

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/3

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 白醬南瓜燉雞 芝麻照燒豆腐 鮑菇海帶結 履歷蔬菜 冬瓜排骨湯 水果
上將		白飯 鐵路豬排 醬燒香干 鮮蔬花椰 履歷蔬菜 海芽味噌湯 水果
統鮮		糙米飯 三杯豬肉片 玉米炒蛋 開陽白菜 產銷履歷蔬菜 日式味噌湯 水果
統鮮素食		糙米飯 糖醋豆包 川耳紅燒烤麩 白醬南瓜 枸杞地瓜葉 什錦翡翠絲 蔬菜 泡菜粉絲湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/4

廠商	菜色照片及說明	
全盛		燕麥飯 薑汁豬肉片 玉米炒蛋 香菇白菜 履歷蔬菜 芹香蘿蔔湯
上將		小米飯 菲力雞排 奶香什錦歐姆蛋 蒜香高麗 履歷蔬菜 冬瓜排骨湯
統鮮		白飯 酸甜雞翅腿 椰汁咖哩油豆腐 花生青木瓜 產銷履歷蔬菜 泰北肉片湯
統鮮素食		胚芽飯 芹香干絲 咖哩凍豆腐 糰粽*1 香菇炒水蓮 樹子蒲瓜 蔬菜 竹筍湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/5

廠商	菜色照片及說明	
全盛		肉絲炒麵 烤雞肉捲 彩繪獅子頭 雙色花椰菜 履歷蔬菜 肉骨茶湯
上將		咖哩葷菇炒飯 香酥魚排 蝦捲 清炒長豆 履歷蔬菜 玉米蛋花湯
統鮮		白醬葷菇麵 黃金豬排 蘑菇醬佐獅子頭 雙色花椰菜 產銷履歷蔬菜 巧達濃湯
統鮮素食		鳳梨鮮菇炒飯 牛蒡素排*1 豆瓣燒豆雞 芋泥包*1 素火腿雙色黃芽 脆炒芥藍 蔬菜 香菇豆薯湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/6

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 金黃魚排 香菇燒烤麩 鮮菇扁蒲 有機蔬菜 酸辣湯 水果
上將		白飯 胡麻小黃瓜雞 筍香滷蛋 芹香豆芽菜 有機蔬菜 榨菜肉絲湯 水果
統鮮		白飯 菲力雞排 蕃茄蛋豆腐煲 芹香高麗菜 有機蔬菜 筍仔排骨湯 水果
統鮮素食		白飯 麴醬麵腸 紅藜筍香毛豆 炸薯塊 鮑菇蒟蒻 芹菜高麗 有機蔬菜 枸杞冬瓜湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/7

廠商	菜色照片及說明	
全盛		糙米飯 蜜汁雞排 豉汁虎皮蛋 香蔥黃豆芽 履歷蔬菜 金針雞湯
上將		糙米飯 蘿蔔滷豬肉 莎莎肉醬干丁 柴魚鮮瓜煮 履歷蔬菜 糯米雞湯
統鮮		紅藜毛豆飯 黑胡椒豬肉柳 虎皮蛋拼盤 枸杞絲瓜 產銷履歷蔬菜 芹香蘿蔔湯
統鮮素食		紅藜飯 泰式醬素捲*1 八角大溪干 小饅頭*1 薑絲龍鬚菜 彩椒花椰 蔬菜 味噌湯
全盛素食		糙米飯 黑胡椒素肉排*1 酸菜素肚 李豆腐皮絲 炒紅鳳菜 黑珍珠丸*1 蔬菜 金針燉湯
上將素食		糙米飯 醬香素魚排 鮮菇燒豆腐 鮮瓜木耳 小饅頭 彩椒萵苣 蔬菜 糯米鮮菇湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/11

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 咖哩雞 素蠔醬豆腸 茼蒿海帶根 履歷蔬菜 結頭菜排骨湯
上將		蕎麥飯 鳳梨咕咾肉 肉燥蒸蛋 鮮菇炒筍 履歷蔬菜 高麗雞湯
統鮮		白飯 洋蔥炒雞 蜜汁大溪豆干 乾煸四季豆 產銷履歷蔬菜 高麗菇菇湯
統鮮素食		小米飯 黑胡椒素排*1 南瓜豆腐羹 小瓜刈薯 白果西蘭花 素蠔油茄子 蔬菜 麻油高麗菜

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/12

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白醬雞茸義大利麵 酥炸豬排 脆皮蝦卷 毛豆炒筍 履歷蔬菜 蕃茄雞湯
上將		蒜味青醬筆管麵 香酥雞排 珍珠丸 紅片花椰 履歷蔬菜 南瓜濃湯
統鮮		泡菜燒肉飯 紅糟豬排 餡餅 牛蒡炒高麗 產銷履歷蔬菜 人蔘雞湯
統鮮素食		台式炒米粉 高麗菜捲*1 蜜汁三角油腐 蘿蔔糕*1 清炒海帶根 豆瓣筍絲 蔬菜 羅宋湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/13

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 醬香雞翅腿 南瓜炒蛋 櫻花蝦高麗菜 有機蔬菜 味噌湯 水果
上將		紫米飯 滷豬排 照燒醬虎皮蛋 鮮瓜什錦 有機蔬菜 番茄蛋花湯 水果
統鮮		白飯 洋芋椰汁雞 三彩毛豆干丁 紅蔥豆芽菜 有機蔬菜 黃瓜鮑菇湯 水果
統鮮素食		白飯 鐵板素雞塊 味噌日式蒟蒻煲 黑珍珠*1 珍菇黃瓜 酥炸牛蒡絲 有機蔬菜 巧達濃湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/14

廠商	菜色照片及說明	
全盛		蕎麥飯 泡菜豬肉 花生滷豆干 針菇黃瓜 履歷蔬菜 山藥排骨湯
上將		白飯 黃燜雞 塔香豬肉炒干片 海帶三絲 履歷蔬菜 韓式大醬湯
統鮮		糙米飯 滷豬排 蝦仁蒲瓜炒蛋 白菜滷 產銷履歷蔬菜 金針雞湯
統鮮素食		糙米飯 芹菜炒素肚 韓式豆腸 小兔包*1 黃金泡菜杏鮑菇 芝香四季 蔬菜 海帶蘿蔔湯
全盛素食		蕎麥飯 素燒白帶魚*1 香菇素肉燥 菜頭粿*1 紅絲萵苣 針菇白菜 蔬菜 山藥燉湯
上將素食		燕麥飯 炸素蚵仔酥 咖哩百頁 拌炒海帶絲 絲瓜什錦 銀絲卷 蔬菜 味噌鮮菇湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/17

廠商	菜色照片及說明	
全盛		麥片飯 香酥豬排 海帶芽炒蛋 紅片花椰菜 履歷蔬菜 鮮瓜雞湯 水果
上將		紅藜飯 蔥燒豬肉柳 金沙鮮筍炒蛋 清炒高麗 履歷蔬菜 金針雞湯 水果
統鮮		蕎麥飯 熱帶果香雞排 醬燒豆腐 筍香三色 產銷履歷蔬菜 蘿蔔排骨湯 水果
統鮮素食		蕎麥飯 紅麴油豆腐 梅菜麵輪 燒賣*1 彩繪鮮菇 芹菜豆芽 蔬菜 大麥山藥湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/18

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 檸檬燒雞 鮮菇凍豆腐 什錦蘿蔔 履歷蔬菜 脆筍排骨湯
上將		白飯 咖哩雞 糖醋豆皮 豆酥條豆 履歷蔬菜 羅宋湯
統鮮		白飯 京醬豬肉柳 紅蘿蔔炒蛋 蒜拌花椰菜 產銷履歷蔬菜 酸辣湯
統鮮素食		五穀飯 瓜仔素肉燥 素鹹水雞 紫糯香芋 薑絲豆苗 炒高麗菜 蔬菜 味噌湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/19

廠商	菜色照片及說明	
全盛	 全盛 - 葷	豬肉炸醬乾拌麵 醬滷雞排 豬肉餡餅 蒜香四季豆 履歷蔬菜 玉米濃湯
上將	 上將 - 葷	上將招牌油飯 吮指里肌豬排 照燒獅子頭 柴魚白菜 履歷蔬菜 酸辣湯
統鮮	 統鮮 - 葷	蕃茄肉醬麵 烤雞排 蝦捲 奶汁白菜 產銷履歷蔬菜 玉米濃湯
統鮮素食	 統鮮 - 素	海苔香鬆堅果炒飯 蒲燒豆包*1 香椿干片 薯餅*2 紅椒炒龍鬚菜 三彩鮮蔬 蔬菜 黃瓜素羊肉湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/20

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 蔥燒豬排 蒜苗豆干片 木須扁蒲 有機蔬菜 牛蒡雞湯 水果
上將		胚芽飯 香酥魚排 腰果肉燥油腐 芹炒海帶根 有機蔬菜 青木瓜排骨湯 水果
統鮮		白飯 咖哩豬肉塊 豆干滷味 彩繪黃瓜 有機蔬菜 肉骨茶湯 水果
統鮮素食		紅藜飯 素香魚排*1 豆瓣燒腐 歐風南瓜*1 五味醬茼蒿 香菇蘿蔔 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：111/10/21

廠商	菜色照片及說明	
全盛		玉米飯 茄汁燉雞 蔥花蒸蛋 金瓜白菜 履歷蔬菜 味噌蔬菜湯
上將		白飯 梅汁豬排 鮮蔬蒸蛋 茼蒿花椰 履歷蔬菜 冬瓜鴨肉湯
統鮮		玉米飯 虱目魚排 枸杞毛豆蒸蛋 香菇高麗 產銷履歷蔬菜 味噌蛋花湯
統鮮素食		玉米飯 蕃茄莎莎素獅子頭*1 枸杞當歸豆捲 芝麻包*1 香菇白花椰 絲瓜豆簽 蔬菜 酸辣湯
全盛素食		玉米飯 塔香牛蒡排*1 脆炒洋芋 素蠔油芥藍 宮保凍豆腐 炸可樂餅*1 蔬菜 味噌蔬菜湯
上將素食		白飯 梅香焗素肉 泡菜豆皮 薑絲地瓜葉 黑糯米珍珠丸 鮮菇油麥菜 蔬菜 冬瓜薏米湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/24

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 鮮菇豬柳 鮑菇滷蛋 肉燥豆芽菜 履歷蔬菜 蒲瓜木耳湯 水果
上將		燕麥飯 南瓜奶醬雞 什錦干絲肉柳 塔香海茸 履歷蔬菜 肉骨茶湯 水果
統鮮		紫米飯 蕃茄豬肉醬 綜合滷蛋 開陽絲瓜 產銷履歷蔬菜 白菜肉絲湯 水果
統鮮素食		紫米飯 韓式春川雞炒年糕 滷油豆腐*1 麻醬蒟蒻絲 香菇炒筍片 薑燒茄子 蔬菜 海味鮑菇湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/25

廠商	菜色照片及說明	
全盛		胚芽飯 滷雞排 酸菜豆腐煲 肉茸冬瓜 履歷蔬菜 海芽蛋花湯
上將		紅扁豆飯 原味滷豬排 洋蔥炒蛋 針菇鮮瓜 履歷蔬菜 味噌豆腐湯
統鮮		白飯 脆皮鯰魚排 肉燥豆腐 豆芽三色 產銷履歷蔬菜 竹筍排骨湯
統鮮素食		燕麥飯 杏片豆干 素雞塊*2 義式香料燉菜 炒四季豆 玉筍花椰 蔬菜 玉米濃湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/26

廠商	菜色照片及說明	
全盛		茄汁雞肉義大利麵 海苔豬排 燒賣 花椰炒雞 履歷蔬菜 結頭菜雞湯
上將		香草茄汁義大利麵 香酥雞翅腿 餡餅 清炒竹筍 履歷蔬菜 西式濃湯
統鮮		日式五目炊飯 鐵路豬排 燒賣 百匯四季豆 產銷履歷蔬菜 冬瓜雞湯
統鮮素食		青醬義大利麵 素茶鵝*1 燒蘭花干 紫山藥捲*1 藥膳冬瓜 八角鹹香豆莢 蔬菜 蕃茄蔬菜湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/27

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 醬燒魚排 紅絲炒蛋 柴魚蘿蔔 有機蔬菜 竹筍針菇湯 水果
上將		白飯 泰式打拋豬 蒜香玉米蛋 彩蔬條豆 有機蔬菜 紫菜蛋花湯 水果
統鮮		地瓜飯 脆皮雞肉捲 紅燒油豆腐 炒高麗菜 有機蔬菜 味噌蘿蔔湯 水果
統鮮素食		地瓜飯 泰式豆腸 薑絲炒素肚 金針豆薯條 素沙茶白菜 清炒地瓜葉 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：111/10/28

廠商	菜色照片及說明	
全盛		麥片飯 芝麻醬豬肉片 麻婆凍豆腐 海帶豆干絲 履歷蔬菜 紅茄蔬菜湯 豆奶
上將		五穀飯 烤雞排 紅燒肉茸凍腐 白菜滷 履歷蔬菜 黃豆芽肉絲湯 豆奶
統鮮		白飯 高昇豬肉塊 黃金泡菜炒蛋 枸杞冬瓜 產銷履歷蔬菜 小魚海帶湯 豆漿
統鮮素食		白飯 紅麴素排*1 甜麵炒皮絲 金瓜饅頭*1 鮑菇蒲瓜 麻香海草 蔬菜 高山金針湯 補助豆漿
上將素食		五穀飯 紅燒素雞腿 麻油紅棗油腐 白菜滷 小兔包 玉米素蝦仁 蔬菜 紫菜豆腐湯 豆奶

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/10/31

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 橙汁燒雞 木耳炒蛋 結頭菜炒肉 履歷蔬菜 玉米排骨湯 水果
上將		白飯 三杯燒豬 海苔香鬆炒蛋 時蔬炒高麗 履歷蔬菜 關東煮湯 水果
統鮮		胚芽飯 雞肉燴黑醋醬 洋蔥炒蛋 什錦白花椰 產銷履歷蔬菜 田園蕃茄湯 水果
統鮮素食		胚芽飯 蒲燒素鰻*1 蕃茄豆腐 蒸地瓜 木須高麗 白果炒芥藍 蔬菜 薑絲冬瓜湯 水果