

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制油料
名称 自制凉菜万能红油
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

自制凉菜万能红油

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



自制凉菜万能红油



类别	投入原料 净料名称	净料 单价	投入净原料 质量与占比	
		元/500克	克	占比
配 料	净菜籽油	5.97	1149克	55.2%
	带皮姜片	5.38	27克	1.29%
	净洋葱丝	1.76	27克	1.29%
	净小葱	4.50	65克	3.13%
	净细土芹段	6.15	46克	2.21%
	大葱边角料		31克	1.47%
	带根净香菜	4.74	19克	0.92%
调 料	糍粑辣椒	5.50	199克	9.56%
	郫县豆瓣	4.47	383克	18.4%
	干辣椒粉	6.38	15克	0.74%
	净青花椒粒	21.80	19克	0.92%
	水发阳江豆豉	7.70	46克	2.21%
	净冰糖	4.64	7.7克	0.37%
	二锅头料酒	3.43	27克	1.29%
	八角	26.50	2.3克	0.11%
	桂皮	19.80	3.8克	0.18%
	陈皮	11.80	0.8克	0.04%
	公丁香	44.80	0.4克	0.02%
	山奈/砂姜	22.80	3.8克	0.18%
	灵草	26.90	2.3克	0.11%
	香茅草	7.90	1.5克	0.07%
	千里香	17.80	3.8克	0.18%
	紫草	31.80	3.8克	0.18%
合计净料质量/ 成本→			2084克	100.0%
实际得到成品油质量→			1000克	—
红油成品率→			48.0%	—

以上原材料可制作
成品红油1千克

自制凉菜万能红油

- 1) 提前将香料用开水浸泡20分钟后沥水；将菜油倒入锅内，冷油下入姜片、洋葱，稍炸至飘浮在油面时，再下入小葱、芹菜、大葱边角料、香菜，炸干后捞出菜渣；用炒勺装满糍粑辣椒、在热油表面慢慢摇晃下入锅内（为了防止糊锅，不要直接将糍粑辣椒倒入油锅内）；
- 2) 将郫县豆瓣酱用炒勺慢慢下入到油锅内，再下入用开水泡洗过的香料，小火慢熬；加入花椒粒、阳江豆豉、冰糖；
- 3) 炼制完成（关火前）淋上二锅头酒；经自然降温、大约浸泡12小时后可过滤去渣，得到纯净油。

注↑：每千克食用油经以上加工后可得到成品万能红油约870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：预制油料

菜名：自制凉菜用万能红油

出品：满堂红菜品配方成本网

制作：杨巍

日期：2020年9月11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	
配料	5L金龙鱼纯香菜籽油	金龙鱼	湖北	多多买菜	250725	54.99元 /壶	5000 毫升 /壶 约912 克/ 升	6.03元	注↑：食油应用中有损耗	净菜籽油	100%	6.03元	1500克	18.09元	
	老生姜	散装	——	批发市场	250725	6.00元 /斤	500 克 /斤	6.00元	洗净后带皮切片	带皮姜片	93.0%	6.45元	35克	0.45元	
	洋葱	——	本地	菜场批发	250725	1.20元 /斤	500 克 /斤	1.20元	去掉老叶、根须	净洋葱丝	85.0%	1.41元	35克	0.10元	
	小葱	散装	安徽	拼多多	250725	5.00元 /斤	500 克 /斤	5.00元	洗净沥水小葱带根须	净小葱	100%	5.00元	85克	0.85元	
	细绿土芹菜	——	本地	批发配送	250725	3.50元 /斤	500 克 /斤	3.50元	去叶根细土芹	净细土芹段	65.0%	5.38元	60克	0.65元	
	大葱	——	山东潍坊	拼多多	250725	2.00元 /斤	500 克 /斤	2.00元	边角料叶管、绿葱芯	大葱边角料	62.0%	0.00元	40克	0.00元	
	香菜/芫茜	——	山东	拼多多	250725	6.00元 /斤	500 克 /斤	6.00元	摘去老黄叶，留根须、切段	带根净香菜	95.0%	6.32元	25克	0.32元	
调料	自制糍粑辣椒	需提前预制			250801	6.36元 /斤	500 克 /斤	6.36元	——	糍粑辣椒	100%	6.36元	260克	3.31元	
	注↑：将100克干辣椒煮制10分钟、再搅碎后可得到糍粑辣椒281克，净料率281%；详见/预制油料类/《自制糍粑辣椒》成本卡。														
	1.1kg红油郫县豆瓣	七里香	成都	拼多多	250725	9.25元 /瓶	1100 克 /瓶	4.20元	成品调料/含盐量15.9%	郫县豆瓣	100%	4.20元	500克	4.20元	
	干辣椒粉/中辣细粉	椒之香纯	河南漯河	拼多多	250725	12.63元 /袋	1000 克 /袋 1袋起售包邮	6.32元	成品调料/中辣细粉	干辣椒粉	100%	6.32元	20克	0.25元	
	干青花椒粒	福小兵	四川雅安	淘宝	250725	16.71元 /斤	500 克 /斤 约22000 颗/ 斤	16.71元	成品干制调料	净青花椒粒	100%	16.71元	25克	0.84元	
	2kg广东阳江豆豉	皇冠桥牌	广东阳江	拼多多	250725	30.80元 /袋	2000 克 /袋 1袋起售包邮	7.70元	清水浸泡3小时沥水	水发阳江豆豉	100%	7.70元	60克	0.92元	
	单晶颗粒冰糖	馋小玥	河北	批发市场	250725	20.80元 /袋	2500 克 /袋	4.16元	成品调料	净冰糖	100%	4.16元	10克	0.08元	
	5L-52° 二锅头	鑫源	山东济南	拼多多	250725	31.80元 /壶	5000 毫升 /壶 约926 克/ 升	3.43元	成品调料	二锅头料酒	100%	3.43元	35克	0.24元	
	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	3.0克	0.10元	
	香料：带皮肉桂皮	福小兵	广西	淘宝	250725	15.9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	
	香料：陈皮	福小兵	安徽	淘宝	250725	9.6元 /斤	500 克 /斤	9.55元	成品干制原料	陈皮	100%	9.55元	1.0克	0.02元	
	香料：公丁香	福小兵	安徽	淘宝	250725	30.7元 /斤	500 克 /斤 约6100 颗/ 斤	30.74元	成品干制原料	公丁香	100%	30.74元	0.5克	0.03元	
	香料：山奈/沙姜	福小兵	广东阳春	淘宝	250725	35.5元 /斤	500 克 /斤	35.50元	成品干制原料	山奈/砂姜	100%	35.50元	5.0克	0.36元	
	香料：灵草	福小兵	中国	淘宝	250725	22.8元 /斤	500 克 /斤	22.80元	成品干制原料	灵草	100%	22.80元	3.0克	0.14元	
	香料：香茅草	福小兵	中国	淘宝	250725	6.7元 /斤	500 克 /斤	6.72元	成品干制原料	香茅草	100%	6.72元	2.0克	0.03元	
	香料：千里香	福小兵	中国	淘宝	250725	14.1元 /斤	500 克 /斤	14.12元	成品干制原料	千里香	100%	14.12元	5.0克	0.14元	
	香料：紫草	福小兵	新疆	淘宝	250725	45.7元 /斤	500 克 /斤	45.70元	成品干制原料	紫草	100%	45.70元	5.0克	0.46元	
备注	以上原料可制作成品油≥				1305克	，成品率 48.0% 计算式：成品率=成品油质量÷全部净料投料合计×100%						投料合计 2720克		31.73元	
	以上原料可制作成品油≥				1305克	，食油成品率 87.0% 计算式：成品红油质量÷食用油投料合计×100%						每500克成品油成本		12.16元	
			制作工艺简介												
1) 提前将香料用开水浸泡20分钟后沥水；将菜油倒入锅内，冷油下入姜片、洋葱，稍炸至飘浮在油面时，再下入小葱、芹菜、大葱边角料、香菜，炸干后捞出菜渣；用炒勺装满糍粑辣椒、在热油表面慢慢摇晃下入锅内（为了防止糊锅，不要直接将糍粑辣椒倒入油锅内）； 2) 将郫县豆瓣酱用炒勺慢慢下入到油锅内，再下入用开水泡洗过的香料，小火慢熬；加入花椒粒、阳江豆豉、冰糖； 3) 炼制完成（关火前）淋上二锅头酒；经自然降温、大约浸泡12小时后可过滤去渣，得到纯净油。 注↑：每千克食用油经以上加工后可得到成品万能红油约870克。															

第 5 页

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	成品油成本		占比
			元/千克	元/斤	%
1	净菜籽油	主料	13.86元	6.93元	57.0%
2	——	配料	——	——	——
3	——	调料	——	——	——
4	姜葱+香料等	其它	10.45元	5.23元	43.0%
每千克成本合计			24.31元	12.16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： 净菜籽油			
主要原料毛料名称： 5L金龙鱼纯香菜籽油			
主料转制成品工艺： 油+香料等→凉菜用万能红油			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 480克			
成品率： 48.0%			
当前“净菜籽油”进货价： 6.03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	菜籽油 进货价	凉菜万能 红油成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 0.30元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	5.13元	11.12元	85%
2) 进货价下降至→	5.43元	11.47元	90%
3) 进货价下降至→	5.73元	11.81元	95%
4) 目前进货价→	6.03元	12.16元	100%
5) 进货价上涨至→	6.33元	12.50元	105%
6) 进货价上涨至→	6.63元	12.85元	110%
7) 进货价上涨至→	6.93元	13.19元	115%

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

菜籽油 相对密度：
0.9150-0.9375
约：909-915克/升
平均：912克/升
或：1.096升/千克

菜品标准配方成本卡

表-2

速算配方表

按实际制作成品油（整数）质量编制的原料净料配方

类别：预制油料

菜名：凉菜用万能红油

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 原料名称	投入原料 净料名称	成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材		成品菜需要食材	
			投料质量	换算	投料质量	换算	投料质量	换算	投料质量	换算	投料质量	换算	投料质量	换算
配料	5L金龙鱼纯香菜籽油	净菜籽油	1.15斤	575克	2.30斤	1149克	5.75斤	2874克	11.49斤	5747克	17.24斤	8621克	22.99斤	11494克
	老生姜	带皮姜片	0.03斤	13克	0.05斤	27克	0.13斤	67克	0.27斤	134克	0.40斤	201克	0.54斤	268克
	洋葱	净洋葱丝	0.03斤	13克	0.05斤	27克	0.13斤	67克	0.27斤	134克	0.40斤	201克	0.54斤	268克
	小葱	净小葱	0.07斤	33克	0.13斤	65克	0.33斤	163克	0.65斤	326克	0.98斤	489克	1.30斤	651克
	细土芹菜	净细土芹段	0.05斤	23克	0.09斤	46克	0.23斤	115克	0.46斤	230克	0.69斤	345克	0.92斤	460克
	铁杆大葱	大葱边角料	0.03斤	15克	0.06斤	31克	0.15斤	77克	0.31斤	153克	0.46斤	230克	0.61斤	307克
	香菜/芫茜	带根净香菜	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.10斤	48克	0.19斤	96克	0.29斤	144克	0.38斤	192克
调料	自制糍粑辣椒	糍粑辣椒	0.20斤	100克	0.40斤	199克	1.00斤	498克	1.99斤	996克	2.99斤	1494克	3.98斤	1992克
	1.1kg红油郫县豆瓣	郫县豆瓣	0.38斤	192克	0.77斤	383克	1.92斤	958克	3.83斤	1916克	5.75斤	2874克	7.66斤	3831克
	干辣椒粉/细粉中辣	干辣椒粉	0.02斤	7.7克	0.03斤	15克	0.08斤	38克	0.15斤	77克	0.23斤	115克	0.31斤	153克
	干青花椒粒	净青花椒粒	0.02斤	9.6克	0.04斤	19克	0.10斤	48克	0.19斤	96克	0.29斤	144克	0.38斤	192克
	2kg广东阳江豆豉	水发阳江豆豉	0.05斤	23克	0.09斤	46克	0.23斤	115克	0.46斤	230克	0.69斤	345克	0.92斤	460克
	单晶冰糖	净冰糖	0.01斤	3.8克	0.02斤	7.7克	0.04斤	19克	0.08斤	38克	0.11斤	57克	0.15斤	77克
	5L-52°二锅头	二锅头料酒	0.03斤	13克	0.05斤	27克	0.13斤	67克	0.27斤	134克	0.40斤	201克	0.54斤	268克
	香料：八角	八角	0.00斤	1.1克	0.00斤	2.3克	0.01斤	5.7克	0.02斤	11克	0.03斤	17克	0.05斤	23克
	香料：肉桂皮	桂皮	0.00斤	1.9克	0.01斤	3.8克	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.06斤	29克	0.08斤	38克
	香料：陈皮	陈皮	0.00斤	0.4克	0.00斤	0.8克	0.00斤	1.9克	0.01斤	3.8克	0.01斤	5.7克	0.02斤	7.7克
	香料：公丁香	公丁香	0.00斤	0.2克	0.00斤	0.4克	0.00斤	1.0克	0.00斤	1.9克	0.01斤	2.9克	0.01斤	3.8克
	香料：山奈/沙姜	山奈/砂姜	0.00斤	1.9克	0.01斤	3.8克	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.06斤	29克	0.08斤	38克
	香料：灵草	灵草	0.00斤	1.1克	0.00斤	2.3克	0.01斤	5.7克	0.02斤	11克	0.03斤	17克	0.05斤	23克
	香料：香茅草	香茅草	0.00斤	0.8克	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.8克	0.02斤	7.7克	0.02斤	11克	0.03斤	15克
	香料：千里香	千里香	0.00斤	1.9克	0.01斤	3.8克	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.06斤	29克	0.08斤	38克
	香料：紫草	紫草	0.00斤	1.9克	0.01斤	3.8克	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.06斤	29克	0.08斤	38克
合计投入净料质量→			2.08斤	1042克	4.17斤	2084克	10.42斤	5210克	20.84斤	10420克	31.26斤	15629克	41.68斤	20839克
实际得到成品质量→			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（成品质量÷投料质量）→			48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%	48.0%

1) 提前将香料用开水浸泡20分钟；将菜油倒入锅内，冷油下入姜片、洋葱，稍炸至飘浮在油面时，再下入小葱、芹菜、大葱边角料、香菜，炸干后捞出菜渣；用炒勺装满糍粑辣椒、在热油表面慢慢摇晃下入锅内（为了防止糊锅，不要直接将糍粑辣椒倒入油锅内）；

2) 将郫县豆瓣酱用炒勺慢慢下入到油锅内，再下入用开水泡洗过的香料，小火慢熬；加入花椒粒、阳江豆豉、

3) 炼制完成（关火前）淋上二锅头酒；经自然降温、大约浸泡12小时后可过滤去渣，得到纯净油。

注↑：每千克食用油经以上加工后可得到成品万能红油约870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。

