

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/03

廠商	菜色照片及說明	
全盛		燕麥飯 蔥爆豬柳 醬燒麵腸 海帶雙絲 履歷蔬菜 冬瓜雞湯 水果
上將		白飯 梅干菜燒豬肉 茄汁歐姆蛋 脆炒黃豆芽 標章蔬菜 冬瓜雞湯 水果
統鮮		玉米飯 泰味甜雞醬燒雞 拌飯肉燥干丁 蝦米高麗菜 履歷蔬菜 蘿蔔排骨湯 水果
統鮮素食		玉米飯 糖醋大溪干 蘿蔔麵輪 雙色花椰 三杯紫茄 芹香粉絲 蔬菜 味噌海芽湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/04

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 南洋咖哩雞 紅蘿蔔炒蛋 木耳高麗菜 履歷蔬菜 竹筍肉絲湯
上將		胚芽飯 蔥油鹹味雞 肉蓉豆腐煲 蒜香高麗菜 標章蔬菜 結頭菜排骨湯
統鮮		大麥飯 咖哩豬 毛豆香菇蒸蛋 雙色花椰菜 履歷蔬菜 味噌蛋花湯
統鮮素食		大麥飯 咖哩三寶齋 香滷豆包*1 日式烤蔬菜 針菇白菜 山藥捲*1 蔬菜 結頭菜湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/05

廠商	菜色照片及說明	
全盛		茄汁肉醬義大利麵 嫩滷豬排 椒鹽花板丸 芝麻四季豆 履歷蔬菜 牛蒡雞湯
上將		鹹香豬肉蛋炒飯 鐵路豬排 燒賣 枸杞鮮瓜 標章蔬菜 番茄雞湯
統鮮		西西里蕃茄肉醬麵 椒鹽虱目魚排 珍珠丸 木耳鮮瓜 履歷蔬菜 玉米濃湯
統鮮素食		蘿勒青醬義式麵 素牛蒡排*1 彩蔬干片 脆炒高麗 豆沙包*1 小瓜什錦 蔬菜 蘑菇濃湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/06

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 紅燒滷豬肉 香菇肉燥干丁 韭香豆芽菜 有機蔬菜 豆薯排骨湯 水果
上將		小米飯 黃燜雞 鮮菇蒸蛋 拌炒海帶絲 有機蔬菜 小魚味噌湯 水果
統鮮		糙米飯 京醬豬肉柳 洋芋炒蛋 鍋燒大白菜 有機蔬菜 金針雞湯 水果
統鮮素食		糙米飯 鮮菇烤麩 素火腿豆腐煲 韓式泡菜年糕 素拌川耳 芝香綠蔬 有機蔬菜 素羊肉黃瓜湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/07

廠商	菜色照片及說明	
全盛		大麥飯 烤雞排 南瓜炒蛋 蒜炒花椰菜 履歷蔬菜 高麗鮮菇湯
上將		白飯 香酥虱目魚排 鷹嘴豆四方干 干絲條豆 標章蔬菜 紫菜蛋花湯
統鮮		小米飯 嫩汁烤雞排 油豆腐滷味 海帶雙絲 履歷蔬菜 日式豚骨湯
統鮮素食		小米飯 香菇素肉燥 鹽酥素魚排*1 海帶三絲 素燒賣*1 白果芥菜仁 蔬菜 山藥大麥湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/10

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 黃豆芽燒豬肉 紅燒油豆腐 木耳筍片 履歷蔬菜 蒲瓜雞湯 水果
上將		糙米飯 咖哩雞 海苔香鬆蛋 燒大白菜 標章蔬菜 竹筍肉絲湯 水果
統鮮		五穀飯 黑胡椒豬肉片 紅蘿蔔炒蛋 拌綠豆芽菜 履歷蔬菜 金針菇豆腐湯 水果
統鮮素食		五穀飯 薑燒嫩四角*1 紅麴麵腸 腰果三色 金菇水蓮 五味蒟蒻 蔬菜 高山金針湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/11

廠商	菜色照片及說明	
全盛		麥片飯 金黃魚排 肉燥滑嫩蒸蛋 清炒結頭菜 履歷蔬菜 金針雞湯
上將		白飯 香酥豬排 紅燒豆雞片 木耳時瓜 標章蔬菜 昆布雞湯
統鮮		地瓜飯 香酥雞排 哨子豆腐 熱炒高麗菜 履歷蔬菜 冬瓜排骨湯
統鮮素食		白飯 紅仁腐皮絲 瓜仔干丁 關東煮 蜜蕃薯 沙茶麵疙瘩 蔬菜 味噌豆腐湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/12

廠商	菜色照片及說明	
全盛		古早味豬肉炒麵 滷里肌豬排 腐皮蝦捲 蒜香藻唇片 履歷蔬菜 玉米濃湯
上將		奶香青醬義大利麵 嫩汁雞肉捲 地瓜可樂餅 炒花椰菜 標章蔬菜 玉米濃湯
統鮮		炸醬肉燥拌麵 鐵路豬排 燒賣 日式筑前煮 履歷蔬菜 鮮蔬雞湯
統鮮素食		麻香菇菇炊飯 蕃茄豆腐 素牛蒡排*1 白菜滷 炒花椰菜 彩豆紫米丸*1 蔬菜 麵線羹

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/13

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 三杯雞 洋蔥炒蛋 開陽白菜 有機蔬菜 味噌豆腐湯 水果
上將		白飯 咕咾豬肉 杏仁玉米炒蛋 味噌結頭菜 有機蔬菜 蘿蔔豆腐湯 水果
統鮮		紅藜飯 腰果蜜汁雞丁 玉米炒蛋 炒四季豆 有機蔬菜 味噌蘿蔔湯 水果
統鮮素食		紅藜飯 素拌豆雞 三杯素腰花 鄉村粉絲 花生海結 精靈菇芥藍 有機蔬菜 雙色蘿蔔湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/14

廠商	菜色照片及說明	
全盛		胚芽飯 蜜薯燒豬肉 客家小炒 鮮菇白蘿蔔 履歷蔬菜 玉米蛋花湯
上將		藜麥飯 黃金泡菜雞 肉燥三角油豆腐 杏鮑菇炒筍 標章蔬菜 番茄排骨湯
統鮮		胚芽飯 筍香燒豬肉塊 紅麴麵腸 蝦香白菜滷 履歷蔬菜 番茄蛋花湯
統鮮素食		胚芽飯 乾燒素排骨 砂鍋凍腐 綠野四季 素蠔油佐蘿蔔糕*1 鮑菇時瓜 蔬菜 素肉絲竹筍湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/17

廠商	菜色照片及說明	
全盛		麥片飯 京醬豬肉絲 玉米炒蛋 茼蒿蒲瓜 履歷蔬菜 酸辣湯 水果
上將		白飯 白醬洋芋豬 九層塔黑豆干 茼蒿四季豆 標章蔬菜 味噌大醬湯 水果
統鮮		糙米飯 糖醋雞丁 紅燒豆干 枸杞鮮瓜 履歷蔬菜 三絲排骨飯 水果
統鮮素食		糙米飯 素絞肉燒豆腐 椒鹽豆腸 麻香黃芽 韓味素腸年糕部隊鍋 薑絲海根 蔬菜 薑絲冬瓜湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/18

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 椒鹽鮮魚排 九層塔豆腐 木耳敏豆 履歷蔬菜 海芽蛋花湯
上將		燕麥飯 番茄紅燒雞 木耳炒蛋 炒海帶根 標章蔬菜 青蔥蛋花湯
統鮮		小米飯 蔥爆豬肉片 玉米蒸蛋 脆炒黃豆芽 履歷蔬菜 昆布雞湯
統鮮素食		小米飯 花椰百頁揚 糖醋素肚 可樂餅*2 川耳鮮菇 大地時蔬 蔬菜 南瓜濃湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/19

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白醬豬肉義大利麵 烤雞肉捲 毛豆腐丸 鮮菇炒花椰 履歷蔬菜 蕃茄豬肉湯
上將		櫻花蝦肉絲油飯 椒鹽鮮魚排 海鮮捲 金針菇豆芽菜 標章蔬菜 筍香雞湯
統鮮		奶香白醬葷菇麵 脆皮雞肉捲 黃金地瓜可樂餅 清炒大白菜 履歷蔬菜 巧達濃湯
統鮮素食		蘑菇鐵板麵 塔香豆包*1 花生麵輪 針菇什錦 黑糖饅頭*1 紅棗蒸南瓜 蔬菜 蕃茄鮮蔬湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/20

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 糖醋豬肉 筍絲炒蛋 沙嗲海帶根 有機蔬菜 大黃瓜雞湯 水果
上將		雜糧飯 烤雞肉捲 鮮菇滷豆包 木耳高麗菜 有機蔬菜 酸辣湯 水果
統鮮		大麥飯 醬燒豬排 蕃茄炒蛋 彩繪花椰 有機蔬菜 味噌豆腐湯 水果
統鮮素食		大麥飯 五香蘭花干 咖哩豆捲 芹香蘿蔔 義式蔬菜總匯 香燒紫茄 有機蔬菜 白菜三絲湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/21

廠商	菜色照片及說明	
全盛		大麥飯 烤肉醬燒雞 冬瓜麵輪 鮮炒高麗菜 履歷蔬菜 山藥排骨湯
上將		白飯 鐵板豬肉柳 奶香南瓜蛋 油片燒瓜 標章蔬菜 金針雞湯
統鮮		五穀飯 左宗棠雞 南瓜豆腐 炒高麗菜 履歷蔬菜 玉米蛋花湯
統鮮素食		五穀飯 清蒸臭豆腐*1 蜜汁烤麩 田園高麗 QQ芝麻球*2 雜菜粉絲 蔬菜 味噌蘿蔔湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/24

廠商	菜色照片及說明	
全盛		燕麥飯 麻油雞 蜜汁黑豆干 清炒佛手瓜 履歷蔬菜 海帶結排骨湯 水果
上將		麥片飯 麻油香香雞 豆干片炒魷魚 玉米蘿蔔 標章蔬菜 番茄蛋花湯 水果
統鮮		燕麥飯 黃金鮮魚排 泡菜豆皮煲 白蘿蔔佃煮 履歷蔬菜 味噌油腐湯 水果
統鮮素食		燕麥飯 素排骨酥*3 沙茶干片 玉筍花椰 紫芋珍珠丸*1 木耳鮮瓜 蔬菜 客家米粉湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/25

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 日式馬鈴薯燉豬肉 海帶芽滑蛋 鮮菇竹筍 履歷蔬菜 結頭菜味噌湯
上將		白飯 香草豬排 肉茸蒸蛋 豆皮燒白菜 標章蔬菜 海芽味噌湯
統鮮		五穀飯 冬瓜燜豬肉 菜脯烘蛋 清炒時瓜 履歷蔬菜 大白菜排骨湯
統鮮素食		五穀飯 素蠔油炒素肚 酸辣湯豆腐 素火腿炒銀芽 酸菜木耳絲 脆炒甘藍 蔬菜 關東煮湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/26

廠商	菜色照片及說明	
全盛		豬肉炒飯 香酥雞排 豬肉燒賣 小魚乾大白菜 履歷蔬菜 金針排骨湯
上將		波隆那肉醬義大利麵 無骨雞排 珍珠丸 蝦米高麗菜 標章蔬菜 西式濃湯
統鮮		什錦蛋炒飯 碳烤雞排 鮮肉餡餅 脆炒高麗菜 履歷蔬菜 洋芋蛋花湯
統鮮素食		素油蔥什錦炒飯 梅干燒素肉 香草刈薯 乾煸條豆 銀絲卷*1 塔香海茸 蔬菜 南瓜燉湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/27

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 蒜香豬排 香菇麵筋 炒白花椰菜 有機蔬菜 白蘿蔔雞湯 水果
上將		白飯 墨西哥燉豬肉 洋蔥炒蛋 蒜味海帶絲 有機蔬菜 糯米雞湯 水果
統鮮		玉米飯 三杯豬肉片 蔬食拼盤 香滷脆筍 有機蔬菜 高山金針湯 水果
統鮮素食		白飯 綜合滷味 藥膳素皮絲 香甜玉米*1 素炒竹筍 美白菇綠蔬 有機蔬菜 素羊肉芽菜湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/28

廠商	菜色照片及說明	
全盛		雜糧飯 鹽水雞 番茄炒蛋 九層塔海茸 履歷蔬菜 南瓜濃湯 豆奶
上將		五穀飯 堅果照燒雞 肉醬豆干丁 玉米筍花椰菜 標章蔬菜 鮮瓜肉絲湯 豆奶
統鮮		地瓜飯 奶油蘑菇雞 洋蔥炒蛋 薑絲海帶根 履歷蔬菜 枸杞鮮瓜湯 豆奶
統鮮素食		地瓜飯 素鹹水雞 素燒香魚*1 沙嗲鷹嘴豆 滷蘿蔔 玉兔包*1 蔬菜 海芽素丸湯 豆奶

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：114/03/31

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 豆腐乳燒雞 麻婆凍豆腐 紅燒海帶結 履歷蔬菜 竹筍排骨湯 水果
上將		白飯 紅燒滷豬肉 三杯麵腸 鮮瓜茼蒿 標章蔬菜 結頭菜雞湯 水果
統鮮		紫米飯 經典佛跳牆 茄汁凍豆腐 木耳條豆 履歷蔬菜 薑絲海芽湯 水果
統鮮素食		紫米飯 豉汁素蚵 素炒百頁 南瓜白菜 黑胡椒毛豆莢 梅汁蕃茄 蔬菜 大醬湯 水果