

# SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制干调  
名称 自制蒸菜白米粉  
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

## 自制蒸菜白米粉

工艺简介 ... ..第3页

《成本卡》 ... ..第4页

用于“批量生产”的六种不同投料配方... ..第5页

版权声明 ... ..第6页





# 自制蒸菜白米粉



类别	投入原料 净料名称	投入净原料 质量与占比	
		克	占比
1	早稻大米	784克	76.2%
2	东北糯米	196克	19.0%
3	净青花椒粒	20克	1.90%
4	八角	16克	1.52%
5	桂皮	10克	0.95%
6	小茴香	3.9克	0.38%
合计投料		1029克	100.0%
实际得到成品数量→		1000克	——
酱料成品率→		97.1%	——

以上原材料可制作  
成品白米粉1千克



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：预制干调

菜名：自制蒸菜白米粉

出品：满堂红菜品配方成本网

制作：杨巍

日期：2024年5月19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	
1	早稻大米	——	——	粮油批发	250725	2.50元 /斤	500	克 /斤 最好是陈米	2.50元	——	早稻大米	100%	2.50元	400克	2.00元	
2	东北五常糯米	谷味来	哈尔滨	拼多多	250725	18.98元 /袋	2500	克 /袋 1袋起售包邮	3.80元	——	东北糯米	100%	3.80元	100克	0.76元	
	200930测试↑：糯米250克，加水浸泡8小时后沥水2小时称重362克，涨发率144.8%；220313再测试：500克糯米涨发710克，涨发率142%；两次平均143%															
3	干青花椒粒	福小兵	四川雅安	淘宝	250725	23.57元 /斤	500	克 /斤 约22000 颗/ 斤	23.57元	成品干制调料	净青花椒粒	100%	23.57元	10克	0.47元	
4	香料：八角	福小兵	广西	淘宝	250725	16.80元 /斤	500	克 /斤 约300 颗/ 斤	16.80元	成品干制原料	八角	100%	16.80元	8.0克	0.27元	
5	香料：带皮肉桂皮	福小兵	广西	淘宝	250725	15.90元 /斤	500	克 /斤	15.90元	成品干制原料	桂皮	100%	15.90元	5.0克	0.16元	
6	香料：小茴香	福小兵	安徽	淘宝	250725	6.90元 /斤	500	克 /斤	6.90元	成品干制原料	小茴香	100%	6.90元	2.0克	0.03元	
备注	以上原料可制作成品料≥				510克	，成品率		97.1%	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		525克	3.69元
													每500克成品料成本		3.61元	
	制作工艺简介															
	1) 炒锅内放入花椒、八角、桂皮和小茴香，用小火焙炒、焙干，晾凉后用粉碎机打成细腻香料粉备用； 2) 炒锅内放入早稻米和糯米，用小火焙炒、焙干，晾凉后用粉碎机打成粗颗粒状米粉； 3) 将细香料粉倒入粗米粉中翻拌均匀即可。 注↑：每千克大米加香料（全部料）经以上加工后可得到成品蒸肉米粉约970克。 本调料适合做粉蒸肉、鱼、蔬菜等菜品。															
	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：预制干调

菜名：自制蒸菜白米粉

出品：满堂红菜品配方成本网

食材进货询价更新：2024年7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
1	早稻大米	早稻大米	0.78斤	392克	1.57斤	784克	3.92斤	1961克	7.84斤	3922克	11.76斤	5882克	15.69斤	7843克
2	东北五常糯米	东北糯米	0.20斤	98克	0.39斤	196克	0.98斤	490克	1.96斤	980克	2.94斤	1471克	3.92斤	1961克
3	干青花椒粒	净青花椒粒	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.10斤	49克	0.20斤	98克	0.29斤	147克	0.39斤	196克
4	香料：八角	八角	0.02斤	7.8克	0.03斤	16克	0.08斤	39克	0.16斤	78克	0.24斤	118克	0.31斤	157克
5	香料：肉桂皮	桂皮	0.01斤	4.9克	0.02斤	10克	0.05斤	25克	0.10斤	49克	0.15斤	74克	0.20斤	98克
6	香料：小茴香	小茴香	0.00斤	2.0克	0.01斤	3.9克	0.02斤	10克	0.04斤	20克	0.06斤	29克	0.08斤	39克
合计投入净料数量→			1.03斤	515克	2.06斤	1029克	5.15斤	2574克	10.29斤	5147克	15.44斤	7721克	20.59斤	10294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）→			97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%	97.1%
1）炒锅内放入花椒、八角、桂皮和小茴香，用小火焙炒、焙干，晾凉后用粉碎机打成细腻香料粉备用； 2）炒锅内放入早稻米和糯米，用小火焙炒、焙干，晾凉后用粉碎机打成粗颗粒状米粉； 3）将细香料粉倒入粗米粉中翻版均匀即可。 注↑：每千克大米加香料（全部料）经以上加工后可得到成品蒸肉米粉约970克。 本调料适合做粉蒸肉、鱼、蔬菜等菜品。														



## 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。

