

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 预制酱汤
名称 商用凉拌菜炆拌油
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

商用凉拌菜炆拌油

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



商用凉拌菜炆拌油



类别	投入原料 净料名称	投入净原料 质量与占比	
		克	占比
1	汉源红花椒粒	10克	0.72%
2	新一代干辣椒	100克	7.16%
3	净菜籽油	1000克	71.6%
4	带皮姜片	27克	1.91%
5	大葱斜切片	80克	5.73%
6	净洋葱丝	80克	5.73%
7	去蒂蒜瓣	50克	3.58%
8	熟白芝麻仁	50克	3.58%
合计投料		1397克	100%
实际得到成品数量→		1000克	——
炆拌油成品率→		71.6%	——

以上原材料可制作
成品炆拌油1千克

商用凉拌菜炆拌油



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：商用凉拌菜炆拌油

出品：满堂红菜品配方成本网

制作：杨巍

日期：2024年6月16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	汉源大红袍花椒	福小兵	四川	淘宝	250725	44.47元 /斤	500 克 /斤 约24000 颗/ 斤	44.47元	成品干制调料	汉源红花椒粒	100%	44.47元	15克	1.33元
2	河南新一代干辣椒	——	河南商丘	拼多多	250725	59.90元 /袋	2500 克 /袋 1袋起售包邮	11.98元	成品调料	新一代干辣椒	100%	11.98元	150克	3.59元
3	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
4	老生姜	散装	安徽	菜场批发	250725	6.00元 /斤	500 克 /斤	6.00元	洗净后带皮切片	带皮姜片	93%	6.45元	40克	0.52元
5	大葱	——	山东潍坊	拼多多	250725	2.00元 /斤	500 克 /斤 200-250克/根	2.00元	去根须洗净斜切大片	大葱斜切片	90%	2.22元	120克	0.53元
6	红皮大洋葱	——	本地	多多买菜	250725	1.20元 /斤	500 克 /斤	1.20元	去残皮、根须切丝	净洋葱丝	85%	1.41元	120克	0.34元
7	去皮蒜瓣/蒜米	散装	山东	多多买菜	250725	5.00元 /斤	500 克 /斤	5.00元	切去蒜瓣蒂头	去蒂蒜瓣	95%	5.26元	75克	0.79元
8	脱皮熟白芝麻仁	天海	银川	拼多多	250725	41.00元 /包	2500 克 /包 1218 克/ 升	8.20元	成品熟芝麻仁	熟白芝麻仁	100%	8.20元	75克	1.23元
备注	以上原料可制作成品油≧				1500克	，成品率 71.6% 计算式：成品率 = 成品油质量÷主、配、调料净料投料合计×100%						投料合计	2095克	26.42元
												每500克成品油成本	8.81元	
	<div></div> <div>制作工艺简介 1) 锅内放清水烧开，分别下入花椒粒、辣椒段（要去籽）焯水10秒钟捞出（可去除灰尘、且后续不宜炸糊发苦）； 2) 锅内放入菜籽油，先烧至冒青烟断生，关火降温； 3) 待油温降至150℃时，依次下入姜片、洋葱丝、大葱片和拍蒜子，小火慢炸；炸制食材变黄时捞出弃置； 4) 炉灶开中火，将锅内油温烧至200℃时转小火，下入辣椒段、轻轻搅拌炸制微黄时倒入花椒粒，炸20秒后下入白芝麻仁；炸至辣椒段中黄后关火、倒入容器内，放置一晚上即可使用。 注：可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。</div>													



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	净菜籽油	主料	12.06元	6.03元	68.5%
2	——	配料	0.00元	0.00元	0.0%
3	花椒辣椒葱姜等	调料	5.56元	2.78元	31.5%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			17.62元	8.81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： 菜籽油+其它调料→制作炆拌油			
每千克投料合计经加工后可得到成品： 716克			
成品率： 71.6%			
当前“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	净菜籽油 进货价	商用凉拌菜 炆拌油成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 0.20元	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	5.43元	8.21元	90%
2) 进货价下降至→	5.63元	8.41元	93%
3) 进货价下降至→	5.83元	8.61元	97%
4) 目前进货价→	6.03元	8.81元	100%
5) 进货价上涨至→	6.23元	9.01元	103%
6) 进货价上涨至→	6.43元	9.21元	107%
7) 进货价上涨至→	6.63元	9.41元	110%

不同的主料进货单价与“成品”成本的对应关系



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：预制料油

菜名：商用凉拌菜炆拌油

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	汉源大红袍花椒	汉源红花椒粒	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
2	河南新一代干辣椒	新一代干辣椒	0.10斤	50克	0.20斤	100克	0.50斤	250克	1.00斤	500克	1.50斤	750克	2.00斤	1000克
3	5L金龙鱼纯香菜籽油	净菜籽油	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
4	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	133克	0.40斤	200克	0.53斤	267克
5	铁杆大葱	大葱斜切片	0.08斤	40克	0.16斤	80克	0.40斤	200克	0.80斤	400克	1.20斤	600克	1.60斤	800克
6	大洋葱	净洋葱丝	0.08斤	40克	0.16斤	80克	0.40斤	200克	0.80斤	400克	1.20斤	600克	1.60斤	800克
7	去皮蒜瓣/蒜米	去蒂蒜瓣	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.25斤	125克	0.50斤	250克	0.75斤	375克	1.00斤	500克
8	脱皮熟白芝麻仁	熟白芝麻仁	0.05斤	25克	0.10斤	50克	0.25斤	125克	0.50斤	250克	0.75斤	375克	1.00斤	500克
合计投入净料数量→			1.40斤	698克	2.79斤	1397克	6.98斤	3492克	13.97斤	6983克	20.95斤	10475克	27.93斤	13967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）→			71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%	71.6%

- 1) 锅内放清水烧开，分别下入花椒粒、辣椒段（要去籽）焯水10秒钟捞出（可去除灰尘、且后续不宜炸糊发苦）；
- 2) 锅内放入菜籽油，先烧至冒青烟断生，关火降温；
- 3) 待油温降至150℃时，依次下入姜片、洋葱丝、大葱片和拍蒜子，小火慢炸；炸制食材变黄时捞出弃置；
- 4) 炉灶开中火，将锅内油温烧至200℃时转小火，下入辣椒段、轻轻搅拌炸制微黄时倒入花椒粒，炸20秒后下入白芝麻仁；炸至辣椒段中黄后关火、倒入容器内，放置一晚上即可使用。



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。

