251125	47.75元/桶	4900毫升/桶	约1150克/升	4.24元	成品调料/含盐量16.7%	海天生抽	100%	4.24元	40克	0.34元	
	清水	——	自备	——	——	0.00元/斤	500克/斤		0.00元	不计成本/计入费用类	拌馅用清水	100%	0.00元	50克	0.00元	
	洋鸡蛋8.5个/斤	——	本地	快驴APP	251124	4.30元/斤	500克/斤	= 0.51元/个	4.30元	去掉蛋壳, 留蛋液	去壳蛋液	84.8%	5.07元	50克	0.51元	
	注↑: 25个鸡蛋÷8.5个/斤=2.94斤鸡蛋, 2.94斤鸡蛋×去壳鸡蛋液净料率84.8%×500克=1273克净鸡蛋液(25个鸡蛋的蛋液), 平均每个蛋液50.92克															
	25kg大成玉米淀粉	大成	辽宁锦州	拼多多	251125	149元/袋	25000克/袋		2.98元	成品调料	玉米淀粉	100%	2.98元	25克	0.15元	
	自制姜葱花生油	需提前预制			251201	5.51元/斤	500克/斤		5.51元	——	姜葱花生油	100%	5.51元	20克	0.22元	
注↑: 用作清炒、清汤用油; 详见/预制油料类/《自制姜葱花生油》成本卡。																
小葱	散装	安徽	拼多多	251125	4.50元/斤	500克/斤		4.50元	去根须洗沥切葱花	小葱葱花	94.4%	4.77元	50克	0.48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%。																
细绿土芹菜	——	本地	批发市场	251125	4.00元/斤	500克/斤		4.00元	去叶、去根残叶切末	净细土芹末	71.2%	5.62元	1250克	14.04元		
210425测试↑: 小细芹菜5元1斤205克, 去根须残叶后132克, 净料率64.4%; 泡洗沥水后146克, 水发净料率71.2%																
面皮料	成品饺子皮	——	武汉	批发配送	251125	3.20元/斤	500克/斤	50张/斤	3.20元	菜市场购成品饺子皮	成品饺子皮	100%	3.20元	2222克	14.22元	
	230130测试↑: 菜市场花4元买饺子皮1斤, 实际称重511克, 共51张, 平均每张10克, 0.08元1张; 饺子皮直径83毫米, 平均厚度1.55-1.6毫米															
备注	以上原料可制作成品生饺子≥ 5000克, 成品率 100% 可包成品饺子约 222个, 平均每个 22.5克, 每个成本 0.25元															
	成品饺子(全部原料)综合含盐量≤ 0.53%, 含味精≤ 0.20%, 含食油≥ 0.40%, 全部馅料 2778克, 全部面皮 2222克 222张 投料合计 5000克 55.00元															
备注	制作工艺简介															
		<p>1) 提前备好自制姜汁、姜葱油; 切好小葱葱花, 芹菜摘洗、沥水后顶刀切末备用;</p> <p>2) 本配方使用了在菜市场购买的“成品饺子皮”, 平均每斤(500克)有50张、平均10克/张;</p> <p>3) 将搅好的肉馅放入盆内, 加入食盐和“饺子馅调味料”(不喜可不用, 或改成相当于同等重量一半的食盐), 再加入味精、胡椒粉、自制姜汁、生抽、去壳鸡蛋液后搅拌均匀(搅拌约5分钟后肉馅会“上劲”), 再分多次加入清水搅拌(如发现馅料较稀、则停止加水); 最后下入淀粉和姜葱油搅拌均匀; 葱花和芹菜末在包饺子前兑入拌匀即可;</p> <p>4) 平均2220克饺子皮 + 2780克饺子馅 = 5000克即222个成品饺子(平均每个22.5克), 饺子皮和馅料的比例是1:1.25</p> <p>注: 经测试, 平均每千克生饺子(或冰冻饺子)煮熟后沥水称重1258克成熟率125.8%, 做锅贴煎熟沥油后称重1160克。</p>														

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，对应的成品菜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。

菜品原料分类与成本占比分析↓

序号	主要原料名称	类别	成品菜成本		占比
			元/千克	元/斤	
1	肥三瘦七肉末	主料	4.80元	2.40元	43.6%
2	净细土芹末	配料	2.81元	1.40元	25.5%
3	盐+味精+生抽等	调料	0.55元	0.27元	5.0%
4	成品饺子皮	其它	2.84元	1.42元	25.9%
合计			11.00元	5.50元	100%

原料进货价更新：2025年12月1日
满堂红菜品配方成本网出品

主要原料的成本占比比较高。

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：**肥三瘦七肉末**
 主要原料毛料名称：**去皮猪前腿肉/前夹**
 主料转制成品工艺：**绞肉馅+调料、芹菜等→饺子馅**
 每千克投料合计经加工后可得到成品：**1000克**
 成品率：**100.0%**

当前“猪前腿肉/前夹”进货价：**10.00元** /斤·500克

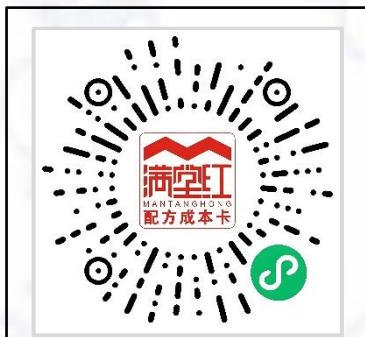
如果主料进货价上涨或下降 其菜肴成本将会有以下变化↓

类型	猪前夹肉 进货价	芹菜饺子 生品单价	主料进货 单价系数
涨跌幅度 1.00元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	7.00元	4.78元	70%
2) 进货价下降至→	8.00元	5.02元	80%
3) 进货价下降至→	9.00元	5.26元	90%
4) 目前进货价→	10.00元	5.50元	100%
5) 进货价上涨至→	11.00元	5.74元	110%
6) 进货价上涨至→	12.00元	5.98元	120%
7) 进货价上涨至→	13.00元	6.22元	130%

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系



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

按实际制作成品菜（整数）数量编制的原料净料配方

类别：居家配方 菜名：芹菜猪肉饺子（买皮）

出品：满堂红菜品配方成本网

制表：杨巍 更新：2023年3月1日

类别	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	
	采购食材 原料名称	投入原料 净料名称	成品菜需要食材 投料数量	换算	成品菜需要食材 投料数量	换算	成品菜需要食材 投料数量	换算	成品菜需要食材 投料数量	换算	成品菜需要食材 投料数量	换算	成品菜需要食材 投料数量	换算
饺子馅原料	去皮猪前腿肉/前夹	肥三瘦七肉末	0.24斤	120克	0.48斤	240克	1.20斤	600克	2.40斤	1200克	3.60斤	1800克	4.80斤	2400克
	908g包子饺子馅调味料	饺子馅调料	0.00斤	1.0克	0.00斤	2.0克	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.03斤	15克	0.04斤	20克
	500g云鹤食盐	食盐	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.0克	0.02斤	7.5克	0.03斤	15克	0.05斤	23克	0.06斤	30克
	2kg莲花味精	味精	0.00斤	1.0克	0.00斤	2.0克	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.03斤	15克	0.04斤	20克
	227g玖味黑胡椒粉	黑胡椒粉	0.00斤	0.8克	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.8克	0.02斤	7.5克	0.02斤	11克	0.03斤	15克
	自制1:10姜汁	1:10生姜汁	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.15斤	75克	0.20斤	100克
	4.9L海天金标生抽	海天生抽	0.01斤	4.0克	0.02斤	8.0克	0.04斤	20克	0.08斤	40克	0.12斤	60克	0.16斤	80克
	清水	拌馅用清水	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.15斤	75克	0.20斤	100克
	洋鸡蛋-8.5个/斤	去壳蛋液	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.15斤	75克	0.20斤	100克
	25kg大成玉米淀粉	玉米淀粉	0.01斤	2.5克	0.01斤	5.0克	0.03斤	13克	0.05斤	25克	0.08斤	38克	0.10斤	50克
	自制姜葱花生油	姜葱花生油	0.00斤	2.0克	0.01斤	4.0克	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.06斤	30克	0.08斤	40克
	小葱	小葱葱花	0.01斤	5.0克	0.02斤	10克	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.15斤	75克	0.20斤	100克
	细土芹菜	净细土芹末	0.25斤	125克	0.50斤	250克	1.25斤	625克	2.50斤	1250克	3.75斤	1875克	5.00斤	2500克
面皮料	成品饺子皮	成品饺子皮	0.44斤	222克	0.89斤	444克	2.22斤	1111克	4.44斤	2222克	6.67斤	3333克	8.89斤	4444克
			饺子皮 约22张		饺子皮 约44张		饺子皮 约111张		饺子皮 约222张		饺子皮 约333张		饺子皮 约444张	
合计投入净料数量→			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
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）→			100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

1) 提前备好自制姜汁、姜葱油；切好小葱葱花，芹菜摘洗、沥水后顶刀切末备用；
 2) 本配方使用了在菜市场购买的“成品饺子皮”，平均每斤（500克）有50张、平均10克/张；
 3) 将搅好的肉馅放入盆内，加入食盐和“饺子馅调味料”（不喜可不用，或改成相当于同等重量一半的食盐），再加入味精、胡椒粉、自制姜汁、生抽、去壳鸡蛋液后搅拌均匀（搅拌约5分钟后肉馅会“上劲”），再分多次加入清水搅拌（如发现馅料较稀、则停止加水）；最后下入淀粉和姜葱油搅拌均匀；葱花和芹菜末在包饺子前兑入拌匀即可；
 4) 平均2220克饺子皮 + 2780克饺子馅 = 5000克即222个成品饺子（平均每个22.5克），饺子皮和馅料的比例是1:1.25
 注：经测试，平均每千克生饺子（或冰冻饺子）煮熟后沥水称重1258克，做锅贴煎熟沥油后称重1160克。



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。

