新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/2

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 香蔥爆豬肉 家常肉燥 木耳炒竹筍 產銷蔬菜 海帶雞湯 水果
上將		胚芽飯 蒜味豬肉 丁香豆干 金菇鮮瓜 履歷蔬菜 竹筍雞湯 水果
統鮮		蕎麥飯 筍香豬肉柳 蕃茄豆腐 鐵板豆芽菜 產銷履歷蔬菜 味噌蛋花湯 水果
全盛素食		薏仁飯 蕃茄素獅子頭*1 黑耳炒筍 紅燒芋頭 枸杞番薯葉 素沙茶豆雞 蔬菜 海帶結湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/3

廠商	菜色照片及說明	
全盛		胚芽飯 南洋咖哩雞 毛豆蒸蛋 蒜炒花椰菜 產銷蔬菜 味噌蔬菜湯
上將		白飯 烤雞排 玉米蒸蛋 芹香海絲 履歷蔬菜 柴魚味噌湯
統鮮		胚芽飯 椒鹽魚排 咖哩炒蛋 乾匾四季豆 產銷履歷蔬菜 日式豚骨湯
全盛素食		白飯 紅麴醬嫩腐 清炒高麗菜 香菇麵筋 咖哩洋芋 彩椒四季 蔬菜 味噌蔬菜湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/4

廠商	菜色照片及說明	
全盛		豬肉香菇油飯 蒜味豬排 港式豬肉燒賣 芝麻海帶根 產銷蔬菜 玉米排骨湯
上將		茄汁蕈菇螺旋麵 香酥豬排 珍珠丸 紅絲花椰 履歷蔬菜 玉米濃湯
統鮮		肉燥刀削麵 醬燒豬排 珍珠丸 脆炒高麗 產銷履歷蔬菜 高山金針湯
全盛素食		香菇素油飯 黑胡椒素肉排*1 炸芝麻球*2 脆炒海絲 薑燒冬瓜 橙汁豆捲 蔬菜 玉米燉湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/5

廠商	菜色照片及說明	
全盛		糙米飯 熱炒三杯雞 甜蔥滑蛋 清炒甘藍 有機蔬菜 黃豆芽肉絲湯 水果
上將		小米飯 白醬洋芋雞 洋蔥炒蛋 炒高麗菜 有機蔬菜 青木瓜肉絲湯 水果
統鮮		小米飯 三杯雞 翡翠炒蛋 豆皮花椰 有機蔬菜 酸辣清湯 水果
全盛素食		白飯 花生滷油腐 麻油山藥 雙色花椰 打拋素肉醬 蔬炒素脆腸 有機蔬菜 黃芽榨菜湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/6

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 金黃虱目魚排 麻婆豆腐 枸杞絲瓜 履歷蔬菜 南瓜濃湯
上將		白飯 三杯燒豬肉 麻婆豆腐 豆酥條豆 履歷蔬菜 蘿蔔雞湯
統鮮		五穀飯 壽喜燒豬肉 蜜汁豆干 川耳時瓜 產銷履歷蔬菜 巧達濃湯
全盛素食		地瓜飯 樹子素魚排*1 什錦黃瓜 素鍋貼*2 芝麻茄子 照燒凍豆腐 蔬菜 刈薯鮮菇湯
上將素食		白飯 鳳梨素雞丁 醬爆干絲 沙茶大白菜 山藥捲*1 蔬炒竹筍 蔬菜 香菇蘿蔔湯

統鮮素食		五穀飯 炸牛蒡排*1 榨菜炒干片 豆沙包*1 蘿蔔佃煮 枸杞莧菜 蔬菜 味噌湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/11

廠商	菜色照片及說明	
全盛		醬香炒烏龍麵 脆皮雞排 酸甜獅子頭 豆皮白菜 履歷蔬菜 瓠瓜針菇湯
上將		沙茶炒米粉 香酥虱目魚排 鮮肉燒賣 開陽炒筍 履歷蔬菜 番茄蛋花湯
統鮮		香鬆什錦蛋炒飯 香酥雞排 五香獅子頭 油燜脆筍 產銷履歷蔬菜 冬瓜排骨湯
全盛素食		素肉絲炒烏龍麵 蜜汁燒素鰻片*2 素沙茶素腰花 香菇白菜 甜豆炒竹筍 黑糖饅頭*1 蔬菜 扁蒲素肉湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/12

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 義式香科豬肉 客家魷魚小炒 薑燒冬瓜 有機蔬菜 海芽蛋花湯 水果
上將		白飯 橙汁燒豬 藥膳凍腐雞 韓式黃豆芽 有機蔬菜 金針雞湯 水果
統鮮		芝麻飯 蜜汁烤豬肉片 泡菜豆皮 麻香黃豆芽 有機蔬菜 大醬湯 水果
全盛素食		白飯 香滷素棒棒腿*1 脆炒豆薯 糖醋豆包 味噌苦瓜 雪菜麵腸 有機蔬菜 海芽薑絲湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/13

廠商	菜色照片及說明	
全盛		燕麥飯 柴香和風雞 菜脯炒蛋 脆炒大頭菜 履歷蔬菜 羅宋湯
上將		五穀飯 迷迭香雞丁 玉米炒蛋 絲瓜豆簽 履歷蔬菜 酸辣湯
統鮮		燕麥飯 鹽水雞 玉米炒蛋 蘿蔔油腐 產銷履歷蔬菜 蕃茄蔬菜湯
全盛素食		芝麻飯 三杯素肉排*1 芋香烤麩 蘋果派*1 肉茸豆腐 關東煮 蔬菜 蕃茄素肉湯
上將素食		五穀飯 瓜仔豆干 洋芋百頁 芹香素腰花 紅絲高麗 炸麻糬球*1 蔬菜 薏仁冬瓜湯

統鮮素食	沒素食	燕麥飯 豆豉蘭花干 紅蘿蔔腐皮絲 素火腿高麗 燒賣*1 塔香紫茄 蔬菜 羅宋湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/16

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 麻油嫩豬肉 蒜炒豆雞片 塔香海茸 履歷蔬菜 酸辣湯 水果
上將		紅扁豆飯 醬香里肌豬排 滑蛋親子丼 蒜香高麗 履歷蔬菜 冬瓜雞湯 水果
統鮮		紅藜胚芽飯 咖哩豬 竹筍炒蛋 干片四季豆 產銷履歷蔬菜 柴魚燉湯 水果
全盛素食		雜糧飯 豆瓣醬素肚 鮮菇結頭菜 素肉燥炒寬冬粉 蜜汁豆腸 素魷海帶根 蔬菜 酸辣湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/17

廠商	菜色照片及說明	
全盛		麥片飯 椒鹽鮮魚排 玉米炒蛋 蝦香高麗菜 履歷蔬菜 蘿蔔豬肉湯
上將		白飯 義式茄汁雞 瓜仔肉燥干丁 醬爆條豆段 履歷蔬菜 紫菜豆腐湯
統鮮		紫米飯 南蠻脆皮雞 綜合滷味 香菇高麗 產銷履歷蔬菜 竹筍排骨湯
全盛素食		白飯 紅燒素鵝排*1 紅燒油豆腐 金菇絲瓜 紅片青花 酥炸山藥捲*1 蔬菜 雙色蘿蔔湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/18

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白醬洋菇義大利麵 柚子醬豬排 鮮肉小餡餅 西芹炒鮮菇 履歷蔬菜 青木瓜雞湯
上將		奶香義大利麵 香酥豬排 蝦捲 白菜滷 履歷蔬菜 南瓜濃湯
統鮮		茄汁肉醬麵 黃金豬排 餡餅 雙色花椰 產銷履歷蔬菜 玉米濃湯
全盛素食		洋菇義大利麵 茄紅素魚排*1 芹香芽菜 炸醬豆干丁 腐皮條豆 豆沙包 蔬菜 紅棗鮮瓜湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/19

廠商	菜色照片及說明	
全盛		地瓜飯 奶香白醬燉雞 紅燒油豆腐 蒜香四季豆 有機蔬菜 竹筍排骨湯 水果
上將		白飯 腰果玉米雞 筍香炒蛋 鮑菇燒瓜 有機蔬菜 黃豆芽肉絲湯 水果
統鮮		糙米飯 左宗棠雞 拌飯肉燥 蝦香鮮瓜 有機蔬菜 白菜排骨湯 水果
全盛素食		白飯 三杯素肉 梅乾燒麵輪 宮保高麗 咖哩豆腐 素肉絲炒芥藍菜 有機蔬菜 竹筍針菇湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/20

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 紅燒豬肉 海帶芽炒蛋 清炒扁蒲 履歷蔬菜 金針雞湯
上將		紅藜飯 芝麻壽喜豬 甜麵醬黑干 素蠔油海帶根 履歷蔬菜 青蔥蛋花湯
統鮮		大麥飯 蜜汁虱目魚排 紅蘿蔔炒蛋 海帶三絲 產銷履歷蔬菜 小魚豆腐湯
全盛素食		蕎麥飯 紅燒素黑輪排*1 炒佛手瓜 栗子滷豆干 枸杞炒水蓮 甜黑珍珠*2 蔬菜 金針湯
上將素食	**沒素食**	紅藜飯 梅菜素肉丁 甜麵醬豆皮 玉米菇丁 素鍋貼*1 芝麻牛莊 蔬菜 素肉羹豆腐湯

統鮮素食	沒素食	大麥飯 清菘臭豆腐*1 紅麴麵腸 素肉絲炒筍 蘿蔔糕*1 彩椒四季 蔬菜 素肉骨茶湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/23

廠商	菜色照片及說明	
全盛		燕麥飯 沙嗲醬嫩雞 紅蘿蔔炒蛋 香菇白菜 履歷蔬菜 馬鈴薯濃湯 水果
上將		糙米飯 柴香和風雞 南瓜歐姆蛋 玉米彩蔬 履歷蔬菜 竹筍肉絲湯 水果
統鮮		小米飯 蒜酥雞丁 蘿蔔麵輪 玉米高麗 產銷履歷蔬菜 海帶排骨湯 水果
全盛素食		地瓜飯 五香烤麩 紅燒素蝦捲*1 小瓜素丸子 韓式炒黃芽 紅茄豆腐 蔬菜 馬鈴薯濃湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/24

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 香蔥豬肉絲 塔香炒麵腸 清炒佛手瓜 履歷蔬菜 竹筍排骨湯
上將		白飯 蘿勒薯塊豬 番茄嫩腐 時蔬高麗 履歷蔬菜 金菇鮮瓜湯
統鮮		燕麥飯 泰味打拋豬肉 香菇紅仁蒸蛋 蔥香豆芽菜 產銷履歷蔬菜 枸杞冬瓜湯
全盛素食		白飯 素燒火腿片*1 麵筋白菜 塔香紫茄 麻油凍豆腐 鮮菇小豆苗 蔬菜 酸菜脆筍湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/25

廠商	菜色照片及說明	
全盛		青醬豬肉義大利麵 嫩烤雞排 珍珠丸子 韭香豆芽菜 履歷蔬菜 結頭菜油腐湯
上將		麻香肉絲油飯 菲力雞排 豬肉餡餅 紅藜毛豆蘿蔔 履歷蔬菜 羅宋湯
統鮮		嘉義雞滷飯 黑胡椒雞排 燒賣 爆皮白菜 產銷履歷蔬菜 榨菜排骨湯
全盛素食		香菇炒米粉 燒素白帶魚*1 醬燒雙結 芝麻滷黑豆干 素蠔油秋葵 芋泥包*1 蔬菜 結頭油腐湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/26

廠商	菜色照片及說明	
全盛		胚芽飯 金黃海苔豬排 蘑菇醬豆腐 紅片青花菜 有機蔬菜 鮮瓜排骨湯 水果
上將		燕麥飯 海結花生燉豬 塔香油豆腐 韭香豆芽菜 有機蔬菜 糯米雞湯 水果
統鮮		地瓜飯 黃金豬排 菜脯炒蛋 薑絲海帶根 有機蔬菜 三絲湯 水果
全盛素食		白飯 香菇素雞丁 素蠔油芥藍 糖醋麵腸 酥炸素蚵仔酥*3 榨菜金針菇 有機蔬菜 素肉骨茶湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/27

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 果香糖醋豬肉 香蔥蒸蛋 白蘿蔔蒟蒻 履歷蔬菜 高麗豬肉湯 豆奶
上將		白飯 香酥鮮魚排 什錦炒蛋 清炒花椰 履歷蔬菜 海芽味噌湯 豆奶
統鮮		紅藜糙米飯 越式咖哩雞 芝香油豆腐 蒟蒻大瓜 產銷履歷蔬菜 玉米蛋花湯 豆奶
全盛素食		薏仁飯 燒紅麴素肉排*1 炒扁蒲 腰果玉米 蒸素燒賣*2 甜椒炒甜條 蔬菜 高麗素肉絲湯 豆漿
上將素食		白飯 燒素肉排 芹香黑干 素燥粉絲 塔香海茸 蜜甘藷塊*2 蔬菜 味噌湯 豆奶

統鮮素食	沒素食	白飯 白菜素獅子頭*1 蜜汁油豆腐 素蝦仁黃瓜 脆炒花椰 蒸銀絲卷*1 蔬菜 酸辣湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/30

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 蒜香鮮菇雞 蕃茄洋蔥炒蛋 脆炒筍片 履歷蔬菜 味噌豆腐湯 水果
上將		地瓜飯 京醬豬柳 芝麻方干雞 鮮菇炒筍 履歷蔬菜 玉米蛋花湯 水果
統鮮		芝麻飯 薑汁燒豬肉 豆干滷味 海結蘿蔔 產銷履歷蔬菜 黃豆芽排骨湯 水果
全盛素食		玉米飯 西芹炒豆皮 茄汁藕片 芝麻牛蒡絲 鮮菇萵苣 花瓜素雞丁 蔬菜 味噌湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：112/10/31

廠商	菜色照片及說明	
全盛		雜糧飯 橙汁豬排 京醬黑豆干 鮑菇四季豆 履歷蔬菜 冬瓜排骨湯
上將		雜糧飯 烤雞肉捲 鮮菇蒸蛋 玉米筍鮮瓜 履歷蔬菜 蘿蔔排骨湯
統鮮		玉米飯 烤雞排 彩蔬炒蛋 清炒花椰 產銷履歷蔬菜 味噌豆腐湯
全盛素食		白飯 毛豆麵輪 佛跳牆 素螞蟻上樹 炒大頭菜 三杯素蔬菜捲*1 蔬菜 冬瓜素肉湯