菜品标准配方成本卡

类 别 主食/羹粥

名 称 青菜粥

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	✓

满堂红 MANTANGHONG 菜品配方成本网

满堂红菜品配方成本网

专业电脑版：www.mth517777.com

简易手机版：m.mth517777.com

版权所有
侵权必究

目 录

青菜粥

工艺简介 … … … … … … … … … …第3页
成本卡 … … … … … … … … … … …第4页
不同主料的进货单价与综合成本的变化… …第5页
不同规格餐盒的装粥数量与图例… … … …第6页

批量生产用配方：

不同规格餐盒各盛装10份成品粥的配方… …第7页
适用中央厨房批量生产的不同投料配方… …第8页

版权声明 … … … … … … … … … …第9页

版权所有
侵权必究

青菜粥

工艺简介：

本配方适用于电饭煲煲粥；将大米漂洗、沥干水分，按本配方的要求配置清水质量（重量）；选用电饭煲煮粥模式（1.5小时）来煲粥。用电饭煲煮粥，由于水分蒸发量少，清水的用量是大米/糯米的9.37倍即可；如果是明火煲粥、蒸发量较大，则清水用量应是大米/糯米的12.5倍。

青菜粥：提前将洗净青菜改刀切条，放入煲好的粥内拌匀、稍烫即成。

了解更多制作工艺，可参考各类视频网站介绍的同类粥品制作方法。

版权所有
侵权必究

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：面饭主食 **菜名**：青菜粥　出品：满堂红菜品配方成本网 **制作**：杨巍 **日期**：2022年11月9日　食材进货询价更新：2025年1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	盘锦蟹田粳米	盘珠	辽宁盘锦	拼多多	241228	117.6元 /袋	20000 克 /袋 GB/T18824	2.94元	——	盘锦蟹田粳米	100%	2.94元	70克	0.41元
	东北五常糯米	谷味来	哈尔滨	拼多多	241228	17.80元 /袋	2500 克 /袋 1袋起售包邮	3.56元	——	东北五常糯米	100%	3.56元	30克	0.21元
配料	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	930克	0.00元
	白梗小白菜	——	——	批发配送	241228	1.80元 /斤	500 克 /斤 注：类似上海青	1.80元	去根去黄叶、泡洗沥水	净小白菜	102.7%	1.75元	230克	0.81元
	210421测试↑：白梗小白菜称重444克、摘净后384克净料率86.5%；泡洗沥水1小时后称重456克、摘洗沥水净料率102.7%；沥水净小白菜焯水成熟率98.8%													
	201020测试↑：去根去黄叶、泡洗沥水的净小白菜叶、改刀切条500克，焯水至熟沥去水后400克，成熟率80.0%；													

以上米+水原料可煲粥≧ **1200克**，成品率 **95.2%**　计算式：成品率 = 成品菜质量÷主、配、调料净料投料合计×100%　**投料合计 1260克** **1.43元**

以上大米+青菜原料可煲粥≧ 1200克，成品率 **364%**，煲粥后水分蒸发 **60克**，蒸发比 **4.8%**，成品米含量 **8.33%**　**每500克成品粥成本 0.60元**

备注

制作工艺简介　餐盒容积使用率为：**80%**

本配方适用于电饭煲煲粥；将大米漂洗、沥干水分，按本配方的要求配置清水质量（重量）；选用电饭煲煮粥模式（1.5小时）来煲粥。用电饭煲煮粥，由于水分蒸发量少，清水的用量是大米/糯米的9.37倍即可；如果是明火煲粥、蒸发量较大，则清水用量应是大米/糯米的12.5倍。

青菜粥：提前将洗净青菜改刀切条，放入煲好的粥内拌匀、稍烫即成。

注：可参考各类视频网站介绍的同类粥品制作方法。

餐盒规格（毫升/盒）	餐盒成本（元/套）	实际装粥（克/盒）	粥品成本（元/盒）	成本小计 餐盒+菜品	不同毛利率的粥品售价（元/盒） 毛利率80%	毛利率70%	毛利率60%
300圆餐盒	0.240元	240克	0.29元	**0.53元**	2.63元	1.75元	1.31元
450圆餐盒	0.249元	360克	0.43元	**0.68元**	3.39元	2.26元	1.70元
600圆餐盒	0.416元	480克	0.57元	**0.99元**	4.94元	3.30元	2.47元
——	——	——	——	——	——	——	——
——	——	——	——	——	——	——	——
——	——	——	——	——	——	——	——

➢了解更多配方成本信息，请登录专业电脑版 满堂红菜品配方成本网 www.mth517777.com
快速了解配方信息，可登录简易手机版 满堂红菜品配方成本网 m.mth517777.com

版权所有
侵权必究

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，对应的成品粥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。

煲粥原料分类 与 成本占比分析↓

序号	主要原料名称	类别	成品粥成本		占比
			元/千克	元/斤	%
1	粳米+糯米	**主料**	0.52元	0.26元	43.7%
2	净小白菜	**配料**	0.67元	0.34元	56.3%
3	——	**调料**	——	——	——
4	——	**其它**	——	——	——
合计			**1.19元**	**0.60元**	**100%**

配料原料的成本占比较高。

原料进货价更新： 2025年1月1日

满堂红菜品配方成本网出品

扫码登录手机网站

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： **净小白菜**

主要原料毛料名称： **白梗小白菜**

主料转制成品工艺： **小白菜切碎+白米粥→煮拌搅匀**

每千克投料合计经加工后可得到成品： **952克**

成品率： **95.2%**

当前“白梗小白菜”进货价： **1.80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 涨降幅度 **0.30元**	白梗小白菜进货价 (元/斤)	青菜粥成本 (元/斤)	主料进货单价系数 0
1）进货价下降至→	0.90元	0.43元	50%
2）进货价下降至→	1.20元	0.48元	67%
3）进货价下降至→	1.50元	0.54元	83%
4）目前进货价→	**1.80元**	**0.60元**	**100%**
5）进货价上涨至→	2.10元	0.65元	117%
6）进货价上涨至→	2.40元	0.71元	133%
7）进货价上涨至→	2.70元	0.76元	150%

不同的进货单价与“成品”菜品的成本对应关系

版权所有
侵权必究

不同规格餐盒的装粥数量（图例）

本菜品外卖餐盒装粥的容积使用率为：80%

300毫升餐盒×装粥80%=240（克）

↑300毫升圆形餐盒
盛装240克成品粥

450毫升餐盒×装粥80%=360（克）

↑450毫升圆形餐盒
盛装360克成品粥

600毫升餐盒×装粥80%=480（克）

↑600毫升圆形餐盒
盛装480克成品粥

版权所有
侵权必究

菜品标准配方成本卡　　表-2　速算配方表（1）　按可装不同规格餐盒10份的装菜质量、编制的原料净料配方

类别：面饭主食　　菜名：青菜粥　　外卖餐盒装菜容积使用率：80%　　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			300ml圆餐盒 装菜240克/盒共10盒		450ml圆餐盒 装菜360克/盒共10盒		600ml圆餐盒 装菜480克/盒共10盒		500ml长方餐盒 ——		650ml长方餐盒 ——		750ml长方餐盒 ——	
类别	采购食材 原料名称	投入原料 净料名称	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	盘锦蟹田粳米	盘锦蟹田粳米	0.28斤	140克	0.42斤	210克	0.56斤	280克	——	——	——	——	——	——
	东北五常糯米	东北五常糯米	0.12斤	60克	0.18斤	90克	0.24斤	120克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
配料	清水	清水	3.72斤	1860克	5.58斤	2790克	7.44斤	3720克	——	——	——	——	——	——
	白梗小白菜	净小白菜	0.92斤	460克	1.38斤	690克	1.84斤	920克	——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
									——	——	——	——	——	——
合计投入净料数量→			5.04斤	2520克	7.56斤	3780克	10.08斤	5040克	——	——	——	——	——	——
实际得到成品数量→			4.80斤	2400克	7.20斤	3600克	9.60斤	4800克	——	——	——	——	——	——
成品率（成品数量÷净料数量）→			95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	——	——	——	——	——	——
出品数量	使用餐盒规格	实际装粥质量	成品粥→	2400克	成品粥→	3600克	成品粥→	4800克	——	——	——	——	——	——
	300ml圆餐盒	成品菜240克	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜360克	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜480克	——	——	——	——	可出品→	10.0盒	——	——	——	——	——	——

备注：以上“清水”数据表示煮粥时所需要添加的“清水”量，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、使用锅具、是否盖上锅盖以及烹饪时间”等因素而产生变化。

➢了解更多配方成本信息，请登录专业电脑版 满堂红菜品配方成本网 www.mth517777.com
快速了解配方信息，可登录简易手机版 满堂红菜品配方成本网 m.mth517777.com
扫码登录手机网站

版权所有
侵权必究

菜品标准配方成本卡　　表-3　速算配方表（2）　按实际制作成品菜（整数）数量编制的原料净料配方

类别：面饭主食　　菜名：青菜粥　　外卖餐盒装菜容积使用率：80%　　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斤成品菜需要食材		制作2斤成品菜需要食材		制作5斤成品菜需要食材		制作10斤成品菜需要食材		制作15斤成品菜需要食材		制作20斤成品菜需要食材	
类别	采购食材原料名称	投入原料净料名称	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	盘锦蟹田粳米	盘锦蟹田粳米	0.06斤	29克	0.12斤	58克	0.29斤	146克	0.58斤	292克	0.88斤	438克	1.17斤	583克
	东北五常糯米	东北五常糯米	0.03斤	13克	0.05斤	25克	0.13斤	63克	0.25斤	125克	0.38斤	188克	0.50斤	250克
配料	清水	清水	0.78斤	388克	1.55斤	775克	3.88斤	1938克	7.75斤	3875克	11.63斤	5813克	15.50斤	7750克
	白梗小白菜	净小白菜	0.19斤	96克	0.38斤	192克	0.96斤	479克	1.92斤	958克	2.88斤	1438克	3.83斤	1917克
合计投入净料数量→			1.05斤	525克	2.10斤	1050克	5.25斤	2625克	10.50斤	5250克	15.75斤	7875克	21.00斤	10500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）→			95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%	95.2%
出品数量	使用餐盒规格	实际装粥质量	成品粥→	500克	成品粥→	1000克	成品粥→	2500克	成品粥→	5000克	成品粥→	7500克	成品粥→	10000克
	300ml圆餐盒	每盒装240克	可出品→	2.1盒	可出品→	4.2盒	可出品→	10.4盒	可出品→	20.8盒	可出品→	31.3盒	可出品→	41.7盒
	450ml圆餐盒	每盒装360克	可出品→	1.4盒	可出品→	2.8盒	可出品→	6.9盒	可出品→	13.9盒	可出品→	20.8盒	可出品→	27.8盒
	600ml圆餐盒	每盒装480克	可出品→	1.0盒	可出品→	2.1盒	可出品→	5.2盒	可出品→	10.4盒	可出品→	15.6盒	可出品→	20.8盒

备注：以上“清水”数据表示煮粥时所需要添加的“清水”量，其用量将根据烹饪过程中的“火力大小、使用锅具、是否盖上锅盖以及烹饪时间”等因素而产生变化。

➢了解更多配方成本信息，请登录专业电脑版 满堂红菜品配方成本网 www.mth517777.com
快速了解配方信息，可登录简易手机版 满堂红菜品配方成本网 m.mth517777.com
扫码登录手机网站

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。