

編號	餐廳名稱	行政區(鄉鎮市)	地址	聯絡電話	餐飲業態	符合健康元素	符合項目數	健康概念
1	幸福食堂	東河鄉	台東縣東河鄉興昌村74號	089-530440/0912352015	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.店內僅使用煎、煮、烤之烹調方法。 2.使用天然原肉、蔬菜無使用冷凍調理食品。 3.餐桌無另提供額外調味品。 4.蔬菜來源為店家農園自行耕種及當地小農供應。 5.套餐主食添加紅米、糙米及黑米穀物。
2	JUICE好喝	東河鄉	台東縣東河鄉133號	0938675713	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果	4	1.店內未提供油炸食品。 2.未使用加工調理食品，多為原型食物。 3.餐桌不提供額外調味品。 4.有提供新鮮果汁、水果盤、炒青菜及鍋物蔬菜盤加點服務。
3	興昌快餐店	東河鄉	台東縣東河鄉興昌村38號	089-531171	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果	4	1.便當主菜均以烤、滷煮烹調。 2.不使用加工調理食品作配菜。 3.無另提供餐桌額外調味品及湯品。 4.有提供3種以上新鮮蔬菜。
4	錦鶯越南美食館	東河鄉	台東縣東河鄉都蘭村30鄰237號	089-531112	餐館	成分單純、提供乳品、多蔬果	3	1.店內提供米食製品生菜及水果調製飲品。 2.有使用鮮乳調製飲品。
5	好好麵店	東河鄉	台東縣東河鄉東河村9鄰南東河213號	089-896509	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果	4	1.店內主要以滷、煮為烹調手法，未提供油炸食品。 2.多為原型食物未有加工食品。 3.餐桌未提供調味料，有設置主要醬料區，減少客人主動添加意願。 4.有提供竹筍、菇類、燙青菜。
6	阿婆麵店	東河鄉	台東縣東河鄉東河村386號	089-896220	餐館	少油炸、成分單純、多蔬果	3	1.麵攤無提供油炸類食品，多以水煮及滷為主。 2.未提供過度加工之食品。 3.多以收購在地農民栽種之青菜為主要來源。
7	東河豆花	東河鄉	台東縣東河鄉興昌38-1號	089-531400	甜品店	少油炸、成分單純、提供乳品、多穀物	4	1.有提供全穀及未精緻雜糧類之原型食物，如：紅豆、綠豆、芋頭等。 2.有使用鮮奶製作飲品。
8	杏容咖啡坊	台東市	台東縣台東市漢中街237號	089-351829	餐館	成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果	4	1.大多使用業者自家農園栽種之蔬菜，主菜肉品使用溫體內簡單調理。 2.餐桌不提供額外調味品。 3.使用鮮奶調製飲品。 4.使用新鮮當季蔬菜製作配菜。
9	找東西吃	台東市	台東縣台東市傳廣路123號	0909334307	甜品店	少油炸、成分單純、減鹽糖、多穀物	4	1.店內產品均以水煮烹調。 2.使用全穀及未精製雜糧類座位主要食材，如：紅豆、蓮子。 3.有提供無糖飲品並無提供其他加糖服務。
10	錢都日式涮涮鍋-台東博愛店	台東市	台東縣台東市博愛路321號	089-335668	火鍋店	少油炸、減鹽糖、多蔬果、多穀物	4	1.火鍋店無提供油炸食品。 2.餐桌未提供額外調味品，具備醬料區。 3.菜盤內提供多種新鮮蔬菜。 4.有供應南瓜、芋頭於菜盤中，具備全穀及未精製雜糧類。
11	食在飽分當(全民健飽)	台東市	台東縣台東市光明路116號	0963368437	便當店	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.具非油炸健康餐及舒肥餐供選購。 2.可選擇健康配菜，無加工食品。 3.具各式顏色之蔬果，便當內有蘋果和番茄。 4.便當供應五穀飯。
12	蔬念Vegine	台東市	台東縣台東市正氣路312巷12號	089-330218	滷味	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.店內無提供油炸食品。 2.無提供丸子類的加工品，無過度加工食品。 3.提供許多新鮮蔬菜可供選擇。 4.店內供糙米飯。
13	城市漢堡	台東市	台東縣台東市傳廣路173號	089-330131	早餐店	減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	4	1.內用桌上不提供額外調味品。 2.供鮮奶片及起司片。 3.有提供起司蔬菜捲餅，蔬菜類選項。 4.有提供芋頭瘦肉粥，含全穀及未精緻雜糧類。
14	撒里嵐風味食坊	台東市	台東縣台東市中興路二段49號	0955933924/0960628948	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.店內無供應油炸食品。 2.提供天然、生鮮食材簡單調味。 3.餐桌不提供額外調味品且提供無糖飲品。 4.供應新鮮野菜時蔬及水果。 5.套餐內含全穀及未精製雜糧類食物，如：南瓜、地瓜、小米等。
15	路·235cafe	台東市	台東縣台東市正氣北路235號	089-331816	早午餐	減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	4	1.餐桌未提供額外調味品。 2.有提供無糖飲品，如：美式咖啡、紅烏龍茶、芝麻鮮奶。 3.有使用乳製品，如：起士、乳酪、優格。 4.使用當季、自行耕種之水果入菜。 5.供應全麥厚片，使用地瓜、南瓜、馬鈴薯製作薯泥。
16	幸福綠豆	台東市	台東縣台東市中正路164號	089-342199	甜品店	少油炸、減鹽糖、提供乳品、多穀物	4	1.店內提供乳品調製，未使用油炸烹調。 2.提供未精製全穀雜糧類食物，如：地瓜、紅豆、綠豆、薏仁。
17	稻發稻粽	台東市	台東縣台東市更生路359號1樓	0976-131599		少油炸、成分單純、減鹽糖、多穀物	4	1.店內從事米食炊蒸製造，未使用油炸烹調。 2.使用原態食物，如：紅藜紫米、芋頭。 3.無提供餐桌額外調味品。 4.提供未精製全穀雜糧類於原民傳統料理當中。
18	緣之鮮養生黑白木耳飲	台東市	台東縣台東市建興路18號	089-510193	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.店內菜色不使用油炸烹調。 2.使用天然生鮮蔬菜、豆製品進行餐食製備。 3.餐桌不提供額外調味品。 4.為全素蔬食餐廳，無使用動物性相關製品。 5.甜湯及咖哩飯使用原態非精製全穀雜糧，如：紅豆、綠豆、薏仁、南瓜、紫米飯等。
19	傻啦慢食旅	台東市	台東縣台東市泰安街41號	0905-020803	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	6	1.店內菜色不使用油炸烹調。 2.使用原型食物，以原民傳統香料進行簡單調味，如刺蔥、月桃葉、馬告。 3.餐桌不提供額外調味品。 4.使用鮮奶調製飲品及點心，如：拿鐵咖啡、鮮奶茶、果汁牛奶、奶酪。 5.套餐內提供新鮮蔬菜、水果，另備有當季水果牛奶品項可選配。 6.套餐內含有蒸烤地瓜、紫薯、南瓜，輪替性供應黑麥雜糧麵包。
20	深山野熊號	達仁鄉	台東縣達仁鄉村4鄰41號	0930-669798	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多穀物	4	1.店內僅使用蒸煮、燉、滷之烹調方式，無使用油炸烹調。 2.餐點大多為原民傳統料理，取材於部落種植的野菜等作物進行烹調，不使用冷凍加工調理食品。 3.餐桌無提供額外調味品。 4.有供應芋頭、小米等全穀及未精製雜糧類主食。
21	漢堡大師輕食早午餐	池上鄉	台東縣池上鄉中山路268號	089-864212	早餐店	減鹽糖、提供乳品、多穀物	3	1.大部分原食材料由總公司中央廚房製作半成品，店內僅進行簡單復熱。 2.店內有販售鮮奶及相關調製飲品。 3.提供全麥麵包製作蛋餅。

22	美而欣早點	池上鄉	台東縣池上鄉中山路91號	089-862815	早餐店	減鹽糖、多穀物	2	1.業者自行製作燒餅、油條、包子饅頭，製麵糰炊蒸及烘烤油炸作業環境乾淨，無粉塵油污堆積。 2.餐桌未供應額外調味品，並有提供無糖飲品。 3.有提供紫米、全麥粒製作饅頭。
23	風之韻簡餐店	池上鄉	台東縣池上鄉福原村中正路24號	0960027065	餐館	減鹽糖、提供乳品、多蔬果	3	1.餐桌不提供額外調味品。 2.有提供以鮮奶調製之飲品。 3.提供炒時蔬及蔬食料理服務茹素者，簡餐內配菜有供應時蔬。
24	新榮美自助餐	池上鄉	台東縣池上鄉中山路224號	089-861643	自助餐	減鹽糖、多蔬果、多穀物	3	1.餐桌不提供額外調味品。 2.為傳統在地經營逾40年之自助餐。 3.有供應當季新鮮蔬菜。 4.有提供南瓜、玉米入菜，供消費者自選。
25	舒食男孩	池上鄉	台東縣池上鄉中華路69號	089-863073	餐館	成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	5	1.使用生鮮蔬果。 2.使用初鹿鮮乳調製飲品。 3.套餐內包含3種以上新鮮酥果及水果。 4.主食提供紫米飯、紅藜麵，配菜選用南瓜及蓮藕。
26	保庇素食館	池上鄉	台東縣池上鄉中山路152號之1	089-861733	自助餐	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.店內未提供油炸烹飪食品。 2.無提供餐桌額外調味品。 3.提供消費者天然蔬菜菜餚至少3道以上。 4.提供十穀雜糧飯、南瓜，湯品內容物含芋頭、蓮子、椰粉。
27	海端早餐店	海端鄉	台東縣海端鄉海端村西莊33號	0972187184	早餐店	少油炸、提供乳品	2	1.店內未提供油炸食品。 2.有起司搭配餐點。
28	四川飯店	海端鄉	台東縣海端鄉霧鹿村1鄰霧鹿7號	089-935037	餐館	成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果	4	1.使用天然食材、生鮮進行調理。 2.未提供餐桌額外調味料。 3.無使用加工調理食品。 4.有販售國農保久乳飲品 5.提供在地食材，如：高山高麗菜、鮮筍、番茄
29	米奇漢堡	成功鎮	台東縣成功鎮中華路171號	089-853897	早餐店	減鹽糖、提供乳品、多蔬果	3	1.餐桌無提供額外調味品。 2.有提供無糖咖啡。 3.店內拿鐵鮮奶茶均使用鮮乳配製。 4.店內菜單有提供莎拉選單，內含生鮮蔬菜。
30	成功休息站	成功鎮	台東縣成功鎮漢口街1號	089-853038	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖	3	1.店內僅提供簡單復熱之熟食，如：包子、饅頭及粽子。 2.提供方便菜餚，如： 海菜 、牛肉麵、滷肉飯，未提供油炸品。 3.餐桌未提供額外調味料。
31	巨森早餐吧	成功鎮	台東縣成功鎮太平路36號	089-855038	早餐店	減鹽糖、提供乳品、多蔬果	3	1.餐桌未提供額外調味品。 2.有販售鮮乳及使用鮮乳調製飲品。 3.有使用起司做搭配選擇。 4.有提供蔬菜系列之早餐選項。
32	三仙台包子店	成功鎮	台東縣成功鎮大同路67號	089-850468	中式烘焙業	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.店內僅使用炊蒸烹調。 2.菜包、芝麻包等餡料均為店家以原料調製。 3.餐桌無額外提供調味品。 4.素食鹹包子內餡使用新鮮竹筍、高麗菜、紅蘿蔔。 5.有提供芋頭包、雜糧饅頭及薏仁飲品。
33	麥早餐	成功鎮	台東縣成功鎮中華路179號	089-852380	早餐店	提供乳品、多蔬果	2	1.店內有販售包裝保久乳飲品。 2.有提供蔬菜系列之早餐選項。 3.有生菜沙拉作為配餐選項。
34	純品早餐店	成功鎮	台東縣成功鎮大同路55號	089-850110	早餐店	成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果	4	1.店內雞腿排產品，由業者進貨生鮮雞肉自己調理，非組合肉。 2.餐桌不提供額外調味品。 3.店內有販售包裝乳飲品及鮮乳配製之鮮奶茶。 4.有提供多種蔬菜夾餡之蔬菜三明治、吐司。
35	早安美芝城(成功中山店)	成功鎮	台東縣成功鎮中山路58號	089-852852	早餐店	提供乳品、多蔬果	2	1.提供起司選項，如：起司蛋餅、起司土司等。 2.提供蔬菜軟法等多蔬菜品項。
36	大涼冰果店	成功鎮	台東縣成功鎮中華路60號	089-853936	冰店	少油炸、提供乳品、多蔬果、多穀物	4	1.為傳統冰果店，無油炸食品。 2.有使用鮮乳調製現打水果牛奶。 3.蔬果汁使用新鮮紅蘿蔔、苦瓜等蔬菜調製，並有水果切盤。 4.有提供紅豆、綠豆、薏仁、芋頭等全穀及未精製雜糧類。
37	成功海銀行	成功鎮	台東縣成功鎮中華路66號	089-851552	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、提供乳品	4	1.不提供油炸食品，使用水煮、炙燒、涼拌等低油烹調。 2.風味餐均使用天然生鮮食材料理。 3.餐桌無提供額外調味品。 4.有使用鮮乳調製飲品。
38	鹿野香自助餐	鹿野鄉	台東縣鹿野鄉鹿野村中華路二段35號	089-552057	自助餐	減鹽糖、多蔬果	2	1.餐飲場所餐桌未提供額外調味品。 2.自助餐檯有供應新鮮、當季炒青菜。
39	金名城麵包	鹿野鄉	台東縣鹿野鄉鹿野村中華路二段102號	089-550067	西式烘焙業	成分單純、提供乳品、多穀物	3	1.店內有販售鮮乳及乳飲品，烘焙產品有添加乳酪。 2.有提供全麥土司及雜糧堅果麵包。
40	早安美芝城	鹿野鄉	台東縣鹿野鄉鹿野村中華路一段438號	089-550416	早餐店	減鹽糖、提供乳品	2	1.餐桌不提供額外調味品。 2.有提供起士、鮮乳調製之飲品。
41	小脷小吃部	鹿野鄉	台東縣鹿野鄉龍田村8鄰光榮路417號	0988-317031	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖	3	1.僅使用炊蒸煮飯及湯麵設備，無使用油炸烹調。 2.均使用天然生鮮食材烹煮。 3.餐桌未提供額外調味品。
42	蒸香五彩手工饅頭	鹿野鄉	台東縣鹿野鄉永嶺路77號	089-551892	中式烘焙業	少油炸、成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	6	1.店內僅使用炊蒸烹調。 2.店內製品色素均使用天然食物顏色，例如：紅-紅麴米；黃-南瓜泥萃取；綠-鹿野茶葉磨製。 3.使用瑞穗鮮乳及奶粉為基底製作鮮奶饅頭。 4.不提供額外調味品。 5.菜包餡料含高麗菜、木耳、豆包等。 6.有提供全穀及未精製雜糧類製作餐點。
43	Li'ay 里愛	長濱鄉	台東縣長濱鄉長濱村11鄰278號	0955-677379	早餐店	少油炸、減鹽糖、提供乳品、多蔬果	4	1.店內不使用油炸烹調。 2.不提供餐桌額外調味品。 3.使用鮮乳調製飲品，如：起司。 4.使用新鮮蔬菜入套餐內，如：洋蔥、青椒、大番茄。
44	令我意自助餐	長濱鄉	台東縣長濱鄉長濱村中興路7鄰10號	089-832838	自助餐	成分單純、多蔬果、多穀物	3	1.提供至少3道以上新鮮當季時蔬。 2.提供地瓜、芋頭、南瓜菜餚。
45	彩虹蔬食	長濱鄉	台東縣長濱鄉長濱4~3號	0926-382336	無菜單料理 蔬食料理	少油炸、成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	6	1.店內不使用油炸烹調。 2.使用生鮮蔬果烹調，未使用冷凍加工調理食品。 3.未提供餐桌額外調味品。 4.使用鮮乳調製飲品。 5.店內米飯以白米為基底並添加五穀米作搭配。

46	馨家小廚	長濱鄉	台東縣長濱鄉100號	0937-821997	餐館	少油炸、減鹽糖、多蔬果	3	1.大部分菜色以熱炒方式烹飪，僅有椒麻雞料理經由油炸烹調。 2.餐桌不提供額外調味料。 3.可提供時令蔬菜。
47	法國麵包	卑南鄉	台東縣卑南鄉太平村和平路95號	0972-535955	餐館	少油炸、成分單純、提供乳品、多蔬果	4	1.店內產品均以烤、煮、涼拌烹調。 2.多使用新鮮生菜、小黃瓜、紅白蘿蔔及番茄做配料。 3.店內拿鐵咖啡使用鮮乳調製。
48	太平賞味家早餐鋪	卑南鄉	台東縣卑南鄉太平村太平路135-1號	089-380865	早餐店	提供乳品、多蔬果、多穀物	3	1.鮮奶茶飲品具備乳製品。 2.供應田園蔬菜起司堡，具乳製品及多蔬果。 3.店家提供全麥吐司。
49	朱小吃店	卑南鄉	台東縣卑南鄉太平村太平路335號	089-383583	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果	4	1.店內無提供油炸餐點。 2.餐桌無提供額外調味品。 3.店內菜色多以原型食物為主，僅有鹹魚及香腸用到高度加工食品。 4.店內提供多種蔬菜。
50	吃麵族坊	卑南鄉	台東縣卑南鄉利嘉村利民路166號	089-380701	餐館	少油炸、成分單純、多蔬果	3	1.店內無提供油炸食品。 2.店內無加工食品。 3.店內提供燙青菜選項。
51	野饅味手工坊	台東市	台東縣卑南鄉東興村東園一街115巷3號	089-380556	中式烘焙業	少油炸、成分單純、減鹽糖、多穀物	4	1.使用炊蒸方式，無使用油炸烹調。 2.使用新鮮蔬菜、芋頭、紅豆原粒、黑芝麻粒自行後續加工調理。 3.有使用蔬菜入產品，供應素包(高麗菜包)、蔥花捲。 4.餐桌為提供額外調味品。 5.有使用全穀及未精製雜糧類入產品。 6.有提供客製化饅頭包子，如：紅藜菜包。
52	珊瑚的店	卑南鄉	台東縣卑南鄉溫泉村395號	0970-108137	便當店	成分單純、減鹽糖、多蔬果	3	1.配菜多以新鮮蔬菜供給。 2.餐桌上不提供額外調味品。
53	早安美之城關山分店	關山鎮	台東縣關山鎮民生路10之8號	089-812440	早餐店	提供乳品、多蔬果	2	1.有販售包裝調味乳飲品及鮮奶調製飲品。 2.有使用番茄、小黃瓜、生菜及洋蔥製作蔬菜系列早餐。
54	佳香自助餐	關山鎮	台東縣關山鎮中山路7號	0973-821880	自助餐	減鹽糖、多蔬果	2	1.餐桌無提供額外調味品。 2.為傳統自助餐業者。 3.有提供當季鮮蔬。
55	關山真好自助餐店	關山鎮	台東縣關山鎮中華路1-5號	089-813107	自助餐	減鹽糖、多蔬果、多穀物	3	1.無提供餐桌額外調味品。 2.提供多種新鮮蔬菜供消費者自選。 3.供應南瓜、馬鈴薯、玉米等未精製雜糧食材。
56	阿娟黑白切小吃部	關山鎮	台東縣關山鎮中華路27號	089-811551	餐館	少油炸、成分單純、多蔬果	3	1.店內無使用油炸烹調。 2.大多使用生鮮食材進行烹調。 3.提供當地新鮮野菜，供應涼拌小黃瓜、海帶。
57	秋香坊-縱谷風吹的魚	關山鎮	台東縣關山鎮大同路30號	0928211245	餐館	成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	5	1.多使用在地食材入菜做料理。 2.店內不提供餐桌額外調味品。 3.採用萬丹紅豆、關山紫米、鮮奶製作甜點。 4.使用當地小農生產的野菜為時令青菜，並採當季水果製成沙拉。 5.輪替性使用全穀及未精緻雜糧類製作小菜、開胃菜。 6.主食米飯提供芋香米、五穀紫米飯選項。
58	潘仔虱目魚粥	關山鎮	台東縣關山鎮中華路25號	089-810383	餐館	少油炸、多蔬果、多穀物	3	1.店內無使用油炸烹調。 2.有提供燙青菜、蔬菜湯等7種時蔬。 3.採用關山皇家穀堡出品製作五穀飯。
59	達興山號Ni camak's kitchen	大武鄉	台東縣大武鄉南興村達興3號	0932-221039	餐館(無菜單料理)	少油炸、成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	6	1.店內採用水煮、烘烤等低油烹調，不使用油炸烹煮。 2.使用在地、當季農產，不使用冷凍加工調理食品。 3.餐桌不提供額外調味品。 4.蝸牛披薩有添加乳製品烹調，並輪替性供應以初鹿鮮奶製作之冰品。 5.業者使用在地小農種植的水果製作餐後甜點。 6.湯品中使用樹豆、小芋頭、筍類、香菇，餐點搭配有新鮮蕨類、蔬菜、玉米筍、菇類。 7.主食吉拿富中含有八月豆、南瓜絲、小米等全穀及未精製雜糧類。
60	弘爺漢堡大武店	大武鄉	臺東縣大武鄉復興路72號	089-792363	早餐店	提供乳品、多蔬果	2	1.有提供包裝調味乳品、起司片及鮮乳調製飲品。 2.套餐組合內含小黃瓜
61	勻蛋豐輕坊	大武鄉	臺東縣大武鄉政通五街	089-791278	早餐業	減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	4	1.餐桌未提供調味品，集中擺放於醬料區。 2.提供鮮乳及鮮奶調飲，並於菜單上標註含奶飲品皆為鮮奶調製，無使用奶精或奶水。 3.提供蔬菜吐司、漢堡等套餐品項均附蔬果沙拉、吐司內蔬菜豐富。 4.提供全麥、地瓜等品項。
62	瑞麟美而美尚武店	大武鄉	臺東縣大武鄉尚武村客庄路60號	089-790001	早餐業	減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	4	1.餐桌無提供調味料，集中擺放於醬料區。 2.提供鮮乳、鮮奶茶、鮮奶豆漿等品項。 3.提供蔬菜吐司。 4.飲品供應黑芝麻燕麥、紅豆薏仁、燕麥薏仁，包子有芋頭包品項。
63	阿塹壹部落廚坊	達仁鄉	臺東縣達仁鄉八鄰116號	0958 090 180	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、多蔬果、多穀物	5	1.店內無提供煎炸品項，堅持使用傳統烹調手法。 2.餐點皆為在地食材新鮮自製。 3.無使用調理食品，餐桌及店內未提供額外調味品。 4.套餐內使用多種蔬果，多使用在地蔬菜入料理。 5.cinavu使用小米或芋頭粉製成，白飯添加紅藜烹煮。 6.餐點內提供南瓜、紅豆、地瓜等全穀食物。
64	麻里マリ 朝午餐-太麻里店	太麻里鄉	臺東縣太麻里鄉至善路17號	089-781058	早餐店	成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果	4	1.拼盤中的雞塊、薯條可替換成蔬果沙拉或美式炒蛋。 2.店內具無糖飲品。 3.有販售鮮奶豆漿、鮮奶茶等鮮奶系列品項。 4.蔬果沙拉含蘋果、芭樂、柳丁、小黃瓜。
65	牛肉宅藜麵	太麻里鄉	臺東縣太麻里鄉21號	0966-705183	餐館	少油炸、成分單純、減鹽糖、提供乳品、多蔬果、多穀物	6	1.店內多使用滷製，未使用油炸。 2.湯頭自熬，使用天然蔬果、洋蔥、蘋果、蘿蔔、芹菜熬煮，無添加味精。 3.餐桌無提供醬料，有設置醬料區減少客人攝取。 4.菜單內有海帶、醃小黃瓜可供選擇，牛肉麵蔬菜可選擇小白菜獲在地野菜。 5.店內麵條可選擇使用紅藜麵。

66	去拿早餐 Quna brunch	太麻里鄉	臺東縣太麻里鄉德輝路7號	0909-023663	早餐店	減鹽糖、提供 乳品、多蔬 果、多穀物	4	1.無每桌提供醬料，另有醬料區。 2.有鮮奶系列飲品。 3.有蔬菜吐司、蛋餅、漢堡，蛋餅內含紫高麗菜。 4.有紅藜蛋餅、小米蛋餅和全麥吐司等全穀及未精製雜糧類之選項。
67	穀白那哪手工麵包工作 室	太麻里鄉	臺東縣太麻里鄉金崙路4鄰 119之2號	0980-194261	西式烘焙業	少油炸、成分 單純、減鹽 糖、提供乳 品、多蔬果、 多穀物	6	1.店內皆為烘焙品，無油炸物。 2.麵包無使用卡士達醬等，使用天然在地食材入麵包。 3.無使用果醬、糖粉。 4.有地瓜乳酪口味。 5.含芒果、柳橙、飛機菜、紫萵草、咸豐草等。 6.依季節不定期推出紅藜、小米、樹豆、地瓜口味。
68	越南小廚	太麻里鄉	臺東縣太麻里鄉外環路49號	0922-327831	餐館	成分單純、減 鹽糖、多蔬果	3	1.店內除牛肉丸外，無過度加工製品。 2.無逐桌提供調味品，設置調味品料區。 3.春捲、河粉等內含多種蔬菜(洋蔥、生菜、豆芽菜等)。 4.每道菜均提供堅果種子類(花生)。
69	Kituru	太麻里鄉	臺東縣太麻里鄉大溪路110 號	089-761295	餐館	少油炸、成分 單純、減鹽 糖、提供乳 品、多蔬果、 多穀物	6	1.菜單內未含油炸物。 2.未使用調理食品，肉排、饅頭皆為自家手工製作。 3.餐桌無提供額外調味料，飲品皆可製作無糖。 4.提供紅茶拿鐵、榲果牛奶、紅藜牛奶等乳品選項。 5.山地飯套餐內含3種蔬菜(A菜、龍葵、刺蔥)，pikak堡含黃瓜、生菜、蕃茄。 6.套餐內含紅藜、南瓜等全穀及未精製雜糧類。
70	伊述慢活 Idu Enjoy	達仁鄉	臺東縣達仁鄉17號	0972-181314	餐館	少油炸、成分 單純、減鹽 糖、提供乳 品、多蔬果、 多穀物	6	1.店內無菜單料理無提供炸物，唯有小朋友餐點內含雞塊。 2.當季在地新鮮食材無過度加工食品。 3.餐桌無提供額外調味料。 4.無菜單料理內含青龍辣椒、龍鬚菜、紅龍果、釋迦、雨來菇。 5.店內提供紅藜饅頭、地瓜、玉米、小米吉拿夫等全穀及未精製雜糧類。
71	麻里マリ 朝午餐	台東市	台東縣台東市中華路二段 166號	089-3221660	早餐店	成分單純、減 鹽糖、提供乳 品、多蔬果	4	1.套餐拼盤之炸物可客製化更換為炒蛋。 2.有提供無糖飲品選項。 3.餐桌未提供額外調味品。 4.有供應鮮乳飲品、起司、乳酪絲，店內另有提供自製水果價格給予民眾搭配餐食。 5.拼盤中有新鮮截切水果、蔬食，另有蔬菜沙拉選項，內含小黃瓜、大蕃茄、美生菜、鳳梨、柳丁、蔬果。
72	橙之飽早餐店	太麻里鄉	台東縣太麻里鄉太麻里街 232號	089-783611	早餐店	減鹽糖、提供 乳品、多蔬果	3	1.有提供無糖豆漿。 2.餐桌無提供額外醬料。 3.有提供鮮奶茶、起司等乳製品。 4.有販售蔬菜吐司、蔬菜蛋餅。
73	臺東旅行博物館(花里 岸)	台東市	臺東縣台東市博物館路1號	089-380064	餐館	少油炸、成分 單純、減鹽 糖、提供乳 品、多蔬果、 多穀物	6	1.餐點內無油炸物。 2.稀釋套餐內含有起司片。 3.店內提供鮮乳飲品，例如：抹茶牛奶、淡可可牛奶。 4.套餐蔬果盤含鳳梨、紅蘿蔔、芹菜、玉米筍。 5.湯品輪替更換，提供之南瓜濃湯、小米粥，屬全穀及未精製雜糧類。
74	浪豆花	台東市	臺東縣台東市漢陽北路193 號	089-333392	甜品店	少油炸、減鹽 糖、提供乳 品、多穀物	4	1.為傳統豆花甜品店，無油炸食品。 2.有另提供無糖之飲品及豆花。 3.有使用鮮乳調製飲品。 4.有提供全穀及未精製雜糧類，例如：紅豆、綠豆、紅藜粉糰。
75	八八商號	金峰鄉	台東縣金峰鄉嘉蘭村3鄰121 號	089-751383	便當店	提供乳品、多 穀物	2	1.有提供包裝保久乳(國農牛乳)選購。 2.有販售全麥饅頭、紅豆包、芋頭包等全穀及未精製雜糧類自選主食。
76	黑孩子黑咖啡	台東市	臺東縣台東市知本路一段台 東市臺東縣950	0975-516569	餐館	少油炸、減鹽 糖、提供乳品	3	1.店內未提供油炸食品。 2.餐桌無提供額外調味品。 3.有使用初鹿鮮奶調製飲品，輕食套餐內附有燕麥穀物價格，且烘焙之歐式乳酪麵包使用乳製品搭配在地食材洛神、百香果及原民常見香料植物(馬告)進行調理。
77	講蜜蜜特色餐廳	金峰鄉	臺東縣金峰鄉67號	089-771520	餐館	少油炸、成分 單純、減鹽 糖、多蔬果、 多穀物	5	1.店內餐食均無使用油炸方式烹煮。 2.使用天然食材烹煮料理，簡單調味，利用蒸、水煮、烤，向食物本身借油、水的烹調概念置備餐食。 3.餐桌未提供額外調味品。 4.餐點內使用新鮮截切水果與新鮮烤蔬菜搭配。
78	古早人ㄟ厝	鹿野鄉	台東縣鹿野鄉光榮路241號	089-550497	餐館	成分單純、減 鹽糖、多蔬 果、多穀物	4	1.多使用天然食材、在地食材料理烹調，如：鹿野土雞、木鱉果、茶葉滷肉、紅烏龍滷蝦。 2.餐桌未提供額外調味料。 3.使用當季新鮮水果蔬菜製作，餐前開胃菜佐以堅果類，另有金銀蛋拌野菜(皮蛋、鹹蛋切丁拌地瓜葉)。 4.套餐內有提供紫米飯作主食，搭配蒸地瓜作為配料。
79	同班同學早餐吧	延平鄉	台東縣延平鄉桃源村5鄰昇 平路97號	089-561532	早餐店	減鹽糖、提供 乳品、多蔬果	3	1.餐桌無提供額外調味品。 2.有販售包裝保久乳及起司蛋餅/吐司，作為乳品攝取來源。 3.有提供蔬菜系列餐點，內有大番茄、苜蓿芽、葡萄乾。
80	自己人早餐店	延平鄉	台東縣延平鄉桃源村昇平路 60號	089-561562	早餐店	提供乳品、多 穀物	2	1.奶茶、咖啡使用三合一粉末沖調，另有起司片搭配抓餅、吐司類早餐作為乳品攝取來源。 2.有提供紅豆包、芋頭豆沙包子。
81	半朵 - 私房菜 MIDUO 綠島餐廳	綠島鄉	台東縣綠島鄉漁港35號	0977-729382	餐館	成分單純、減 鹽糖、多蔬果	3	1.店內使用新鮮食材進行烹調，豬排採溫體肉自行醃漬。 2.餐桌未提供額外調味品。 3.業者套餐中餐點輪替使用手工鮮奶酪或仙草凍。
82	恬馨池上飯包 - 台東綠 島店	綠島鄉	台東縣綠島鄉南寮102之2號	089-672711	便當店	減鹽糖、多蔬 果、多穀物	3	1.餐桌無提供額外調味品。 2.店內青菜僅用汆燙簡單調味，菜色依天候、季節、船班因素進行調整。 3.冬季期間另提供五穀飯加購。
83	樸樂廚房【綠島燈塔 店】	綠島鄉	台東縣綠島鄉153號	089-672558	餐館	減鹽糖、提供 乳品、多蔬 果、多穀物	4	1.餐桌未提供額外調味品。 2.使用保久乳調製飲品及使用起司片入菜。 3.輕食套餐內包含新鮮蔬菜(生菜、小黃瓜、紫高麗菜、紅捲萵苣、大蕃茄)及新鮮水果(蘋果、柳丁、小蕃茄)，菜單內另備有冷盤蔬菜沙拉選項。 4.使用全麥穀物製成漢堡包，運用南瓜進行湯品與麵食烹煮。

84	巨森早餐吧	綠島鄉	台東縣綠島鄉漁港23號	089-672157	早餐店	減鹽糖、提供乳品、多蔬果	3	1.店內有固定提供無糖豆漿、並且無逐桌提供餐桌額外調味品。 2.店內有提供起司片選購添加於早餐內。 3.店內蔬菜系列固定菜色有洋蔥、小黃瓜、生菜葉等新鮮蔬菜搭配。
----	-------	-----	-------------	------------	-----	--------------	---	---