

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/1

廠商	菜色照片及說明	
全盛		雜糧飯 雙蔥嫩雞 毛豆炒豆干 枸杞冬瓜 有機蔬菜 結頭菜排骨湯 水果
上將		薏仁飯 烤雞肉捲 蒜味小瓜烤麩 木耳條豆 有機蔬菜 味噌湯 水果
統鮮		燕麥飯 茄汁雞排 香菇紅仁蒸蛋 炒四季豆 有機蔬菜 蘿蔔排骨湯 水果
上將素食		白飯 紅燒油腐 南瓜子洋薯干丁 腐皮白菜 清炒條豆 醬燒紫茄 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：111/12/2

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 蒜香豬排 海帶芽炒蛋 柴魚蘿蔔 履歷蔬菜 竹筍雞湯
上將		白飯 三杯豬 番茄炒蛋 鮮蔬白菜 履歷蔬菜 糯米雞湯
統鮮		白飯 糖醋豬肉塊 八寶肉醬干丁 玉筍綠花椰 產銷履歷蔬菜 味噌蛋花湯
上將素食		芝麻飯 酸菜素肚 鮮茄豆腐 針菇蒲瓜 糯米丸*1 海帶彩絲 蔬菜 糯米鮑菇湯
全盛素食		地瓜飯 醬燒牛蒡排*1 素肉絲芥藍 紅燒素雞丁 炸可樂餅*1 鮮菇結頭菜 蔬菜 竹筍木耳湯

統鮮素食



南瓜燉飯
糖醋素排*1
沙茶乾片
小兔包*1
玉筍花椰
麻油海茸
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：111/12/5

廠商	菜色照片及說明	
全盛		麥片飯 滷里肌豬排 紅燒油豆腐 清炒高麗菜 履歷蔬菜 金針雞湯 水果
上將		蕎麥飯 南瓜煲雞丁 醬燒虎皮蛋 針菇鮮瓜 履歷蔬菜 金針排骨湯 水果
統鮮		紫米飯 蒲燒鮭魚排 玉米炒蛋 薑絲冬瓜 產銷履歷蔬菜 竹筍湯 水果
上將素食		白飯 南瓜烤麩 花生麵筋 鮑菇炒筍 麻香地瓜葉 鹽水毛豆莢 蔬菜 芋香米粉湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/6

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 嫩汁雞翅腿 紅絲炒蛋 毛豆竹筍 履歷蔬菜 扁蒲針菇湯
上將		胚芽飯 里肌豬排 香干燒雞 木耳高麗 履歷蔬菜 枸杞冬瓜湯
統鮮		白飯 泰式打拋豬肉 椒鹽豆皮絲 脆炒高麗 產銷履歷蔬菜 酸辣湯
上將素食		胚芽飯 素牛蒡排 小瓜豆雞 花生球*1 三杯海根 脆炒豆芽 蔬菜 羅宋湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/7

廠商	菜色照片及說明	
全盛		茄汁雞茸義大利麵 脆皮豬排 燒賣 蒜香花椰菜 履歷蔬菜 南瓜濃湯
上將		奶醬肉茸彎管麵 烤雞翅腿 珍珠丸 脆炒豆芽菜 履歷蔬菜 玉米濃湯
統鮮		青醬鮑菇麵 烤雞排 餡餅 蒜拌花椰菜 產銷履歷蔬菜 巧達濃湯
上將素食		鐵板烏龍麵 醬燒蘭花干 壽喜豆皮 雙色花椰 芋泥包*1 佃煮蘿蔔 蔬菜 紫菜豆腐湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/8

廠商	菜色照片及說明	
全盛		燕麥飯 栗子燉雞 香蔥凍豆腐 鮮菇絲瓜 有機蔬菜 海芽蛋花湯 水果
上將		燕麥飯 香酥豬排 和風油豆腐 蒿蒬海根 有機蔬菜 羅宋湯 水果
統鮮		白飯 紅糟豬排 沙茶燒豆腐 炒海帶絲 有機蔬菜 羅宋湯 水果
上將素食		燕麥飯 素肉排*1 大溪黑豆干 醬燒冬瓜 雲耳高麗 麻油素腰花 有機蔬菜 洋芋湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/9

廠商	菜色照片及說明	
全盛	 全盛－葷	胚芽飯 海山醬燒雞 鮮菇滷蛋 芝麻海帶根 履歷蔬菜 蕃茄蔬菜湯
上將	 上將－葷	五穀飯 韓式年糕炒雞 香菇蒸蛋 豆酥條豆 履歷蔬菜 紫菜豆腐湯
統鮮	 統鮮－葷	地瓜飯 熱炒三杯雞 黃金虎皮蛋 芹香蘿蔔 產銷履歷蔬菜 金針海芽湯
上將素食	 上將－素	五穀飯 素茶鵝*2 醬燒三角腐 泡菜年糕 脆薯素蝦仁 蒸餃*1 蔬菜 鳳梨蘿蔔湯
全盛素食	 全盛－素	胚芽飯 素燻雞翅*1 豆沙包*1 糖醋豆腸 紅絲萵苣 雪菜炒年糕 蔬菜 羅宋湯

統鮮素食



地瓜飯
清蒸臭豆腐*1
瓜仔素肉燥
粿粽*1
素蟳絲炒青江
油燜香筍
蔬菜
高山金針湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/10

廠商	菜色照片及說明	
全盛		玉米飯 香嫩雞排 豬肉炒豆干 炒結頭菜 履歷蔬菜 蘿蔔排骨湯 水果
上將		白飯 香酥豬排 紅燒豆腐 什錦花椰 履歷蔬菜 洋芋濃湯 水果
統鮮		白飯 照燒豬排 南瓜香菇蒸蛋 脆炒筍絲 產銷履歷蔬菜 麻油雞湯 水果
上將素食		白飯 炸素雞排 紅燒豆腐 薯辦*3 蘿蔔滷味 香炒花椰 蔬菜 玉米洋薯湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/13

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 金黃虱目魚排 毛豆蒸蛋 開陽白菜 履歷蔬菜 味噌湯
上將		藜麥飯 日式燒雞 南瓜歐姆蛋 沙茶海茸 履歷蔬菜 小魚味噌湯
統鮮		五穀飯 卡邦尼醬燉雞 大溪豆干 炒綠豆芽菜 產銷履歷蔬菜 鯉魚蘿蔔湯
上將素食		藜麥飯 和風豆腐 瓜仔干丁 沙茶海茸 木耳萵苣 冬瓜麵輪 蔬菜 金菇筍片湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/14

廠商	菜色照片及說明	
全盛		青醬豬肉義大利麵 炙烤雞排 豬肉餡餅 竹筍鮮菇 履歷蔬菜 肉骨茶湯
上將		雞茸蛋炒飯 滷豬排 燒賣 時蔬鮮瓜 履歷蔬菜 金針肉絲湯
統鮮		麻油香菇飯 醬燒豬排 燒賣 蛋酥白菜 產銷履歷蔬菜 酸菜鴨湯
上將素食		青蔬炒飯 燒素雞排*1 素蠔燒豆包 雲耳大瓜 小饅頭*1 脆炒龍鬚 蔬菜 鼎邊銚

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/15

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 麻油燉豬肉 照燒豆腐 鮮菇綠花椰 有機蔬菜 馬鈴薯濃湯 水果
上將		白飯 義式鮮茄雞 什錦豆皮燒肉 紅片花椰 有機蔬菜 藥膳排骨湯 水果
統鮮		白飯 左宗棠雞 菜脯炒蛋 百頁小黃瓜 有機蔬菜 白菜三絲湯 水果
上將素食		白飯 海苔素魚排*1 糖醋烤麩 炸天婦羅 蔬燒白菜 鮑菇結菜 有機蔬菜 藥膳洋芋湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/16

廠商	菜色照片及說明	
全盛		雜糧飯 彩椒椒麻雞 咖哩虎皮蛋 蘿蔔燒肉 履歷蔬菜 黃豆芽肉絲湯
上將		雜糧飯 蠔汁豬肉排 紅絲洋蔥蛋 鮮蔬高麗 履歷蔬菜 海芽蛋花湯
統鮮		玉米飯 香酥豬排 蕃茄豆腐 蒜香海帶 產銷履歷蔬菜 黃瓜排骨湯
上將素食		雜糧飯 咖哩百頁 燒素雞腿*1 清炒高麗 木須花椰 蘿蔔糕*1 蔬菜 雙絲豆腐湯
全盛素食		雜糧飯 黑胡椒素肉排*1 素鍋貼*2 菇炒扁蒲 味噌凍豆腐 炒素脆腸 蔬菜 黃芽素肉湯

統鮮素食



白飯
蘑菇醬素雞塊
大溪豆干滷味拼盤
紅豆芝麻球*2
薑絲冬瓜
素蠔油茄子
蔬菜
酸辣湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/19

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 蠔油雞排 塔香肉醬 鮮菇高麗菜 履歷蔬菜 青木瓜紅棗湯 水果
上將		糙米飯 香酥鬼頭刀魚排 糖醋豆包 炒海帶絲 履歷蔬菜 結頭排骨湯 水果
統鮮		小米飯 烤雞翅腿 韓式泡菜凍豆腐 大醬蘿蔔 產銷履歷蔬菜 人蔘糯米湯 水果
上將素食		糙米飯 鮑菇燒凍腐 芝香素火腿 什錦蒲瓜 麻香皇宮菜 醬燒紫茄 蔬菜 海芽結菜湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/20

廠商	菜色照片及說明	
全盛		糙米飯 烤肉醬豬柳 洋蔥炒蛋 韭香豆芽菜 履歷蔬菜 結頭菜雞湯
上將		白飯 白玉燒豬肉 茶香滷蛋 韓式黃豆芽 履歷蔬菜 香菇雞湯
統鮮		胚芽飯 黑胡椒虱目魚排 義式肉醬炒蛋 雙色花椰菜 產銷履歷蔬菜 味噌豆腐湯
上將素食		白飯 炸蚵仔酥*3 醃醃四角 海根干絲 豆酥條豆 香草薯塊 蔬菜 南瓜鮑菇湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/21

廠商	菜色照片及說明	
全盛		客家炒飯條 香酥雞排 醬燒獅子頭 清炒扁蒲 履歷蔬菜 酸辣湯
上將		聖誕鮮茄義大利麵 烤雞排 蝦捲 彩蔬花椰 履歷蔬菜 南瓜濃湯
統鮮		白醬螺旋麵 卡茲雞排 珍珠丸 高麗百匯 產銷履歷蔬菜 玉米蛋花湯
上將素食		茄汁義大利麵 醬燒牛蒡排*1 酸甜豆皮 薑炒番薯葉 銀絲卷*1 素香蓮藕 蔬菜 榨菜粉絲湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/22

廠商	菜色照片及說明	
全盛		地瓜飯 香草滷豬排 木耳炒蛋 菇炒豆季豆 有機蔬菜 冬至湯圓 水果
上將		紅扁豆飯 燒烤醬豬排 塔香黑豆干 針菇白菜 有機蔬菜 冬至湯圓 水果
統鮮		白飯 咖哩豬肉塊 滷蛋拼盤 川耳刺瓜 有機蔬菜 冬至鹹湯圓 水果
上將素食		紅扁豆飯 素沙茶豆雞 藥膳素排骨 烤地瓜*1 蔬炒花椰 芋頭白菜 有機蔬菜 冬至湯圓 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/23

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 醬燒嫩雞 麻油凍豆腐 沙茶海茸 履歷蔬菜 芹香蘿蔔湯
上將		白飯 宮保石斑魚 肉茸蒸蛋 冬瓜總匯 履歷蔬菜 蛋花味噌湯 水果
統鮮		紅藜燕麥飯 法式蘑菇燉雞 小黃瓜豆雞片 肉絲豆芽 產銷履歷蔬菜 關東煮湯
上將素食		蕎麥飯 宮保豆腸 蜜汁四方干 黃芽粉絲 素蟬刈菜仁 烤薯辦*3 蔬菜 味噌豆腐湯
全盛素食		麥片飯 煙燻素茶鵝*2 彩椒花椰 豆皮白菜 拌炒豆干絲 黑珍珠丸*1 蔬菜 芹香蘿蔔湯

統鮮素食



紅藜燕麥飯
蒲燒素鰻*1
咖哩油豆腐
芋泥包*1
香菜川耳
白菜滷
蔬菜
海芽素丸湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/26

廠商	菜色照片及說明	
全盛		大麥飯 海苔豬排 蔥花蒸蛋 清炒佛手瓜 履歷蔬菜 海帶排骨湯 水果
上將		地瓜飯 香滷豬排 番茄玉米蛋 香菇花椰 履歷蔬菜 麻油雞湯 水果
統鮮		蕎麥飯 京醬肉柳 家常油豆腐 開陽白菜 產銷履歷蔬菜 瓜仔雞湯 水果
上將素食		地瓜飯 燒素魚排*1 京醬麵腸 炒花椰菜 炒高麗 針菇筍片 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：111/12/27

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 芝麻蒲燒雞 香燒豆腐 雙色花椰菜 履歷蔬菜 刈菜雞湯
上將		白飯 南瓜咖哩雞 豆干炒肉絲 木耳鮮瓜 履歷蔬菜 肉骨茶湯
統鮮		白飯 麻油雞 翡翠烘蛋 脆拌結頭菜 產銷履歷蔬菜 筍絲羹湯
上將素食		白飯 咖哩骰子腐 素魷炒豆干 洋芋三色 炸黑米糕捲*1 清炒芥藍 蔬菜 蘿蔔素丸湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/28

廠商	菜色照片及說明	
全盛		豬肉油飯 蔥油雞排 花枝捲 木耳黃瓜 履歷蔬菜 高麗菜蛋花湯
上將		香菇肉絲油飯 燒里肌豬排 餡餅 海山醬結頭菜 履歷蔬菜 大滷湯
統鮮		肉鬆蛋炒飯 金黃豬排 獅子頭三色 麻香海帶芽 產銷履歷蔬菜 刈菜雞湯
上將素食		香菇油飯 莎莎醬素獅子頭*1 家常豆腐 芝麻包*1 素蠔燒紫茄 木耳豆芽 蔬菜 洋芋山藥湯

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/29

廠商	菜色照片及說明	
全盛		蕎麥飯 醬燒鮭魚排 鐵板油豆腐 針菇白菜 有機蔬菜 冬瓜雞湯 水果
上將		白飯 蜜汁煨雞肉 瓜仔干丁肉醬 彩蔬高麗 有機蔬菜 刈菜排骨湯 水果
統鮮		大麥飯 脆皮雞肉捲 拌飯肉燥干丁 油燜筍茸 有機蔬菜 味噌高麗湯 水果
上將素食		紅藜飯 三杯豆包 梅菜麵輪 紅絲菠菜 椒香毛豆莢 素鍋貼*1 有機蔬菜 大滷湯 水果

新北市立清水高中中央餐廚午餐菜色

日期：111/12/30

廠商	菜色照片及說明	
全盛		白飯 柴魚雞丁 菜脯炒蛋 炒海帶絲 履歷蔬菜 竹筍排骨湯 豆奶
上將		小米飯 香酥虱目魚排 什錦炒蛋 彩繪什錦 履歷蔬菜 番茄蔬菜湯 豆奶
統鮮		白飯 里肌豬排 黃金泡菜炒蛋 椒鹽四季豆 產銷履歷蔬菜 蕃茄黃芽湯 豆漿
上將素食		小米飯 孜然素肉排*1 醋溜腐竹捲 彩繪菇丁 豆豉燒苦瓜 小兔包*1 蔬菜 番茄豆皮湯 豆漿
全盛素食		糙米飯 塔香魚排*1 炸蘋果派*1 芝麻海根 紅片高麗菜 沙茶素腰花 蔬菜 麵線羹 豆漿
統鮮素食		五穀飯 素茶鵝*1 五更腸旺 喜兔甜包*1 素甜不辣關東煮 猴頭菇高麗 蔬菜 三絲湯 豆漿