

# SOP 菜品标准配方成本卡

**类别** 汤类/简汤

**名称** 花蛤冬瓜汤

**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



# 花蛤冬瓜汤



## 工艺简介:

- 1) 花蛤（花甲）洗净；冬瓜切3毫米厚的片；
- 2) 锅内下入豆油烧热，下入姜片煸香；下入冬瓜片煸炒；倒入开水再煮开；放盐、味精、白胡椒粉调味；
- 3) 下入花蛤后盖上锅盖焖煮3分钟，待花蛤全部开口即可出锅，撒入小葱花出品。

## 备注:

20101014测试：花甲1个重9.33克，摘洗去内脏后，壳重5.02克，肉重1.06克。

20200929测试：鲜活花甲680克，焯水后沥水称重567克，成熟率83.4%。

了解更多制作工艺，可参考各类视频网站介绍的同类菜品制作方法。



**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: 汤类菜品 菜名: 花蛤冬瓜汤

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

日期: 2026年2月2日

食材进货询价更新: 2026年3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	鲜活无沙花甲	—	—	菜场批量	260227	6.00元/斤	500克/斤	<b>6.00元</b>	清水浸泡4小时以上	鲜活花甲	100%	6.00元	300克	3.60元	
	200929测试: 鲜活花甲680克, 焯水后沥水称重567克, 净料率83.4%。														
配料	无籽冬瓜块	—	—	批发配送	260301	1.20元/斤	500克/斤	1.20元	去皮去瓢切红烧块	净冬瓜小块	77%	1.56元	300克	0.94元	
	210619测试↑: 无籽冬瓜1块647克, 去皮去瓢切红烧块500克(20-25块/斤), 净料率77.3%; 烧熟后483克, 红烧成品率74.6%														
调料	5L元宝大豆油	元宝	青岛	多多买菜	260224	44.99元/壶	5000毫升/壶 约926克/升	4.86元	注: 食油应用中有损耗	大豆油	100%	4.86元	20克	0.19元	
	老生姜	散装	—	批发市场	260224	4.00元/斤	500克/斤	4.00元	去皮后切姜旧菱形片	生姜菱形片	60%	6.67元	15克	0.20元	
	清水/开水	—	自备	—	—	0.00元/斤	500克/斤	0.00元	不计成本/计入费用类	清水烧开/开水	100%	0.00元	1500克	0.00元	
	500g长舟加碘盐	长舟	湖北	白沙洲	260224	0.65元/袋	500克/袋 25公斤/袋	0.65元	成品调料/含盐量96.9%	食盐	100%	0.65元	15克	0.02元	
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	260224	15.40元/袋	2000克/袋	3.85元	成品调料/谷氨99.9%	味精	100%	3.85元	10克	0.08元	
	250g鼎鼎白胡椒粉	鼎鼎	武汉	批发市场	260224	19.22元/袋	250克/袋 10袋/箱批发	38.44元	成品调料	白胡椒粉	100%	38.44元	3克	0.23元	
	小葱	—	—	菜场批发	260224	5.00元/斤	500克/斤	5.00元	去根须洗沥切葱花	小葱葱花	94%	5.30元	20.0克	0.21元	
以上原料可制作成品汤≥ <b>2000克</b> , 成品率 <b>91.6%</b> , 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 <b>2183克</b>		<b>5.47元</b>	
成品汤综合含盐量≤ <b>0.73%</b> , 含味精≤ <b>0.50%</b> , 胡椒粉≤ <b>0.15%</b> , 食油≤ <b>1.00%</b> , 固形物≥ <b>27.5%</b> , 熟花蛤≥ <b>12.5%</b>												每500克成品汤成本		<b>1.37元</b>	
备注			制作工艺简介 餐盒容积使用率为: 80%					餐盒规格	餐盒成本	实际装汤	汤品成本	成本小计	不同毛利率的汤品售价(元/盒)		
			(毫升/盒)	(元/套)	(克/盒)	(元/盒)	餐盒+汤品	毛利率70%	毛利率60%	毛利率50%					
			300圆餐盒	0.144元	240克	0.66元	<b>0.80元</b>	2.67元	2.00元	1.60元					
			450圆餐盒	0.158元	360克	0.98元	<b>1.14元</b>	3.81元	2.86元	2.28元					
			600圆餐盒	0.233元	480克	1.31元	<b>1.55元</b>	5.15元	3.86元	3.09元					
1) 花蛤(花甲)洗净; 冬瓜切3毫米厚的片; 2) 锅内下入豆油烧热, 下入姜片煸香; 下入冬瓜片煸炒; 倒入开水再煮开; 放盐、味精、白胡椒粉调味; 3) 下入花蛤后盖上锅盖焖煮3分钟, 待花蛤全部开口即可出锅, 撒入小葱花出品。 注: 可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。															



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。

### 汤品原料分类与成本占比分析↓

序号	主要原料名称	类别	成品汤成本		占比 %
			元/千克	元/斤	
1	鲜活花甲	主料	1.80元	0.90元	65.8%
2	净冬瓜小块	配料	0.47元	0.23元	17.1%
3	油姜葱盐味精等	调料	0.47元	0.23元	17.1%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			2.73元	1.37元	100%

原料进货价更新： 2026年3月1日  
满堂红菜品配方成本网出品

主要原料的成本占比  
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： **鲜活花甲**  
 主要原料毛料名称： **鲜活无沙花甲**  
 主料转制成品工艺： **冬瓜片+开水+调料+花蛤→煮汤**  
 每千克投料合计经加工后可得到成品： **916克**  
 成品率： **91.6%**

当前“鲜活花甲/花蛤”进货价： **6.00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	花甲/花蛤 进货价	花蛤冬瓜汤 汤成本	主料进货 单价系数
涨跌幅度 <b>0.50元</b>	(元/斤)	(元/斤)	0
1) 进货价下降至→	4.50元	1.14元	75%
2) 进货价下降至→	5.00元	1.22元	83%
3) 进货价下降至→	5.50元	1.29元	92%
4) 目前进货价→	<b>6.00元</b>	<b>1.37元</b>	<b>100%</b>
5) 进货价上涨至→	6.50元	1.44元	108%
6) 进货价上涨至→	7.00元	1.52元	117%
7) 进货价上涨至→	7.50元	1.59元	125%

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

## 不同规格餐盒的装汤数量（图例）

本菜品外卖餐盒装汤的容积使用率为：80%

300毫升餐盒×装汤80%=240（克）



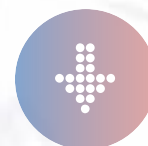
↑ 300毫升圆形餐盒  
盛装240克成品汤



450毫升餐盒×装汤80%=360（克）



↑ 450毫升圆形餐盒  
盛装360克成品汤



600毫升餐盒×装汤80%=480（克）



↑ 600毫升圆形餐盒  
盛装480克成品汤



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：汤类菜品

菜名：花蛤冬瓜汤

外卖餐盒装菜容积使用率：80%

出品：满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表：2026年2月2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	鲜活无沙花甲	鲜活花甲	0.72斤	360克	1.08斤	540克	1.44斤	720克	——	——	——	——	——	——
配料	无籽冬瓜块	净冬瓜小块	0.72斤	360克	1.08斤	540克	1.44斤	720克	——	——	——	——	——	——
调料	5L元宝大豆油	大豆油	0.05斤	24克	0.07斤	36克	0.10斤	48克	——	——	——	——	——	——
	老生姜	生姜菱形片	0.04斤	18克	0.05斤	27克	0.07斤	36克	——	——	——	——	——	——
	清水/开水	清水烧开/开水	3.60斤	1800克	5.40斤	2700克	7.20斤	3600克	——	——	——	——	——	——
	500g长舟加碘盐	食盐	0.04斤	18克	0.05斤	27克	0.07斤	36克	——	——	——	——	——	——
	2kg莲花味精	味精	0.02斤	12克	0.04斤	18克	0.05斤	24克	——	——	——	——	——	——
	250g鼎鼎白胡椒粉	白胡椒粉	0.01斤	3.6克	0.01斤	5.4克	0.01斤	7.2克	——	——	——	——	——	——
	小葱	小葱葱花	0.05斤	24克	0.07斤	36克	0.10斤	48克	——	——	——	——	——	——
合计投入净料数量→			5.24斤	2620克	7.86斤	3929克	10.48斤	5239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）→			91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	——	——	——	——	——	——
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→	2400克	成品汤→	3600克	成品汤→	4800克	——	——	——	——	——	——
	300ml圆餐盒	成品菜240克	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——	——	——	——	——
	450ml圆餐盒	成品菜360克	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——	——	——
	600ml圆餐盒	成品菜480克	——	——	——	——	可出品→	10盒	——	——	——	——	——	——



菜品标准配方成本卡

表-3 速算配方表（2） 按实际制作成品汤（整数）数量编制的原料净料配方

类别：汤类菜品

菜名：花蛤冬瓜汤

外卖餐盒装菜容积使用率：80%

出品：满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表：2026年2月2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	投入原料 净料名称	成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材		成品汤需要食材	
	原料名称		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	鲜活无沙花甲	鲜活花甲	0.15斤	75克	0.30斤	150克	0.75斤	375克	1.50斤	750克	2.25斤	1125克	3.00斤	1500克
配料	无籽冬瓜块	净冬瓜小块	0.15斤	75克	0.30斤	150克	0.75斤	375克	1.50斤	750克	2.25斤	1125克	3.00斤	1500克
调料	5L元宝大豆油	大豆油	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
	老生姜	生姜菱形片	0.01斤	3.8克	0.02斤	7.5克	0.04斤	19克	0.08斤	38克	0.11斤	56克	0.15斤	75克
	清水/开水	清水烧开/开水	0.75斤	375克	1.50斤	750克	3.75斤	1875克	7.50斤	3750克	11.25斤	5625克	15.00斤	7500克
	500g长舟加碘盐	食盐	0.01斤	3.8克	0.02斤	7.5克	0.04斤	19克	0.08斤	38克	0.11斤	56克	0.15斤	75克
	2kg莲花味精	味精	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
	250g鼎鼎白胡椒粉	白胡椒粉	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
	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
合计投入净料数量→			1.09斤	546克	2.18斤	1092克	5.46斤	2729克	10.92斤	5458克	16.37斤	8186克	21.83斤	10915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）→			91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%	91.6%
出品数量	使用餐盒规格	实际装汤质量	成品汤→	500克	成品汤→	1000克	成品汤→	2500克	成品汤→	5000克	成品汤→	7500克	成品汤→	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

➤ 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](http://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](http://m.mth517777.com)

[www.mth517777.com](http://www.mth517777.com)

[m.mth517777.com](http://m.mth517777.com)



## 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。

