

# SOP 菜品标准配方成本卡

**类别** 年菜腊味/腌腊味

**名称** 腌制刀板香咸肉

**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

# 目 录

## 腌制刀板香咸肉

工艺简介 ……第3页

《成本卡》……第4页

主料进货单价上涨或降价与成本的变化……第5页

用于“批量生产”的六种不同投料配方……第6页

版权声明 ……第7页



# 腌制刀板香咸肉



## 工艺简介:

- 1) 选肉: 选用精品带皮五花肉(一刀五花), 改刀成6-8厘米宽的长条状, 在肉的一头用尖刀插入一道口, 便于栓绳晾晒;
- 2) 洗肉: 将五花肉放入盆内, 用高度白酒将猪肉表面清洗、揉捏后晾干, 入盆备用(10斤肉用3两酒);
- 3) 炒盐: 将食盐倒入炒锅内翻炒至热, 关火后倒入花椒粒、八角、香叶翻炒, 盖上锅盖稍焖即成“香料盐”、放凉;
- 4) 腌制: 用香料盐将猪肉外表揉搓抹匀, 放入盆中, 上面压重物(石块等)腌制半个月, 中途将肉块上下翻动2-3次;
- 5) 漂洗风干: 将腌制的猪肉放入清水盆漂洗表面盐分, 沥水晾干; 再放置通风阴凉处, 风干5-7天即可。

注1: 每10斤5000克猪肉用食盐6两300克, 比家常腌腊肉的含盐量高出一倍, 因此将腌制的猪肉漂洗后可去除部分盐分;

注2: 每10斤生猪肉可腌制成成品咸肉(腊肉)约7.6斤, 入开水煮30分钟熟后晾凉称重约7.45斤。

**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: 腌腊味


菜名: 腌制刀板香咸肉

出品: 满堂红菜品配方成本网

制作: 杨巍

日期: 2025年1月9日

食材进货询价更新: 2025年12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   | 鲜带皮精品五花肉  | ——   | ——  | 鲜肉批发 | 251122 | 13.00元/斤 | 500克/斤  | 做腊肉专用     | 13.00元    | 腌肉用2-3斤/条  | 精品五花肉  | 100% | 13.00元                  | 10000克 | 260.00元        |
|  | 5L-68°高粱酒   | 醉老宁城 | 内蒙古 | 拼多多  | 251125 | 34.10元/桶 | 4450克/桶 | 约890克/升   | 4.31元     | 68°高粱酒   | 68°高粱酒 | 100% | 4.31元                   | 300克   | 2.58元          |
| 调料   | 500g长舟加碘盐   | 长舟   | 湖北  | 白沙洲  | 251125 | 0.70元/袋  | 500克/袋  | 60袋/件     | 0.70元     | 成品调料/含盐量96.9%  | 食盐     | 100% | 0.70元                   | 600克   | 0.84元          |
|  | 汉源大红袍花椒   | 福小兵  | 四川  | 淘宝   | 251125 | 73.80元/斤 | 500克/斤  | 约24000颗/斤 | 73.80元    | 成品干制调料   | 净红花椒粒  | 100% | 73.80元                  | 10克    | 1.48元          |
|  | 香料:八角   | 福小兵  | 广西  | 淘宝   | 251125 | 20.80元/斤 | 500克/斤  | 约300颗/斤   | 20.80元    | 成品干制原料   | 八角     | 100% | 20.80元                  | 10克    | 0.42元          |
|  | 香料:香叶/月桂叶   | 福小兵  | 安徽  | 淘宝   | 251125 | 24.80元/斤 | 500克/斤  |           | 24.80元    | 成品干制原料   | 香叶     | 100% | 24.80元                  | 5.0克   | 0.25元          |
| 经腌制晾晒后可得成品腊肉 $\geq$ <b>7650克</b> , 成品率 <b>76.5%</b> 计算式: 成品率 = 成品菜质量 ÷ 主、配、调料净料投料合计 × 100% |   |      |     |      |        |          |         |           |           |  |        |      | 猪肉投料 <b>10000克</b>      |        | <b>265.56元</b> |
| 成品腌制刀板香咸肉含盐量 $\leq$ <b>3.00%</b>   |   |      |     |      |        |          |         |           |           |  |        |      | 每500克成品成本 <b>17.36元</b> |        |                |
| 备注   |  |      |     |      |        |          |         |           |           | <p><b>制作工艺简介</b> 注: 可参考各网络平台介绍的同类菜品“视频”制作法。</p> <p>1) 选肉: 选用精品带皮五花肉(一刀五花), 改刀成6-8厘米宽的长条状, 在肉的一头用尖刀插入一道口, 便于栓绳晾晒;</p> <p>2) 洗肉: 将五花肉放入盆内, 用高度白酒将猪肉表面清洗、揉捏后晾干, 入盆备用(10斤肉用3两酒);</p> <p>3) 炒盐: 将食盐倒入炒锅内翻炒至热, 关火后倒入花椒粒、八角、香叶翻炒, 盖上锅盖稍焖即成“香料盐”、放凉;</p> <p>4) 腌制: 用香料盐将猪肉外表揉搓抹匀, 放入盆中, 上面压重物(石块等)腌制半个月, 中途将肉块上下翻动2-3次;</p> <p>5) 漂洗风干: 将腌制的猪肉放入清水盆漂洗表面盐分, 沥水晾干; 再放置通风阴凉处, 风干5-7天即可。</p> <p>注1: 每10斤5000克猪肉用食盐6两300克, 比家常腌腊肉的含盐量高出一倍, 因此将腌制的猪肉漂洗后可去除部分盐分;</p> <p>注2: 每10斤生猪肉可腌制成成品咸肉(腊肉)约7.6斤, 入开水煮30分钟熟后晾凉称重约7.45斤。</p> |        |      |                         |        |                |



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 | 成品菜成本  |        | 占比%   |
|----|--------|----|--------|--------|-------|
|    |        |    | 元/千克   | 元/斤    |       |
| 1  | 精品五花肉  | 主料 | 33.99元 | 16.99元 | 97.9% |
| 2  | ——     | 配料 | 0.00元  | 0.00元  | 0.0%  |
| 3  | 调料     | 调料 | 0.73元  | 0.36元  | 2.1%  |
| 4  | ——     | 其它 | 0.00元  | 0.00元  | 0.0%  |
| 合计 |        |    | 34.71元 | 17.36元 | 100%  |

原料进货价更新：2025年12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：精品五花肉  
主要原料毛料名称：鲜带皮精品五花肉  
主料转制成品工艺：五花肉条+调料→腌制→晾干  
每千克投料合计经加工后可得到成品：765克  
成品率：76.5%

当前“鲜精品五花肉”进货价：13.00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         | 鲜精品五花肉单价<br>(元/斤) | 腌刀板香咸肉成本<br>(元/斤) | 主料进货单价系数    |
|------------|-------------------|-------------------|-------------|
| 涨跌幅 0.50元  |                   |                   | 0           |
| 1) 进货价下降至→ | 11.50元            | 15.40元            | 89%         |
| 2) 进货价下降至→ | 12.00元            | 16.05元            | 92%         |
| 3) 进货价下降至→ | 12.50元            | 16.70元            | 96%         |
| 4) 目前进货价→  | <b>13.00元</b>     | <b>17.36元</b>     | <b>100%</b> |
| 5) 进货价上涨至→ | 13.50元            | 18.01元            | 104%        |
| 6) 进货价上涨至→ | 14.00元            | 18.66元            | 108%        |
| 7) 进货价上涨至→ | 14.50元            | 19.32元            | 111%        |

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

菜品标准配方成本卡

表-2

速算配方表

按实际制作成品菜（整数）数量编制的原料净料配方

类别：腌腊味

菜名：腌制刀板香咸肉

出品：满堂红菜品配方成本网

菜品试验与制表：2025年1月9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<br>原料名称 | 投入原料<br>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     |
| 主料              | 鲜带皮精品五花肉     | 精品五花肉        | 1.31斤   | 654克  | 2.61斤   | 1307克 | 6.54斤   | 3268克 | 13.07斤  | 6536克 | 19.61斤  | 9804克 | 26.14斤  | 13072克 |
|                 | 5L-68°高粱酒    | 68°高粱酒       | 0.04斤   | 20克   | 0.08斤   | 39克   | 0.20斤   | 98克   | 0.39斤   | 196克  | 0.59斤   | 294克  | 0.78斤   | 392克   |
| 调料              | 500g长舟加碘盐    | 食盐           | 0.08斤   | 39克   | 0.16斤   | 78克   | 0.39斤   | 196克  | 0.78斤   | 392克  | 1.18斤   | 588克  | 1.57斤   | 784克   |
|                 | 汉源大红袍花椒      | 净红花椒粒        | 0.00斤   | 0.7克  | 0.00斤   | 1.3克  | 0.01斤   | 3.3克  | 0.01斤   | 6.5克  | 0.02斤   | 10克   | 0.03斤   | 13克    |
|                 | 香料：八角        | 八角           | 0.00斤   | 0.7克  | 0.00斤   | 1.3克  | 0.01斤   | 3.3克  | 0.01斤   | 6.5克  | 0.02斤   | 10克   | 0.03斤   | 13克    |
|                 | 香料：香叶/月桂叶    | 香叶           | 0.00斤   | 0.3克  | 0.00斤   | 0.7克  | 0.00斤   | 1.6克  | 0.01斤   | 3.3克  | 0.01斤   | 4.9克  | 0.01斤   | 6.5克   |
| 投入净料（不含调料）→     |              |              | 1.31斤   | 654克  | 2.61斤   | 1307克 | 6.54斤   | 3268克 | 13.07斤  | 6536克 | 19.61斤  | 9804克 | 26.14斤  | 13072克 |
| 实际得到成品刀板香咸肉→    |              |              | 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）→ |              |              | 76.5%   | 76.5% | 76.5%   | 76.5% | 76.5%   | 76.5% | 76.5%   | 76.5% | 76.5%   | 76.5% | 76.5%   | 76.5%  |

- 1) 选肉：选用精品带皮五花肉（一刀五花），改刀成6-8厘米宽的长条状，在肉的一头用尖刀插入一道口，便于栓绳晾晒；
- 2) 洗肉：将五花肉放入盆内，用高度白酒将猪肉表面清洗、揉捏后晾干，入盆备用（10斤肉用3两酒）；
- 3) 炒盐：将食盐倒入炒锅内翻炒至热，关火后倒入花椒粒、八角、香叶翻炒，盖上锅盖稍焖即成“香料盐”、放凉；
- 4) 腌制：用香料盐将猪肉外表揉搓抹匀，放入盆中，上面压重物（石块等）腌制半个月，中途将肉块上下翻动2-3次；
- 5) 漂洗风干：将腌制的猪肉放入清水盆漂洗表面盐分，沥水晾干；再放置通风阴凉处，风干5-7天即可。

注1：每10斤5000克猪肉用食盐6两300克，比家常腌腊肉的含盐量高出一倍，因此将腌制的猪肉漂洗后可去除部分盐分；

注2：每10斤生猪肉可腌制成成品咸肉（腊肉）约7.6斤，入开水煮30分钟熟后晾凉称重约7.45斤。



## 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。

