

# SOP 菜品标准配方成本卡

**类别** 年菜腊味/腌腊味

**名称** 腌制海派酱油肉

**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

## 腌制海派酱油肉

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



# 腌制海派酱油肉 试验工作图



IMG\_20211019\_083058



IMG\_20211019\_085402



IMG\_20211019\_085937



IMG\_20211019\_090041



IMG\_20211019\_090141



IMG\_20211019\_090234



IMG\_20211019\_090428



IMG\_20211019\_090712



IMG\_20211019\_090923



IMG\_20211019\_091046



IMG\_20211019\_091200



IMG\_20211019\_091912



IMG\_20211021\_083440



IMG\_20211024\_130817



IMG\_20211024\_132205



IMG\_20211024\_132536



IMG\_20211024\_143136



IMG\_20211024\_160933



**实测盐度**  
酱油汁含盐量5.05%

# 腌制海派酱油肉



## 工艺简介:

酱油肉可一年四季腌制，夏天腌制时需放入保鲜冰箱内。

- 1) 调制腌料：将清水倒入锅内，下入食盐、八角、桂皮（掰成小块）、香叶、花椒粒、冰糖、东古一品鲜酱油、海天生抽和带皮姜片，大火烧开、小火焖煮约3-5分钟（蒸发掉所加入的清水重量），关火晾凉后放入高度酒即成；
- 2) 将改刀后猪肉放入腌料容器内拌匀、加盖腌制3天，期间每天需上下翻动一次；
- 3) 取出腌肉穿绳、吊挂沥水后自然风干3天即成；每千克鲜五花肉经腌制、晾晒后可得到成品酱油肉821克；成品可放入保鲜袋内冷冻保存。
- 4) 食用时将肉块蒸制40分钟，取出后切片食用，或配上其它食材烹食；每千克鲜五花肉腌制的酱油肉蒸熟后晾凉称重736克。

注：可将调料白砂糖替换成“木糖醇”，所腌制酱油肉也可供“高糖”人士食用。

**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: 腌制海派酱油肉

出品: 满堂红菜品配方成本网 制作: 杨巍

日期: 2021年10月19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5厘米宽长条	带皮五花肉大条	100%	11.00元	1000克	22.00元
	211019-1024测试: 选购鲜带皮五花肉1000克, 改刀成宽5厘米的条状, 加调料拌匀后(入保鲜冰箱)腌制3天, 期间上下翻动三次; 第4天取出穿绳、吊挂沥水后吹风、晾晒, 至第6天即成; 成品肉质半干, 成品821克, 成品率82.1%; 注: 晾晒期间为晴天, 日均气温10-18℃。														
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	16克	0.02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	2.5克	0.10元
	香料: 带皮肉桂皮	福小兵	广西	淘宝	251125	9.66元/斤	500 克/斤		9.66元	成品干制原料	桂皮	100%	9.66元	2.0克	0.04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	1.0克	0.05元
	干青花椒粒	福小兵	四川雅安	淘宝	251125	20.80元/斤	500 克/斤 约22000颗/斤		20.80元	成品干制调料	净青花椒粒	100%	20.80元	1.0克	0.04元
	单晶颗粒冰糖	馋小玥	河北	批发市场	251125	20.80元/袋	2500 克/袋 中粒5斤/袋起售包邮		4.16元	成品调料/甜度100	净冰糖	100%	4.16元	16克	0.13元
	5L东古一品鲜酱油	东古	广东江门	拼多多	251125	60.00元/桶	5000 毫升/桶 约1150克/升		5.22元	成品调料/含盐量16.6%	东古酱油	100%	5.22元	20克	0.21元
	4.9L海天金标生抽	海天	佛山	拼多多	251125	47.75元/桶	4900 毫升/桶 约1150克/升		4.24元	成品调料/含盐量16.7%	海天生抽	100%	4.24元	120克	1.02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	高度高粱酒	100%	4.31元	16克	0.14元
	老生姜	散装	—	批发市场	251125	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	15克	0.19元
清水	—	自备	—	—	0.00元/斤	500 克/斤		0.00元	不计成本/计入费用类	清水	100%	0.00元	100克	0.00元	
以上原料可制作成品菜≥ <b>821克</b> , 成品率 <b>62.7%</b> , 其中鲜五花肉腌制成酱油肉成品率为 <b>82.1%</b>													投料合计	<b>1310克</b>	<b>23.95元</b>
腌制调料汁含盐量≤ <b>4.73%</b>													每500克成品菜成本		<b>14.58元</b>
备注	<b>制作工艺简介</b>														
		1) 调制腌料: 将清水倒入锅内, 下入食盐、八角、桂皮(掰成小块)、香叶、花椒粒、冰糖、东古一品鲜酱油、海天生抽和带皮姜片, 大火烧开, 小火焖煮约3-5分钟(蒸发掉所加入的清水重量), 关火晾凉后放入高度酒即成; 2) 将改刀后的猪肉放入腌料容器内拌匀、加盖腌制2天, 期间每天需上下翻动一次; 3) 取出腌肉穿绳、吊挂沥水后自然风干3天即成; 每千克鲜五花肉经腌制、晾晒后可得到成品酱油肉821克; 成品可放入保鲜袋内冷冻保存。 4) 食用时将肉块蒸制30分钟, 取出后切片食用, 或配上其它食材烹食; 每千克鲜五花肉腌制的酱油肉蒸熟后晾凉称重736克。 注: 可将调料白砂糖替换成“木糖醇”, 所腌制酱油肉也可供“高糖”人士食用。 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。

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	带皮五花肉大条	主料	26.80元	13.40元	91.9%
2	——	配料	0.00元	0.00元	0.0%
3	盐+香料+酱油等	调料	2.37元	1.19元	8.1%
4	——	其它	0.00元	——	0.0%
<b>合计</b>			<b>29.17元</b>	<b>14.58元</b>	<b>100%</b>

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：**带皮五花肉大条**  
 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+调料→腌制→晾晒**  
 每千克投料合计经加工后可得到成品：**627克**  
 成品率：**62.7%**

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 进货价 (元/斤)	腌制酱油肉 成品成本 (元/斤)	主料进货 单价系数
涨跌幅度 <b>1.00元</b>			0
1) 进货价下降至→	8.00元	10.93元	73%
2) 进货价下降至→	9.00元	12.15元	82%
3) 进货价下降至→	10.00元	13.37元	91%
4) 目前进货价→	<b>11.00元</b>	<b>14.58元</b>	<b>100%</b>
5) 进货价上涨至→	12.00元	15.80元	109%
6) 进货价上涨至→	13.00元	17.02元	118%
7) 进货价上涨至→	14.00元	18.24元	127%

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（整数）数量编制的原料净料配方

类别：腌腊味

菜名：腌制海派酱油肉

出品：满堂红菜品配方成本网

食材进货询价更新：2024年12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	带皮五花肉大条	1.22斤	609克	2.44斤	1218克	6.09斤	3045克	12.18斤	6090克	18.27斤	9135克	24.36斤	12180克
调料	500g长舟加碘盐	食盐	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.10斤	49克	0.19斤	97克	0.29斤	146克	0.39斤	195克
	香料：八角	八角	0.00斤	1.5克	0.01斤	3.0克	0.02斤	8克	0.03斤	15克	0.05斤	23克	0.06斤	30克
	香料：肉桂皮	桂皮	0.00斤	1.2克	0.00斤	2.4克	0.01斤	6.1克	0.02斤	12克	0.04斤	18克	0.05斤	24克
	香料：香叶/月桂叶	香叶	0.00斤	0.6克	0.00斤	1.2克	0.01斤	3.0克	0.01斤	6.1克	0.02斤	9.1克	0.02斤	12克
	干青花椒粒	净青花椒粒	0.00斤	0.6克	0.00斤	1.2克	0.01斤	3.0克	0.01斤	6.1克	0.02斤	9.1克	0.02斤	12克
	单晶颗粒冰糖	净冰糖	0.02斤	10克	0.04斤	19克	0.10斤	49克	0.19斤	97克	0.29斤	146克	0.39斤	195克
	5L东古一品鲜酱油	东古酱油	0.02斤	12克	0.05斤	24克	0.12斤	61克	0.24斤	122克	0.37斤	183克	0.49斤	244克
	4.9L海天金标生抽	海天生抽	0.15斤	73克	0.29斤	146克	0.73斤	365克	1.46斤	731克	2.19斤	1096克	2.92斤	1462克
	5L-68° 高粱酒	高度高粱酒	0.02斤	9.7克	0.04斤	19克	0.10斤	49克	0.19斤	97克	0.29斤	146克	0.39斤	195克
	老生姜	带皮姜片	0.02斤	9.1克	0.04斤	18克	0.09斤	46克	0.18斤	91克	0.27斤	137克	0.37斤	183克
	清水	清水	0.12斤	61克	0.24斤	122克	0.61斤	305克	1.22斤	609克	1.83斤	914克	2.44斤	1218克
	合计投入净料数量→			1.60斤	798克	3.19斤	1595克	7.98斤	3988克	15.95斤	7975克	23.93斤	11963克	31.90斤
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）→			62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%	62.7%

1) 调制腌料：将清水倒入锅内，下入食盐、八角、桂皮（掰成小块）、香叶、花椒粒、冰糖、东古一品鲜酱油、海天生抽和带皮姜片，大火烧开、小火焖煮约3-5分钟（蒸发掉所加入的清水重量），关火晾凉后放入高度酒即成；  
 2) 将改刀后的猪肉放入腌料容器内拌匀、加盖腌制3天，期间每天需上下翻动一次；  
 3) 取出腌肉穿绳、吊挂沥水后自然风干3天即成；每千克鲜五花肉经腌制、晾晒后可得到成品酱油肉821克；成品可放入保鲜袋内冷冻保存。  
 4) 食用时将肉块蒸制40分钟，取出后切片食用，或配上其它食材烹食；每千克鲜五花肉腌制的酱油肉蒸熟后晾凉称重736克。  
 注：可将调料白砂糖替换成“木糖醇”，所腌制酱油肉也可供“高糖”人士食用。



## 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。

