



食尚玩家總整理

縣市	鄉鎮市區	店名	電話	地址	備註	營業時間 (僅供參考以店家實際營業時間為主)
宜蘭縣	宜蘭市	大鼻南包子	03-8921200	宜蘭市大坡路二段215號	肉包, 豆沙包, 梅干扣肉, 饅頭	04:30-09:30 14:00-17:30 週日下午 週一早上公休
宜蘭縣	宜蘭市	宜大紅豆餅	03-9354873	宜蘭市女中路三段12號	芋頭, 奶油, 芋頭奶油車輪餅	14:00-20:00 週日公休
宜蘭縣	宜蘭市	景德炸醬麵	03-9365287	宜蘭市小東路13號之5	炸醬麵, 麻醬麵	06:00-20:00
宜蘭縣	宜蘭市	廟口紅糟魷魚	03-9366556	宜蘭市中山路三段104號(媽祖廟口攤子)	紅糟魷魚, 香菇肉粥	19:00-02:00 賣完為止
宜蘭縣	宜蘭市	十六崁瓜仔雞	03-9364797	宜蘭市中山路三段156號	瓜仔雞, 麻醬麵	12:00-24:00
宜蘭縣	宜蘭市	十六崁檸檬愛玉	03-9358698	宜蘭市中山路三段156號	檸檬愛玉	10:00-22:00
宜蘭縣	宜蘭市	太平洋雞排	03-9330011	宜蘭市中山路三段187號	黃金雞排, 冠軍雞排, 龍鳳腿, 炸餛飩	15:00-24:00
宜蘭縣	宜蘭市	北門綠豆沙牛奶	03-9322852	宜蘭市中山路三段208號	綠豆沙牛奶	10:30-21:00
宜蘭縣	宜蘭市	文昌路炸醬麵	03-9351875	宜蘭市文昌路38號	炸醬麵, 綜合湯	06:00-23:00
宜蘭縣	宜蘭市	正雄小吃	039-351159	宜蘭市文昌路5號	米粉炊, 煙燻鴨肉, 豬頭肉	10:00-17:00 賣完為止
宜蘭縣	宜蘭市	小水牛	03-9330113	宜蘭市民族路385號	雪花冰, 抹茶牛奶, 咖啡藍莓	12:00-23:00
宜蘭縣	宜蘭市	馬西的店	03-9314119	宜蘭市民族路三段66號	涼拌荷包蛋, 香芋櫻花蝦, 芥菜雞湯, 鐵板豆腐, 滷肉飯	17:00-24:00 每月第2、4週二公休
宜蘭縣	宜蘭市	蘭城晶英酒店	03-9101011	宜蘭市民權路二段36號6樓	櫻桃鴨五吃(片皮櫻桃鴨捲, 烤鴨握壽司, 生菜鴨絲, 櫻桃鴨麻糬, 鴨架湯)	11:30-14:00 17:30-21:00
宜蘭縣	宜蘭市	3Q烘焙坊	03-9310099	宜蘭市宜興路二段1號	三星蔥蛋糕捲, 金沙巧克力捲	09:00-22:00
宜蘭縣	宜蘭市	古早味麻糬		宜蘭市昇平街與南興街交叉口 (北館市場)	草仔粿, 麻糬	-
宜蘭縣	宜蘭市	東門夜市龍鳳腿	0955-483976	宜蘭市東門夜市內	一串只賣五元的人氣龍鳳腿, 雞肉串	15:30-17:30
宜蘭縣	宜蘭市	嘟好燒	0933-242981	宜蘭市東門夜市內橋下與和睦路交叉口	嘟好燒	15:30-22:30
宜蘭縣	宜蘭市	五間藥燉排骨	0934-302688	宜蘭市東門夜市旁	越晚越熱鬧的藥膳排骨店, 枸杞土虱	15:30-01:00
宜蘭縣	宜蘭市	美茶坊	0918-123471	宜蘭市東港陸橋下緊鄰宜蘭火車站(東門夜市50號攤位)	白波霸奶茶	16:00-01:00
宜蘭縣	宜蘭市	東山鴨頭		宜蘭市東港陸橋下緊鄰宜蘭火車站(東門夜市入口)	大腸鴨頭, 豆干鴨, 腳脰	18:00-23:30
宜蘭縣	宜蘭市	彭家蔥油餅	0913-505545	宜蘭市東港陸橋下緊鄰宜蘭火車站(東門夜市入口)	蔥油餅	15:00-24:00
宜蘭縣	宜蘭市	亞都宜蘭麻糬	03-9374131	宜蘭市東港路51號	網購族也瘋狂的奶凍甜點, 鳳凰餅	08:00-21:00
宜蘭縣	宜蘭市	水姑娘龍蝦碳烤	0933-772333	宜蘭市建業路7-10號	碳烤龍蝦, 肥豬蝦, 培根干貝捲	15:00-01:00
宜蘭縣	宜蘭市	豪野鴨	03-9289580	宜蘭市津梅路69巷2號	特級煙燻鴨胸, 特級黑胡椒煙燻鴨胸, 特級煙燻鴨腿	09:00-12:00 13:30-18:00 週日公休
宜蘭縣	宜蘭市	阿添魚丸米粉	03-9310231	宜蘭市負郭路25巷5號	魚丸米粉	06:00-11:00 週一公休
宜蘭縣	宜蘭市	正常鮮肉小籠包	03-9325641	宜蘭市泰山路25號之1	小籠包	08:00-12:3 15:00-19 週一公休
宜蘭縣	宜蘭市	麟手創料理	03-9368658	宜蘭市泰山路58之2	台灣新食神手創料理-金鼎套餐, 赤璋甜點	12:00-14:30 18:00-21:30
宜蘭縣	宜蘭市	三合蔥燒餅	03-9324532	宜蘭市泰山路80號	宜蘭燒餅	10:00-21:00
宜蘭縣	宜蘭市	黑店冰店	03-9329382	宜蘭市神龍路二段63號	花生冰, 牛奶冰	11:00-17:50
宜蘭縣	宜蘭市	天天來水餃	03-9358526	宜蘭市健康路二段116號	手工水餃, 酸辣湯	11:00-22:30
宜蘭縣	宜蘭市	一香飲食店	03-9323289	宜蘭市康樂路137巷7號 (北館市場內)	麻醬麵, 餛飩湯	05:30-17:30
宜蘭縣	宜蘭市	四海居	03-9368098	宜蘭市康樂路137巷9號 (北館市場內)	什錦湯麵, 鹽酒雞, 粉肝, 鯊魚煙, 卜肉	06:00-16:00 週一公休
宜蘭縣	宜蘭市	東北角魯肉飯	03-9333406	宜蘭市康樂路34號	學生尚歡喜銷魂小吃店-滷肉飯套餐, 豬腳飯套餐	12:00-21:00 每月第三個週日公休
宜蘭縣	宜蘭市	亞典菓子工場	03-9286777	宜蘭市梅洲二路122號	紅豆蛋糕, 天使蛋糕, 蛋糕泡芙	09:00-18:00
宜蘭縣	宜蘭市	橘之鄉	03-9285758	宜蘭市梅洲二路33號	蜜餞	08:00-18:00
宜蘭縣	宜蘭市	吳記胡椒餅	03-9323092	宜蘭市復興路一段87號	蔥油餅, 鹹酥餅	平13:30-19:00 假06:30-12:00 週一公休
宜蘭縣	宜蘭市	泰山烤肉		宜蘭市復興路二段170號	炭火五花肉, 培根串, 雞屁股, 豬肉串	17:00-24:00



食尚玩家長總整理

縣市	鄉鎮市區	店名	電話	地址	備註	營業時間 (僅供參考以店家實際營業時間為主)
宜蘭縣	宜蘭市	渡小月	03-9234414	宜蘭市復興路三段58號	糕渣西魯肉, 手路菜園宴	12:00-14:00 17:00-21:00
宜蘭縣	宜蘭市	蘭陽風味館	03-9359989	宜蘭市進士路19號	阿母思念入正港蘭陽味, 糕渣, 西魯肉	-
宜蘭縣	宜蘭市	游家麻糬米糕	03-9364929	宜蘭市新民路100巷9號	麻糬米糕, 紅麴米糕, 黑糖米糕	08:00-賣完為止
宜蘭縣	宜蘭市	大麵章	03-9329652	宜蘭市新民路139-1號	愛開不開賭博麵-香菇魚丸, 餛飩, 麻醬麵	14:30-01:00
宜蘭縣	宜蘭市	老福魚丸米粉	0963-004293	宜蘭市新興路45號	魚丸米粉湯, 豬頭皮	08:00-17:00 週一公休
宜蘭縣	宜蘭市	南塘水餃館	03-9362091	宜蘭市聖後街85號	桌桌爆滿的小角落水餃店, 熟水餃	14:00-24:00
宜蘭縣	宜蘭市	阿茂米粉羹	03-9314510	宜蘭市聖後街95號	米粉羹, 臭豆腐	07:00-21:00 每月第2、4週二公休
宜蘭縣	宜蘭市	老吳排骨酥	03-9358437	宜蘭市舊城北路123號 (北門市場內)	排骨酥湯, 餛飩排骨酥麵	11:00-14:00 17:00-24:00
宜蘭縣	宜蘭市	北門肉羹	03-9324293	宜蘭市舊城北路141號	蒜味肉羹	09:00-00:30 週日到18:00
宜蘭縣	宜蘭市	北門米粉炒	0935-633633	宜蘭市舊城北路146之2號	三層肉, 米粉炒	16:00-01:00 週日一公休
宜蘭縣	宜蘭市	楊記餡餅	03-9355836	宜蘭市舊城西路71-2號	豬肉餡餅, 牛肉捲餅, 芝麻蔥油餅, 牛肉湯	(麵)10:00-19:30 (餅)08:00-19:30
宜蘭縣	頭城鎮	大溪漁港-三星蔥油餅	0937-084269	宜蘭縣頭城鎮大溪里外大溪路375號(大溪漁港)內	量多爆走版的蔥油餅	12:00-18:00
宜蘭縣	頭城鎮	大溪漁港-花生捲冰淇淋	0955-289785	宜蘭縣頭城鎮大溪里外大溪路375號(大溪漁港)內	花生捲冰淇淋	11:00-18:00
宜蘭縣	頭城鎮	大溪漁港-蚵仔煎	0910-184125	宜蘭縣頭城鎮大溪里外大溪路375號(大溪漁港)內	來漁港吃尚青飛海鮮綜合煎, 米粉爌	12:00-18:00
宜蘭縣	頭城鎮	一品老店	03-9780199	宜蘭縣頭城鎮民鋒路6-7號	碗粿	08:00-21:30
宜蘭縣	頭城鎮	頭城城堡咖啡館	0924-020088	宜蘭縣頭城鎮石空路95號	咖啡	平日08:00-18:00 假日08:00-19:00
宜蘭縣	頭城鎮	樂星日式小吃	03-9777525	宜蘭縣頭城鎮西一巷13-15號	衝浪客最愛日式小吃-豬排定食, 烤日本鯖魚定食	平日11:30-13:40 17:00-20:30 假日11:30-13:30 17:00-20:00
宜蘭縣	頭城鎮	頭城休閒農場	03-9772222	宜蘭縣頭城鎮更新路125號	DIY胡椒餅、地瓜焿窯	-
宜蘭縣	頭城鎮	藏酒酒莊	03-9778555	宜蘭縣頭城鎮更新路126-50號	葡萄酒	平日09:00-21:00 假日09:00-21:00
宜蘭縣	頭城鎮	北宜蛋之家-將軍茶葉蛋	03-9875588	宜蘭縣頭城鎮青雲路一段117號	北宜公路傳奇-八仙湯, 將軍蛋	09:00-19:00
宜蘭縣	頭城鎮	阿嬤蔥油餅	03-9789234	宜蘭縣頭城鎮青雲路二段336號 (7-11旁巷子口)	人情味十足-阿嬤蔥油餅	09:00-18:00
宜蘭縣	頭城鎮	阿宗芋冰城	03-9771362	宜蘭縣頭城鎮青雲路三段267號	芋仔冰	10:00-21:00
宜蘭縣	頭城鎮	阿信師魚酥	0922-556179	宜蘭縣頭城鎮港口路15-8號 (烏石港漁市場一樓13號攤)	烏石港漁市場伴手禮-魚酥	平日09:00-18:00 假日至19:00 每月第2、4個週三公休
宜蘭縣	頭城鎮	小涼園冰店	03-9771678	宜蘭縣頭城鎮開蘭路88號	八寶冰, 紅豆牛奶冰, 木瓜牛奶	每年夏季10:30-21:30
宜蘭縣	頭城鎮	阿壽伯的古早味手工米苔目	03-9774788	宜蘭縣頭城鎮開蘭路西四巷3-1號	轟動宜蘭鄉親的米苔目冰, 鹹粿	06:00-13:00
宜蘭縣	頭城鎮	阿公蛋餅		宜蘭縣頭城鎮頭城火車站前大樹下	蛋餅	12:00-18:00
宜蘭縣	頭城鎮	大溪漁港-吻仔魚羹		宜蘭縣頭城鎮龜山路56號	地瓜蝦餅, 吻仔魚羹	12:00-18:00
宜蘭縣	頭城鎮	大溪漁港-現煮小卷	03-9781079	宜蘭縣頭城鎮龜山路56號	尖卷脆卷	12:00-18:00
宜蘭縣	頭城鎮	昭洋海產漁村餐廳	03-9783218	宜蘭縣頭城鎮濱海路五段452號	清蒸紅石斑, 鯊魚煙, 曼波魚皮沙拉	10:00-20:00
宜蘭縣	頭城鎮	網元漁坊	03-9781777	宜蘭縣頭城鎮濱海路六段200號	無菜單懷石料理	11:30-14:30 17:30-21:30
宜蘭縣	頭城鎮	龍記牛肉麵	03-9777377	宜蘭縣頭城鎮縱祥路42號	賣完為止起搶手-牛肉麵, 牛三寶麵, 酸辣麵	11:10-賣完為止 週二公休
宜蘭縣	礁溪鄉	龍潭傳統臭豆腐		宜蘭縣礁溪鄉三皇路56號	臭豆腐	13:00-22:00 週三公休
宜蘭縣	礁溪鄉	春捲伯		宜蘭縣礁溪鄉大坡路二段育龍路口	蝦餅, 春捲	14:00-18:00
宜蘭縣	礁溪鄉	賣魚郎食酒處	03-9881792	宜蘭縣礁溪鄉大塢路16-21號	櫻花蝦炒飯, 清蒸石斑魚, 鹽烤吳郭魚	11:00-19:30
宜蘭縣	礁溪鄉	礁溪包子饅頭專賣店	03-9882410	宜蘭縣礁溪鄉中山路一段218號	礁溪秒殺肉包, 手工肉包, 手工饅頭	13:30-18:20 九次出爐時間
宜蘭縣	礁溪鄉	義眾魚羹之家	03-9881060	宜蘭縣礁溪鄉中山路一段43號	魚羹油麵, 黃金蛋, 嘴邊肉, 牙齦肉	07:00-17:00 第二、四週一公休
宜蘭縣	礁溪鄉	礁溪鬍鬚包子饅頭店	03-9888247	宜蘭縣礁溪鄉中山路二段114號	黑糖饅頭, 肉包	06:00-12:00 賣完為止 週二公休



食尚玩家總整理

縣市	鄉鎮市區	店名	電話	地址	備註	營業時間 (僅供參考以店家實際營業時間為主)
宜蘭縣	礁溪鄉	肉圓配酸菜	03-9881240	宜蘭縣礁溪鄉中山路二段117號	肉圓, 肉燥飯, 魯肉飯, 貢丸湯	10:00-19:30 週二公休
宜蘭縣	礁溪鄉	礁溪八寶冬粉	03-9884665	宜蘭縣礁溪鄉中山路二段125號	八寶冬粉, 腐皮香菜捲	平日05:00-19:00 假日05:00-20:00
宜蘭縣	礁溪鄉	阿和烤肉	03-9872605	宜蘭縣礁溪鄉中山路二段134號	胡椒豬肉串, 三星蔥肉串, 烤雞屁股, 鹽酥雞	18:30-01:30
宜蘭縣	礁溪鄉	小周牛肉麵	03-9887552	宜蘭縣礁溪鄉中山路二段164號	牛肉麵, 水餃, 黃金蛋	11:00-23:30
宜蘭縣	礁溪鄉	礁溪肉羹	03-9882853	宜蘭縣礁溪鄉中山路二段19號	黃金蛋, 豬肝, 肉羹	08:00-20:00 週日公休
宜蘭縣	礁溪鄉	火車頭小吃店	03-9889989	宜蘭縣礁溪鄉中山路二段22號	肉粽, 烏金蛋	11:00-21:00
宜蘭縣	礁溪鄉	甘拜打餐廳	03-9880168	宜蘭縣礁溪鄉仁愛路64號	鹽烤透抽, 黃金透抽, 石頭明蝦, 刈菜雞湯	11:00-14:00 17:30-22:00 週二公休
宜蘭縣	礁溪鄉	冠翔世紀溫泉會館	03-9875599	宜蘭縣礁溪鄉仁愛路66巷6號	2012秋蟹溫泉套餐	
宜蘭縣	礁溪鄉	大塭觀光休閒養殖區	03-9870558	宜蘭縣礁溪鄉玉龍路二段497號	脆皮白蝦, 藥膳處女蟳, 辣椒蟹	平日11:00-14:00 17:00-21:00 假日11:00-21:00
宜蘭縣	礁溪鄉	鵝肉郎海鮮	03-9884438	宜蘭縣礁溪鄉信義路29號	炒海瓜子, 燻鵝肉, 海蝦	11:00-14:00 17:00-21:00 每月1、3週一公休
宜蘭縣	礁溪鄉	合鴨米灶腳	03-9886730	宜蘭縣礁溪鄉信義路59號	合鴨肉切盤, 皮蛋蕃茄, 金桔梅子鴨肉捲	11:00-14:00 16:00-20:00
宜蘭縣	礁溪鄉	長榮鳳凰酒店	03-9109988	宜蘭縣礁溪鄉健康路77號	泡湯+BUFFET	早06:40-10:00 午11:30-14:00 晚17:20-19:20 19:30-21:30
宜蘭縣	礁溪鄉	大灶雞	03-9883556	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路七段26號	皮酥肉嫩大灶雞	10:00-22:00
宜蘭縣	礁溪鄉	火山爆發雞	03-9870108	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路七段39號	礁溪脆皮烤雞	10:00-22:00
宜蘭縣	礁溪鄉	甕窯雞	0918-717288	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路七段7號	招牌甕窯雞	09:00-22:00
宜蘭縣	礁溪鄉	樂山拉麵	03-9888637	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路五段108巷1號	日式拉麵, 長崎拉麵, 丼飯, 天婦羅拉麵, 鹽烤鯖魚	平日11:00-14:00 17:00-21:30 五六日11:00-14:30 17:00-21:30
宜蘭縣	礁溪鄉	有麵煮私房小吃	03-9876677	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路五段33號	招牌乾麵, 麻醬麵, 泰式月亮蝦餅	10:30-21:30
宜蘭縣	礁溪鄉	宜蘭滷之鄉	03-9874600	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路五段69號	古椎骨(鴨尾骨), 鴨腳, 鴨舌, 鴨珍頭	11:00-24:00
宜蘭縣	礁溪鄉	吳記花生捲冰淇淋	0919-214781	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路四段128號	花生捲冰淇淋	10:30-19:00
宜蘭縣	礁溪鄉	正常鮮肉小籠包	0910-058681	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路四段128號 (礁溪國小正對面)	皮薄肉鮮湯汁滿-小籠包	14:30-19:00
宜蘭縣	礁溪鄉	礁溪蔥油餅	03-9883471	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路四段128號 (礁溪國小正對面)	蔥油餅加蛋	09:00-18:30
宜蘭縣	礁溪鄉	清珍早點	03-9889658	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路四段208號	蔥餅早餐	04:30-11:30
宜蘭縣	壯圍鄉	掌上明珠會館 (預約制)	03-9308988	宜蘭縣壯圍鄉大福路二段102號	懷石養生手感料理	11:00-22:00
宜蘭縣	壯圍鄉	崔記早餐	03-9371491	宜蘭縣壯圍鄉壯五路271號	香雞玉米河粉蛋餅, 獨門養生茶, 鐵板河粉+蛋, 十穀米漿+豆漿	04:30-10:30 賣完為止
宜蘭縣	壯圍鄉	阿國海鮮	03-9303720	宜蘭縣壯圍鄉濱海路六段215巷6號	香煎馬頭魚, 汆燙小卷, 限量甜蝦, 碳燒黑糖粉圓	11:00-14:00 17:00-20:00
宜蘭縣	員山鄉	嘉澎碳烤	0972-249638	宜蘭縣員山鄉七賢村石頭厝路1號	炭烤澎湖蚵仔, 烤螺肉, 海鮮烤肉, 墨魚香腸	12:00-21:00 每月第一、三個週一公休
宜蘭縣	員山鄉	香草菲菲	03-9226565	宜蘭縣員山鄉內城村內城路650號	桂花照燒雞, 桂花焗子排, 桂花蕃茄乾燒蝦	09:00-18:00 週一公休
宜蘭縣	員山鄉	雷公埤冷泉碳烤	03-9232723	宜蘭縣員山鄉永同路三段63-2號	原味鹽烤魚, 混蛋金三角, 酥炸牛蒡	-
宜蘭縣	員山鄉	鄧伯花廊咖啡	03-9222000	宜蘭縣員山鄉坡城路38號	下午茶抹茶紅豆鬆餅	-
宜蘭縣	員山鄉	八甲魚場	03-9225990	宜蘭縣員山鄉尚德村八甲路1-10號	昆布甘露捲, 胡麻香鱈龍魚, 魚子醬	11:00-14:00 17:00-21:00
宜蘭縣	員山鄉	勝洋休閒農場	03-9222487	宜蘭縣員山鄉尚德村八甲路15之6號	水草大餐, 水草紫蘇炒飯, 三鮮炒水蓮梗, 有機大開蟹	11:30-14:00 17:00-19:30 下午茶11:30-21:00週一公休
宜蘭縣	員山鄉	橘子咖啡	03-9220171	宜蘭縣員山鄉枕山一村19號3樓	蔓越莓, 鬆餅, 橘皮咖啡	平日17:30-23:00 假日13:30-23:00 五至01:00 每月第一、三週一公休
宜蘭縣	員山鄉	漁樂釣魚碳烤休閒餐廳	03-9220360	宜蘭縣員山鄉茄荖路76號	碳烤台灣鯛, 野生草蝦, 紅燒野生鱸鰻, 藥膳野生鱸鰻	11:00-20:00 週二公休
宜蘭縣	員山鄉	呂家魚丸米粉	03-9224006	宜蘭縣員山鄉員山路一段173號	綜合魚丸米粉, 綜合魚丸板條, 榨菜豆皮捲	09:00-20:00 週三只到15:00
宜蘭縣	員山鄉	陳茂庚魚丸米粉	03-9223717	宜蘭縣員山鄉員山路一段269號	魚丸, 米粉	07:00-16:00
宜蘭縣	員山鄉	林香游家肉粽	03-9223223	宜蘭縣員山路一段510巷1弄9號	雞腿, 肉粽, 素粽	09:30-20:00
宜蘭縣	羅東鎮	鴨肉送	03-9542481	宜蘭縣羅東鎮中山西街113-1號	鴨肉, QQ布丁麵	10:00-21:00



食尚玩家總整理

縣市	鄉鎮市區	店名	電話	地址	備註	營業時間 (僅供參考以店家實際營業時間為主)
宜蘭縣	羅東鎮	和平豆花	03-9563114	宜蘭縣羅東鎮中山路三段109號	綜合豆花, 芋圓, 熱花生豆花	11:00-22:30
宜蘭縣	羅東鎮	陳萬枝紅豆湯圓	03-9548328	宜蘭縣羅東鎮中山路三段180號	紅豆湯圓	09:00-22:00
宜蘭縣	羅東鎮	卜鴨	03-9565426	宜蘭縣羅東鎮中山路三段209號	卜鴨, 卜鴨麵, 卜鴨粿仔	11:00-22:00
宜蘭縣	羅東鎮	油飯		宜蘭縣羅東鎮中山路三段268號	油飯, 魚丸湯	16:30-賣完為止
宜蘭縣	羅東鎮	正宗玉芬米粉羹	03-9565028	宜蘭縣羅東鎮中山路三段303號	米粉羹	06:00-14:00
宜蘭縣	羅東鎮	無名魚丸燒賣湯	03-9588421	宜蘭縣羅東鎮中山路三段319號	燒賣魚丸湯, 香Q滷豬腳	19:30-賣完為止
宜蘭縣	羅東鎮	林場肉羹	03-9552736	宜蘭縣羅東鎮中正北路109號	手工肉羹	08:00-18:00
宜蘭縣	羅東鎮	羅東財記臭豆腐	03-9566220	宜蘭縣羅東鎮公正路110號	每天限量36個起士堡臭豆腐, 脆皮臭豆腐, 麻辣臭豆腐	15:30-23:00
宜蘭縣	羅東鎮	諾貝爾奶凍捲	03-9558389	宜蘭縣羅東鎮公正路212號	草莓奶凍捲, 咖啡芝士鬆糕	10:00-21:00
宜蘭縣	羅東鎮	金味坊豆花	03-9517937	宜蘭縣羅東鎮公正路321號	三色布丁豆花, 蜜錢冰	10:00-24:00
宜蘭縣	羅東鎮	崔記早點	03-9544481	宜蘭縣羅東鎮公正路37號	水煎包, 蛋餅, 豆漿	04:00-13:00
宜蘭縣	羅東鎮	江浙排骨大王	03-9555005	宜蘭縣羅東鎮公正路43號	排骨飯	09:00-19:30
宜蘭縣	羅東鎮	阿棟伯鍋貼	03-9566187	宜蘭縣羅東鎮公正路47-2號	羅東小巷裡遇到立正站好鍋貼, 酸辣湯	11:00-21:00 週一公休
宜蘭縣	羅東鎮	小春糕渣卜肉	0937-454218	宜蘭縣羅東鎮公園路100號	卜肉, 糕渣, 照燒皮蛋	16:00-02:00
宜蘭縣	羅東鎮	羅東夜市鹿港豬腳飯		宜蘭縣羅東鎮公園路100號 (康是美對面)	辣椒醬, 隱藏版豬腳飯	23:00-賣完為止
宜蘭縣	羅東鎮	佳味香滷味	03-9560559	宜蘭縣羅東鎮公園路1066號攤位	羅東最資深的廣東滷味	平日13:30-24:00 假日10:30-24:00
宜蘭縣	羅東鎮	包心粉圓	03-9544086	宜蘭縣羅東鎮公園路1078攤位	超大粉圓	平日11:00-23:00 假日11:00-24:00
宜蘭縣	羅東鎮	烤肉風味	03-9546325	宜蘭縣羅東鎮公園路1080攤位	烤鵝腿, 烤肉串, 甜不辣	16:00-01:00
宜蘭縣	羅東鎮	張秀雄米苔目	03-9547533	宜蘭縣羅東鎮公園路136號	米苔目三層肉	06:00-12:00
宜蘭縣	羅東鎮	台灣沙茶	03-9542008	宜蘭縣羅東鎮公園路99號 (羅東夜市內)	沙茶牛肉炒麵, 炒飯, 沙茶火鍋	11:30-24:00
宜蘭縣	羅東鎮	香廚臭豆腐米粉羹	03-9515546	宜蘭縣羅東鎮北成路一段122號	臭豆腐, 米粉羹	08:00-19:00
宜蘭縣	羅東鎮	多多中東沙威瑪	03-9512805	宜蘭縣羅東鎮北成路一段130號	沙威瑪	06:00-12:00
宜蘭縣	羅東鎮	阿嬾紅豆冰		宜蘭縣羅東鎮民生市場3號入口195攤位	阿嬾紅豆冰	08:00-23:00
宜蘭縣	羅東鎮	阿公仔龍鳳腿	0911-828258	宜蘭縣羅東鎮民生路、興東路口	龍鳳腿	14:00-23:00
宜蘭縣	羅東鎮	阿貴伯花生糖加冰淇淋	0986-594558	宜蘭縣羅東鎮民生路、興東路口	花生捲加冰淇淋	17:00-23:00
宜蘭縣	羅東鎮	隆新一串心	03-9549030	宜蘭縣羅東鎮民生路、興東路口	一串心	17:00-24:00
宜蘭縣	羅東鎮	羅東手擀麵	03-9558498	宜蘭縣羅東鎮民生路150號	手擀麵	07:00-13:30 週一公休
宜蘭縣	羅東鎮	市場口紅豆冰		宜蘭縣羅東鎮民生路6號 (民生市場195號)	紅豆冰	11:00-賣完為止
宜蘭縣	羅東鎮	義豐蔥油派	03-9573018	宜蘭縣羅東鎮民生路98號	蔥油派	15:00-21:00賣完為止
宜蘭縣	羅東鎮	布袋美食蚵蛋包		宜蘭縣羅東鎮民權路102號	蚵蛋包	18:00-24:00 (羅東夜市)
宜蘭縣	羅東鎮	吳記排骨酥	0922-621552	宜蘭縣羅東鎮民權路102號	排骨酥	18:00-24:00 (羅東夜市)
宜蘭縣	羅東鎮	正記蚵仔煎當歸鴨		宜蘭縣羅東鎮民權路1087號攤	蚵仔煎, 當歸鴨	18:00-24:00 (羅東夜市)
宜蘭縣	羅東鎮	羊鋪子	03-9553520	宜蘭縣羅東鎮民權路1093號	炒羊腱肉, 沙茶羊肉, 當歸羊肉湯	11:00-03:00
宜蘭縣	羅東鎮	阿灶伯羊肉湯 臭豆腐	03-9547736	宜蘭縣羅東鎮民權路1094攤位	當歸羊肉湯, 臭豆腐	17:00-03:00
宜蘭縣	羅東鎮	宜蘭三星蔥大板燒阿輝的	0911-827575	宜蘭縣羅東鎮民權路1095號攤	三星蔥大板燒	18:00-24:00 (羅東夜市)
宜蘭縣	羅東鎮	包將軍三星蔥小籠包		宜蘭縣羅東鎮民權路1098號攤	三星蔥小籠包	18:00-24:00 (羅東夜市)
宜蘭縣	羅東鎮	鄭記潤餅捲		宜蘭縣羅東鎮民權路1098攤位	潤餅捲	11:00-24:00



食尚玩家總整理

縣市	鄉鎮市區	店名	電話	地址	備註	營業時間 (僅供參考以店家實際營業時間為主)
宜蘭縣	羅東鎮	赤炸風雲	03-9547500	宜蘭縣羅東鎮民權路1105號攤	12盎司大雞排	15:00-22:30
宜蘭縣	羅東鎮	奕順軒	03-9550216	宜蘭縣羅東鎮民權路160號	宜蘭名產糕點, 奶凍捲	08:00-22:30
宜蘭縣	羅東鎮	羅東肉羹番	03-9540262	宜蘭縣羅東鎮民權路185之1號	肉捲, 肉羹湯, 滷肉飯	08:30-17:00
宜蘭縣	羅東鎮	米糕陳	0938-647050	宜蘭縣羅東鎮民權路與興東路口	米糕, 四神湯	17:30-05:00
宜蘭縣	羅東鎮	響宴鐵板燒	03-9657998	宜蘭縣羅東鎮河濱路326號	生魚片甜蝦, 鐵板小龍蝦, 海鱺魚, 黑鱈魚三角, 櫻桃鴨胸, 無固定菜單	11:00-23:00 (預約制需事先訂位)
宜蘭縣	羅東鎮	林記小籠湯包	03-9540736	宜蘭縣羅東鎮長春路26巷6號	小籠湯包	平日 07:40-21:00 假日07:00-21:00 週一公休
宜蘭縣	羅東鎮	冰雪冰店	03-9546853	宜蘭縣羅東鎮振泰街43號	雪花冰	10:30~23:00
宜蘭縣	羅東鎮	鴨喜露	03-9530580	宜蘭縣羅東鎮站前南路183巷1號	鴨賞	09:00-21:00
宜蘭縣	羅東鎮	駿懷舊餐廳	03-9553699	宜蘭縣羅東鎮純精路二段10-1號	闖進時空機的復古餐廳-黑嚕嚕辣椒鮮蟹	11:00-14:00 17:00-22:00
宜蘭縣	羅東鎮	肉羹慶	03-9542008	宜蘭縣羅東鎮興東南路129號	肉羹飯, 肉羹麵	06:00-17:00 週日公休
宜蘭縣	羅東鎮	興東包子店	03-9569343	宜蘭縣羅東鎮興東路112號	大肉包, 五穀雜糧饅頭	06:00-12:00 賣完為止
宜蘭縣	羅東鎮	易客來鹹粥	03-9551123	宜蘭縣羅東鎮興東路25號	鹹粥, 三層肉, 湯透抽	04:30-11:00
宜蘭縣	羅東鎮	義豐蔥油餅	03-9573018	宜蘭縣羅東鎮興東路69號 (羅東郵局旁)	蔥油派	15:00-22:00 賣完為止
宜蘭縣	羅東鎮	楊家美食廣場-雪花冰	03-9572317	宜蘭縣羅東鎮鎮泰街27號	花豆芋頭雪花冰, 花生雪花冰	11:00-23:00 每月第二、第四週週週一公休
宜蘭縣	三星鄉	大隱做粿	03-9890628	宜蘭縣三星鄉三星路一段169號	做粿	-
宜蘭縣	三星鄉	味珍香卜肉店	03-9892960	宜蘭縣三星鄉三星路七段305號	卜肉, 酸辣湯	10:00-17:30 農曆初三、十七公休遇假日順延
宜蘭縣	三星鄉	阿婆蔥油餅	03-9892203	宜蘭縣三星鄉三星路七段318號	蔥油餅	06:30-19:00
宜蘭縣	三星鄉	蔥蒜美食館	03-9895179	宜蘭縣三星鄉中山路31號	茄咬蔥蒜段, 牛腩寶蔥油雞	平日11:00-14:00 17:00-21:00 假日11:00-21:00
宜蘭縣	三星鄉	何家蔥餡餅	03-9892584	宜蘭縣三星路八段2號	油蔥餡餅	10:00-賣完為止 只賣假日
宜蘭縣	大同鄉	棲蘭山莊	03-9809606	宜蘭縣大同鄉太平村泰雅路四段6號	猴頭菇火鍋	早餐06:30-09:30 午餐11:30-14:00 晚餐17:30-20:00
宜蘭縣	大同鄉	田媽媽泰雅風味餐	03-9801903	宜蘭縣大同鄉松羅村玉蘭巷2號	泰雅風味餐, 達那醉雞, 馬告紅燒排骨, 勇士湯	11:30-13:30 17:30-19:30
宜蘭縣	大同鄉	祥發茶園	03-9801266	宜蘭縣大同鄉松羅村鹿場路1-6號	茶香煙燻滷味, 甜不辣, 豆乾, 鴨翅	08:00-21:00
宜蘭縣	大同鄉	明池山莊	03-9894106	宜蘭縣大同鄉英士村明池山莊1號	暖胃羊肉爐, 炒牛肉	午餐11:30-14:00 晚餐17:30-20:00
宜蘭縣	大同鄉	太平山英仕山莊	03-9801701	宜蘭縣大同鄉英士村泰雅路三段21巷1號(89k處)	下午茶, 鬆餅	平日 11:00-19:00 假日 11:00-20:00
宜蘭縣	大同鄉	三個伊娜的店	03-9802162	宜蘭縣大同鄉崙埤村朝陽巷11號	泰雅大餐	11:00-21:00
宜蘭縣	大同鄉	玉蘭茶園	03-9801259	宜蘭縣大同鄉鹿場路1號	茶風瓜, 茶燻蛋, 茶凍, 茶點心	-
宜蘭縣	五結鄉	明光餅店阿柱師花生糖	03-9508836	宜蘭縣五結鄉五結路二段430號	金粟花生糖	08:30-21:00
宜蘭縣	五結鄉	大媽羊肉羹專賣店	03-9603342	宜蘭縣五結鄉五結路二段438號	羊肉羹, 肉羹, 魷魚羹, 羊肉飯	06:00-20:00
宜蘭縣	五結鄉	番割田甕缸雞	03-9606666	宜蘭縣五結鄉五結路三段191號	甕缸雞	11:00-20:30
宜蘭縣	五結鄉	老劉牛肉麵	03-9504853	宜蘭縣五結鄉利成路一段27號	牛肉麵, 台式泡菜, 滷豬肝, 滷牛肚	10:00-22:00 週日公休
宜蘭縣	五結鄉	阿萬之家鴨賞	03-9505710	宜蘭縣五結鄉利成路二段60巷20號	跑到小巷弄工廠直接買鴨賞扮手禮	09:00-20:00
宜蘭縣	五結鄉	夏爾迎民宿	0932-088014	宜蘭縣五結鄉季水路47號	中東風羊肩肉, 酸辣螃蟹鍋, 水果醬酥皮沙拉	
宜蘭縣	冬山鄉	騎步走補給站	03-9587345	宜蘭縣冬山鄉九山路117巷1號	珍珠奶茶, 冬瓜檸檬	11:00-21:30 週一公休
宜蘭縣	冬山鄉	天飛咖啡	03-9615605	宜蘭縣冬山鄉大埤二路75巷26號	下午茶, 蜂蜜水果鬆餅	-
宜蘭縣	冬山鄉	順進蜜餞行	03-9512263	宜蘭縣冬山鄉大進村438號	蜜餞紅肉李	08:00-20:00
宜蘭縣	冬山鄉	春記麥芽酥	03-9510015	宜蘭縣冬山鄉大進村82之3號	麥芽酥	平日09:00-20:00 假日08:00-20:00週二公休
宜蘭縣	冬山鄉	阿霞飛店 一串心		宜蘭縣冬山鄉大進村82之3號 旁	一串心烤肉	-



食尚玩家總整理

縣市	鄉鎮市區	店名	電話	地址	備註	營業時間 (僅供參考以店家實際營業時間為主)
宜蘭縣	冬山鄉	祥語有機農場	03-9587959	宜蘭縣冬山鄉中城路173號	DIY龍鬚糖	09:00-18:00
宜蘭縣	冬山鄉	冬山米粉羹	03-9590461	宜蘭縣冬山鄉中華路24號	米粉羹, 酸菜, 臭豆腐	08:00-13:00-15:00-17:30 週一公休
宜蘭縣	冬山鄉	粉圓冰、臭豆腐	03-9593904	宜蘭縣冬山鄉冬山路69號 (冬山國小對面)	臭豆腐, 米粉羹, 粉圓冰	07:00-17:00
宜蘭縣	冬山鄉	羅東帝爺廟口嘎咕麵	03-9892359	宜蘭縣冬山鄉廣興路142號	乾麵(嗑睡麵), 餛飩湯, 魚丸	10:30-18:30
宜蘭縣	冬山鄉	黑雞發	03-9510066	宜蘭縣冬山鄉廣興路321號	烏骨雞, 粿仔條, 擔擔湯麵	10:00-21:00
宜蘭縣	冬山鄉	水火私坊	03-9585333	宜蘭縣冬山鄉舊寮路73巷33號	法式料理	午餐12:00-16:30 下午茶14:00-17:00 晚餐17:00-24:00 宵夜21:00-24:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	鳳鳴蘇澳羊羹本舖	03-9962326	宜蘭縣蘇澳鎮中山路18號	烏龍茶羊羹, 紅豆羊羹	08:30-20:30
宜蘭縣	蘇澳鎮	義珍香麵包	03-9963034	宜蘭縣蘇澳鎮中山路98-1號	鮮奶香土司	07:00-22:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	涼意叭嘆專賣店	03-9965858	宜蘭縣蘇澳鎮中山路一段98-2號	芋頭冰, 花生, 蕃茄, 冰淇淋蛋糕, 草莓, 桂圓, 芝麻	10:00-22:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	蘇澳廟口米粉羹	03-9965888	宜蘭縣蘇澳鎮中原路6號	米粉羹花生湯, 油條, 槓餅, 八寶粥	07:00-17:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	正記麻辣花枝	03-9967823	宜蘭縣蘇澳鎮成功路89號	花枝新口味辣得過癮-麻辣花枝	10:30-23:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	廖榮川米糕	03-9971513	宜蘭縣蘇澳鎮江夏路9號	米糕, 苦瓜排骨湯	11:30-22:30
宜蘭縣	蘇澳鎮	秀慈飛虎魚丸	03-9971028	宜蘭縣蘇澳鎮南寧路22號	南方澳美食彈牙鮮滋味-魚丸湯, 包肉魚丸湯	14:00-18:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	蒸煮流野海鮮	0932-089322	宜蘭縣蘇澳鎮南寧路5號	烤角蝦, 煎紅目鯧, 透抽酸菜湯, 魚下巴, 清蒸安康魚肝	11:00-20:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	富美活海鮮	03-9962807	宜蘭縣蘇澳鎮海邊路111號	俗、青、阿沙力、南方澳海鮮	10:30-20:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	豆腐岬17海鮮餐廳	03-9972568	宜蘭縣蘇澳鎮造船路47號	300元吃得到---五星級海鮮	11:00-20:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	蘇澳手擀麵(林家)	03-9966563	宜蘭縣蘇澳鎮新生路9-1號	手擀麵, 餛飩湯, 貢丸湯	07:00-13:00週一公休
宜蘭縣	蘇澳鎮	阿通伯魚丸	03-9963985	宜蘭縣蘇澳鎮漁港路73號	飛虎魚丸湯, 煙燻小菜, 曼波魚皮煙	10:00-18:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	永豐活海鮮	03-9963765	宜蘭縣蘇澳鎮蘇東北路1-7號	海鮮特製口味香腸	09:00-21:00
宜蘭縣	蘇澳鎮	車站邊 無名肉包	03-9964746	宜蘭縣蘇澳鎮蘇南路19號	蔥肉包, 芋頭饅頭, 魚丸湯	06:00-09:30
宜蘭縣	蘇澳鎮	阿英小吃部	03-9962018	宜蘭縣蘇澳鎮蘇南路47號	切仔麵, 豬血湯, 魚雜	06:00-18:00
宜蘭縣	南澳鄉	世界辣椒博物館	03-9982898	宜蘭縣南澳鄉蘇花路二段1號	魔鬼辣椒, 雞鬼椒冰淇淋	08:00-17:00
宜蘭縣	南澳鄉	建華冰店	03-9981150	宜蘭縣南澳鄉蘇花路二段419號	傳道冰	夏07:00-23:00 冬09:00-22:00