

SOP 菜品标准配方成本卡

类别 年菜腊味/腌腊味

名称 腌（五花）腊肉

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（五花）腊肉

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



腌（五花）腊肉 试验工作图



IMG_20211210_085347



IMG_20211210_085406炒盐



IMG_20211211_080655



IMG_20211211_080656



IMG_20211214_092842



IMG_20211220_073525



IMG_20220103_095917



IMG_20220103_100620



IMG_20220103_123150



IMG_20220103_123235



腌（五花）腊肉

工艺简介：

腌制腊肉的季节，宜选择每年农历冬至至立春之间。

1) 将带皮五花肉改刀成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、或穿钩晾晒；

2) 按五花肉重量的3%准备食盐（即10斤肉3两盐）；按1%准备味精（即10斤肉1两味精，尽量购买粉状味精、或者将颗粒味精用粉碎机/破壁机打成粉状，不喜好味精者可不添加）；按五花肉重量的3%准备56°以上的高度白酒；花椒粒、八角、香叶等不宜放多（可按配方配制）；

3) 将食盐倒入炒锅内翻炒至热，关火后倒入花椒粒、八角、香叶煸炒后盖上锅盖稍焖即成“香料盐”，腌腊肉使用前兑上味精粉。

4) 将改刀后的五花肉放入盆内，倒入高度白酒，将猪肉表面清洗、揉捏后晾干，入盆内备用；再将炒好的全部“香料盐”倒入装肉的盆内，用香料盐揉搓、裹匀猪肉表面；完成后将盆内猪肉表面盖上一层保鲜膜，最好压上重物（大石头、砧板等），每天需上下翻动一次，腌制7-10天后即可取出、晾晒。

注①：如果天气气温较高，可将猪肉放入塑料袋、入保鲜冰箱内腌制；若腌制时间较短，则腊肉会缺乏“腊”味。

6) 腌制完成后取出悬挂在通风、遮雨场地，风干5-7天即成完美腊肉。



➤腌腊鱼是冬季腌制菜品——其他季节仅供参考。

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：腌腊味 菜名：腌（五花）腊肉

出品：满堂红菜品配方成本网 制作：杨巍

日期：2021年1月5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	鲜带皮五花肉	——	——	鲜肉批发	251122	11.00元/斤	500 克/斤		11.00元	改刀成6-8厘米宽条状	带皮五花肉	100%	11.00元	10000克	220.00元
	210105测试↑：购鲜带皮五花肉10000克/20斤，改刀成6-8厘米宽条状，加盐等调料腌制7天，晾晒7天后称重7642克，腊肉成品率76.4%；蒸煮后成品率97.6%														
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	300克	0.42元
	210105测试↑：每10斤/5000克五花肉、放0.3斤/3两/150克食盐；食盐重量相当于五花肉的3.0%。														
	2kg莲花味精	莲花	河南周口	白沙洲	251125	16.40元/袋	2000 克/袋		4.10元	成品调料/谷氨99.9%	味精打成粉	100%	4.10元	100克	0.82元
	210105测试↑：每10斤/5000克五花肉、放0.1斤/1两/50克味精（打成粉状）；味精重量相当于五花肉的1.0%。														
	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
	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≥ 7642克，成品率 76.4% 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	10000克	225.96元
成品晾干腌腊肉综合含盐量≤ 3.80%，含味精≤ 1.31%													每500克成品腊肉成本	14.78元	
备注	制作工艺简介														
	<p>1) 将带皮五花肉改刀成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、或穿钩晾晒；</p> <p>2) 按五花肉重量的3%准备食盐（即10斤肉3两盐）；按1%准备味精（即10斤肉1两味精，尽量购买粉状味精、或者将颗粒味精用粉碎机/破壁机打成粉状，不喜好吃味精者可不添加）；按五花肉重量的3%准备56°以上的高度白酒；花椒粒、八角、香叶等不宜放多（可按以上配方配制）。</p> <p>3) 将食盐倒入炒锅内翻炒至热，关火后倒入花椒粒、八角、香叶煸炒后盖上锅盖稍焖即成“香料盐”，腌腊肉使用前兑上味精粉（不喜好吃味精者可不放）。</p> <p>4) 将改刀后的五花肉放入盆内，倒入高度白酒，将猪肉表面清洗、揉捏后晾干，入盆内备用；再将炒好的全部“香料盐”倒入装肉的盆内，用香料盐揉搓、裹匀猪肉表面；完成后将盆内猪肉表面盖上一层保鲜膜，最好压上重物（大石头、砧板等），每天需上下翻动一次，腌制7-10天后即可取出、晾晒。</p> <p>注①：如果天气气温较高，可将猪肉放入塑料袋、入保鲜冰箱内腌制；若腌制时间较短，则腊肉会缺乏“腊”味。</p> <p>5) 腌制完成后取出悬挂在通风、遮雨场地，风干5-7天即成完美腊肉。</p>														



➤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
m.mth517777.com



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	带皮五花肉	主料	28.79元	14.39元	97.4%
2	——	配料	0.00元	0.00元	0.0%
3	盐+味精+香料	调料	0.78元	0.39元	2.6%
4	——	其它	0.00元	0.00元	0.0%
合计			29.57元	14.78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：带皮五花肉
主要原料毛料名称：鲜带皮五花肉
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：764克
成品率：76.4%

当前“鲜带皮五花肉”进货价：11.00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	鲜带皮五花肉单价 (元/斤)	腌五花肉腊肉成本 (元/斤)	主料进货单价系数
涨跌幅 0.50元			0
1) 进货价下降至→	9.50元	12.82元	87%
2) 进货价下降至→	10.00元	13.48元	91%
3) 进货价下降至→	10.50元	14.13元	96%
4) 目前进货价→	11.00元	14.78元	100%
5) 进货价上涨至→	11.50元	15.44元	104%
6) 进货价上涨至→	12.00元	16.09元	109%
7) 进货价上涨至→	12.50元	16.75元	113%

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-4 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：腌腊味 菜名：腌（五花）腊肉 外卖餐盒装菜容积使用率：40% 出品：满堂红菜品配方成本网 制表：杨巍 更新：2023年3月1日

类别	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	
	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	鲜带皮五花肉	带皮五花肉	1.31斤	654克	2.62斤	1309克	6.54斤	3271克	13.09斤	6543克	19.63斤	9814克	26.17斤	13086克
调料	500g云鹤食盐	食盐	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	0.79斤	393克
	2kg莲花味精	味精打成粉	0.01斤	6.5克	0.03斤	13克	0.07斤	33克	0.13斤	65克	0.20斤	98克	0.26斤	131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	0.79斤	393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
合计投入猪肉数量/不含调料→			1.31斤	654克	2.62斤	1309克	6.54斤	3271克	13.09斤	6543克	19.63斤	9814克	26.17斤	13086克
实际得到成品腊肉数量→			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）→			76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%	76.4%

备注

- 1) 将带皮五花肉改刀成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、或穿钩晾晒；
 - 2) 按五花肉重量的3%准备食盐（即10斤肉3两盐）；按1%准备味精（即10斤肉1两味精，尽量购买粉状味精、或者将颗粒味精用粉碎机/破壁机打成粉状，不喜好味精者可不添加）；按五花肉重量的3%准备56°以上的高度白酒；花椒粒、八角、香叶等不宜放多（可按以上配方配制）。
 - 3) 将食盐倒入炒锅内翻炒至热，关火后倒入花椒粒、八角、香叶煸炒后盖上锅盖稍焖即成“香料盐”，腌腊肉使用前兑上味精粉（不喜好味精者可不放）。
 - 4) 将改刀后的五花肉放入盆内，倒入高度白酒，将猪肉表面清洗、揉捏后晾干，入盆内备用；再将炒好的全部“香料盐”倒入装肉的盆内，用香料盐揉搓、裹匀猪肉表面；完成后将盆内猪肉表面盖上一层保鲜膜，最好压上重物（大石头、砧板等），每天需上下翻动一次，腌制7-10天后即可取出、晾晒。
- 注①：如果天气气温较高，可将猪肉放入塑料袋、入保鲜冰箱内腌制；若腌制时间较短，则腊肉会缺乏“腊”味。

750毫升餐盒×装餐40%=300（克）



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。

