CULIQUIZ
JOUW CULINAIRE KENNIS

hop Mede mogelijk gemaakt door het Horeca Ontwikkel Platform

CULIQUIZ PROEFTUIN HORECA · REFERENTIEDOSSIER

Module 3 van 15

Kostprijsberekening en kostprijsfiche

Foodcost, marges en de kostprijsfiche in de praktijk

DOELGROEP
Keuken, bediening en leidinggevenden, mbo 2 t/m 4

NIVEAU
Basis tot gevorderd

STUDIELAST
Circa 2,5 uur

HOP-DOELSTELLING
2d Opleiding en scholing

CAMPAGNE IN DE APP
Kostprijsfiche & Berekening

VERSIE
September 2026

Dit dossier hoort bij het HOP-project CuliQuiz Proeftuin Horeca (aanvraag 2512-0343, penvoerder Tuindorphotel 't Lansink, uitvoering CuliQuiz B.V.). Het beschrijft de leerdoelen, de kerninhoud en tien voorbeeldvragen van deze module, zodat opleiders en de sector kunnen zien wat er is ontwikkeld. De volledige interactieve module is gratis speelbaar in de CuliQuiz-app tot en met 31 augustus 2027.

CULIQUIZ
JOUW CULINAIRE KENNIS

In het kort

Een kostprijsfiche legt voor één gerecht alle ingrediënten, hoeveelheden, inkoopprijzen en de kostprijs per portie vast. Zonder fiche kook je financieel in het donker: je weet niet wat een gerecht kost, of de verkoopprijs klopt en waar je geld verliest. Deze module leert de deelnemer een fiche opbouwen, verliezen meerekenen, een verkoopprijs bepalen en de fiches actueel houden.

Waarom deze module

Kleine rekenfouten kosten dagelijks geld. Wie het kookverlies van een ribeye vergeet, onderschat de kostprijs met €1,40 per portie; bij 80 couverts per dag is dat €112 per dag. Wie de fiche na een prijsstijging niet bijwerkt, ziet zijn marge ongemerkt dalen. Rekenen met yield, eenheden en food cost hoort daarom bij het basisvakmanschap van elke keuken.

Voor wie

Koks, souschefs en aankomend leidinggevenden die recepten omzetten in kostprijs en menuprijs, en bedienend personeel dat wil begrijpen hoe een verkoopprijs tot stand komt. Geen voorkennis nodig, wel rekenvaardigheid op mbo-niveau.

Leerdoelen

Na het doorlopen van deze module kan de deelnemer:

1. Uitleggen wat een kostprijsfiche is en welke onderdelen er altijd in staan.
2. Berekenen wat een ingrediënt kost met de omrekenformule (gebruikte hoeveelheid gedeeld door inkoopeenheid, maal inkoopprijs).
3. Herkennen van de drie verliestypen: bewerkingsverlies, kookverlies en portioneringsverlies.
4. Berekenen van het yield-percentage, de werkelijke kostprijs per bruikbare kilo en het benodigde inkoopgewicht.
5. Berekenen van de kostprijs per portie, het food cost percentage en de marge in euro's en procenten.
6. Toepassen van de cost-plus methode om een minimale verkoopprijs te bepalen en uitleggen waarom de markt de uiteindelijke prijs bepaalt.
7. Benoemen wanneer een fiche moet worden bijgewerkt en hoe een beheersysteem met centrale opslag, versiebeheer en één verantwoordelijke werkt.
8. Herkennen van veelgemaakte fouten in kostprijsfiches en de bijbehorende oplossing.

Plek in het HOP-programma. Module 3 is de financiële basis van de proeftuin. Waar andere modules gaan over gastvrijheid, product en techniek, leert deze module de deelnemer rekenen aan wat er op het bord ligt. De kennis komt terug bij menusamenstelling, inkoop en het aansturen van een keuken.

Kengetallen

Leerboek	5 hoofdstukken, met kennischecks, eindoverzicht van 20 gouden regels en woordenlijst
Hoofdstukken	Grondbeginselen · De kostprijsfiche opbouwen · Shrinkage, yield en bewerkingsverliezen · Van kostprijs naar verkoopprijs · Standaardisatie en beheer
Vraagvormen	Juist of onjuist, meerkeuze, meervoudig correct, sorteren
Afronding	Badge "Kostprijsberekening en kostprijsfiche" in de CuliQuiz-app na het voltooien van alle spelsjablonen van de campagne
Toegang	Gratis voor young professionals, opleidingen en horecabedrijven tot en met 31 augustus 2027, zonder paywall of upsell

Kerninhoud

Samenvatting van het leerboek per hoofdstuk. Het volledige leerboek staat op culiquiz.nl/hop.

1 Grondbeginselen: wat is een kostprijsfiche en waarom is hij onmisbaar?

- Een kostprijsfiche is een gestandaardiseerd document met per gerecht: ingrediënten, netto en bruto hoeveelheden, inkoopprijs per eenheid, totale receptkosten, aantal porties, kostprijs per portie, verkoopprijs, food cost % en marge.
- Het doel is drieledig: financiële controle, kwaliteitsconsistentie (elke portie gelijk) en inkoopaansturing.
- Food cost % = kostprijs per portie ÷ verkoopprijs × 100. Marge = verkoopprijs min kostprijs per portie.
- Voorbeeld Spaghetti Bolognese: €8,15 ingrediëntkosten voor 4 porties geeft €2,04 per portie; bij €18,50 verkoopprijs is de food cost 11,0%.

2 De kostprijsfiche opbouwen

- Standaardiseer eerst het recept: vast aantal porties, alles in gram of ml, nooit "een scheutje".
- Bereken altijd voor 4, 6, 8, 10 of 20 porties; een fiche voor 1 portie geeft te grote afrondingsfouten.
- Vergeet kleine ingrediënten niet: specerijen en kruiden krijgen een p.m.-post (pro memorie) van €0,10 tot €0,25 per portie. Verpakking telt mee bij takeaway.
- Omrekenformule: kosten = (gebruikte hoeveelheid ÷ inkoopeenheid) × inkoopprijs. Voorbeeld: 250 g kipfilet uit 1 kg à €7,20 kost €1,80.

3 Shrinkage, yield en bewerkingsverliezen

- Drie verliestypen: bewerkingsverlies (schillen, snijden, ontbenen), kookverlies of shrinkage (vochtverlies bij verhitten) en portioneringsverlies (restjes bij het snijden in gelijke stukken).
- Yield % = netto bruikbaar gewicht ÷ bruto inkoopgewicht × 100. Voorbeeld: 1 kg broccoli levert 680 g op, yield 68%.
- Werkelijke kostprijs per kg = inkoopprijs per kg ÷ yield %. Kipfilet à €7,20 met yield 90% kost werkelijk €8,00 per bruikbare kg.
- Benodigd inkoopgewicht = gewenst nettogewicht ÷ yield %. Voor 200 g gegaarde ribeye met 20% kookverlies portioneer je 250 g rauw.

4 Van kostprijs naar verkoopprijs

- Food cost (28 tot 35% van de omzet) is maar één kostenpost; personeel (25 tot 35%), huisvesting, energie, marketing en afschrijvingen komen erbij. Een gezond restaurant houdt na alle kosten 10 tot 20% netto winst over.
- Cost-plus: verkoopprijs = kostprijs per portie ÷ gewenste food cost %. Voorbeeld: €4,80 ÷ 0,30 = €16,00.
- Richtlijnen per gerechttype: pasta 18 tot 25%, vlees 28 tot 35%, vis 30 tot 40%, desserts 20 tot 28%. Het zijn richtlijnen, geen normen.
- Vier prijsmethodes: cost-plus, marktprijs, waardeprijs en psychologische prijs. Cost-plus geeft de bodem; markt en positionering bepalen de uiteindelijke menuprijs.

5 Standaardisatie en beheer

- Een beheersysteem heeft vier elementen: centrale (digitale) opslag, versiebeheer met datum en versienummer, een prijsupdatecyclus en één eindverantwoordelijke.
- Update direct bij een receptwijziging, een portiewijziging of een leverancierssprijs die meer dan 5% stijgt. Controleer elk kwartaal alle fiches op actuele prijzen.
- Begin met Excel of Google Sheets; gespecialiseerde software loont bij groei of meerdere locaties.
- Veelgemaakte fouten: yield niet meenemen, kleine ingrediënten weglaten, prijzen nooit updaten, eenheden mengen en de fiche alleen in het hoofd van de chef bewaren.

Zo werkt de module in de CuliQuiz-app

De campagne Kostprijsfiche & Berekening bestaat uit negen challenges, verdeeld over drie blokken: grondbeginselen en fiche-opbouw, yield en verliezen, en verkoopprijs, marge en beheer. Elk blok begint met begrippen en regels en eindigt met rekenvragen uit de praktijk. De speler krijgt na elk antwoord direct feedback met de formule of de redenering erbij.

Campagne
Kostprijsberekening en kostprijsfiche, met HOP-logo en badge

›

Challenges
9 challenges in drie blokken, elk rond de hoofdstukken van het leerboek

›

Rondes
5 tot 15 vragen per ronde, oplopend in moeilijkheid

›

Badge
Na alle challenges: badge en certificaat

#	Challenge	Wat de speler oefent	Spelvormen
1	Basisprincipes fiche	Definitie, doel en basisregels van de kostprijsfiche	Juist of onjuist
2	Bruto, netto en fiche-onderdelen	Bruto en netto onderscheiden; wat hoort in een fiche	Sorteren (2 rondes)
3	Fiche berekeningen	Ingrediëntkosten, food cost % en marge uitrekenen	Meerkeuze
4	Verliestypen opbouwend	Bewerkings-, kook- en portioneringsverlies herkennen in de praktijk	Sorteren (3 rondes)
5	Yield-regels selecteren	Juiste uitspraken over yield, formule en kostprijsimpact kiezen	Meervoudig correct (3 rondes)
6	Yield berekening	Yield %, werkelijke kostprijs per kg en inkoopgewicht berekenen	Meerkeuze
7	Beheer-vuistregels	Wanneer je een fiche bijwerkt, opslag en passende tools	Meervoudig correct (3 rondes)
8	Food cost per categorie	Gerechten indelen in lage, middel of hoge food cost	Sorteren
9	Verkoopprijs en marge	Cost-plus, marge, btw en de rol van markt en positionering	Meerkeuze

hop

Badge en certificering
Wie alle negen challenges afrondt, verdient de badge "Kostprijsberekening en kostprijsfiche" in de CuliQuiz-app. De badge is zichtbaar in het profiel van de speler en kan als bewijs van deelname worden gebruikt in een opleiding of bij een werkgever.

Gebruik in de les en op de werkvloer

- Als warming-up: speel challenge 1 en 2 klassikaal voordat de les over kostprijs begint, zodat begrippen als bruto, netto en food cost bekend zijn.
- Als toets na de les: laat deelnemers challenge 3, 6 en 9 individueel spelen; de rekenvragen sluiten direct aan op de kennischecks in het leerboek.
- Op de werkvloer: pak het bestverkopende gerecht, maak er samen een kostprijsfiche van met het werkformulier uit hoofdstuk 5 en vergelijk de uitkomst met de richtlijnen uit challenge 8.
- Als battle: laat klassen of keukenteams strijden om de hoogste score op challenge 4 en 5, de verliestypen en yield-regels.

Tien voorbeeldvragen

Een representatieve selectie uit de vragenset van deze module, met het juiste antwoord en de uitleg die de speler in de app te zien krijgt. De volledige interactieve vraagset blijft exclusief beschikbaar in de CuliQuiz-omgeving.

1 MEERKEUZE

Je recept voor tomatensoep kost in totaal €12,60 aan ingrediënten en levert 6 porties. Wat is de kostprijs per portie?

A. €1,80
B. €2,10
C. €2,40
D. €3,15

Uitleg: €12,60 ÷ 6 = €2,10 per portie. Dit is de basis voor alle verdere berekeningen.

2 JUIST OF ONJUIST

Kleine ingrediënten zoals specerijen hoef je niet op te nemen in de kostprijsfiche, omdat ze bijna niets kosten.

Onjuist. Kleine ingrediënten tellen op. Gebruik een p.m.-post van €0,10 tot €0,25 per portie en blijf daarin consistent.

3 MEERKEUZE

Een recept vraagt 150 ml room. De inkoop is 1 liter room voor €3,60. Wat zijn de roomkosten voor dit recept?

A. €0,36
B. €0,54
C. €0,72
D. €1,08

Uitleg: 150 ÷ 1000 × €3,60 = €0,54. Altijd (gebruikte hoeveelheid ÷ inkoopeenheid) × inkoopprijs.

4 SORTEREN

Sleep elk gewicht naar de juiste categorie, Bruto gewicht of Netto gewicht: 500 g zalm rechtstreeks van de leverancier · 350 g zalm na ontgraten en schoonmaken · 2 kg ui zoals besteld bij de leverancier · 1,5 kg ui na schillen en snijden.

Uitleg: Bruto: 500 g zalm van de leverancier en 2 kg ui zoals besteld (wat je inkoopt, vóór verwerking). Netto: 350 g zalm na schoonmaken en 1,5 kg ui na schillen (wat er in het gerecht gaat, na verwerking).

5 MEERKEUZE

Kipfilet heeft een yield van 88%. De inkoopprijs is €7,60 per kg. Wat is de werkelijke kostprijs per bruikbare kg?

A. €6,69 per kg
B. €7,60 per kg
C. €8,18 per kg
D. €8,64 per kg

Uitleg: €7,60 ÷ 0,88 = €8,64 per kg. Je betaalt meer per bruikbaar gram omdat een deel van het product verloren gaat.

6 JUIST OF ONJUIST

Een kostprijsfiche bereken je bij voorkeur voor 1 portie, zodat het overzichtelijk blijft.

Onjuist. Bereken altijd voor meerdere porties (4, 8, 10 of 20). Bij 1 portie zijn de afrondingsfouten bij kleine hoeveelheden te groot.

7 MEERVOUDIG CORRECT

Welke uitspraken over yield zijn juist? Selecteer alle juiste antwoorden.

A. Yield % = (netto bruikbaar gewicht ÷ bruto inkoopgewicht) × 100

B. Yield % is alleen relevant voor vleesproducten

C. Hoe lager de yield %, hoe hoger de werkelijke kostprijs per kg bruikbaar product

D. Benodigd inkoopgewicht = gewenst nettogewicht ÷ yield %

E. Yield % heeft geen invloed op de verkoopprijs van een gerecht

Uitleg: Yield geldt voor alle producten, ook vis, groenten en aardappelen. Een lagere yield betekent een hogere werkelijke kostprijs en dus een hogere minimale verkoopprijs.

8 MEERKEUZE

Je wilt 300 g bereid lamsvlees serveren. Het kookverlies is 25%. Hoeveel gram moet je rauw portioneren?

A. 225 g

B. 375 g

C. 400 g

D. 450 g

Uitleg: 300 ÷ (1 min 0,25) = 300 ÷ 0,75 = 400 g rauw. Na 25% kookverlies blijft 75% van het rauwe gewicht over.

9 MEERKEUZE

De kostprijs per portie is €5,60. De gewenste food cost is 28%. Wat is de minimale verkoopprijs volgens de cost-plus methode?

A. €14,00

B. €16,00

C. €18,00

D. €20,00

Uitleg: €5,60 ÷ 0,28 = €20,00. Dit is de financiële ondergrens; markt en positionering kunnen de uiteindelijke menuprijs hoger leggen.

10 SORTEREN

Sleep elk gerecht naar de gangbare food cost categorie, Laag (18 tot 25%), Middel (26 tot 32%) of Hoog (33 tot 40%): Pasta met tomatensaus · Dagschotel met kip en seizoensgroenten · Heilbotfilet op risotto · Crème brûlée · Ribeye van het rund · Kreeft uit de tank.

Uitleg: Laag: pasta met tomatensaus en crème brûlée. Middel: dagschotel met kip en ribeye van het rund. Hoog: heilbotfilet op risotto en kreeft uit de tank. Het zijn richtlijnen die per concept, regio en leverancier kunnen verschillen.

Begrippenlijst

Bewerkingsverlies · Gewichtsverlies bij het voorbereiden van ingrediënten: schillen, snijden, ontbenen.

Brutogewicht · Het gewicht van een product vóór verwerking; wat je inkoopt en afweegt bij de leverancier.

Cost-plus methode · Prijsbepaling waarbij kostprijs per portie ÷ gewenste food cost % de verkoopprijs geeft.

Food cost % · Portiekosten als percentage van de verkoopprijs; de winstgevendheidstoets van een gerecht.

Inkoopprijs · De prijs die je aan de leverancier betaalt, exclusief btw, per kg, liter of stuk.

Kookverlies (shrinkage) · Gewichtsverlies door vochtverdamping en krimp tijdens verhitting of garen.

Kostprijsfiche · Gestandaardiseerd document met alle ingrediënten, hoeveelheden, prijzen en financiële resultaten van een gerecht.

Marge (bruto) · Het verschil tussen verkoopprijs en ingrediëntkosten; wat overblijft voor overige kosten en winst.

Nettogewicht · Het bruikbare gewicht van een product na schillen, ontbenen, snijden of ontdooien.

P.m.-post · Pro memorie: een vaste opslag voor kleine, moeilijk te meten ingrediënten zoals specerijen.

Portiekosten · De totale inkoopkosten van alle ingrediënten voor één portie van een gerecht.

Portioneringsverlies · Gewichtsverlies bij het snijden van bereid product in gelijke porties.

Standaardisatie · Het vastleggen van exacte recepten met vaste hoeveelheden zodat elke portie identiek is.

Versiebeheer · Het bijhouden van wijzigingen in een fiche met datum en versienummer.

Yield % · Het percentage van een product dat bruikbaar is na verwerking: netto ÷ bruto × 100.

Verantwoording

Ontwikkeling

Inhoud ontwikkeld door het contentteam van CuliQuiz (Culinair AnnoNu) binnen CuliQuiz Proeftuin Horeca, 2026. Inhoudelijk getoetst op praktijktoepasbaarheid door de praktijkpartner Tuindorphotel 't Lansink (Lars van Galen, SVH Meesterkok).

Onderdelen van deze module

- Leerboek (docx), 5 hoofdstukken, met kennischecks, eindoverzicht van 20 gouden regels en woordenlijst
- Game content: 9 challenges met tekstmodules en microgames
- Campagne in de CuliQuiz-app, live sinds augustus 2026
- Dit referentiedossier (PDF)

Gebruik door de sector. Dit dossier mag vrij worden gedeeld en gebruikt door horecaopleidingen, brancheorganisaties en horecabedrijven. Platform, spelmechanieken, code en de volledige vraagsets blijven eigendom van CuliQuiz B.V. Vragen over inzet in een opleiding of bedrijf: info@culiquiz.nl.

CULIQUIZ
JOUW CULINAIRE KENNIS

hop
Mede mogelijk gemaakt door het Horeca Ontwikkel Platform, een initiatief van KHN, CNV en De Horecabond