



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)
苗栗縣	竹南鎮	吉布德香腸	0958-390103	苗栗縣竹南鎮公義路 (台13線2.2K處)	脆皮香腸堡, 碳烤鹹豬肉	10:00-20:00 週日公休
苗栗縣	竹南鎮	香香意麵	0917-757732	苗栗縣竹南鎮民族路90號	乾意麵	07:00-14:00 賣完為止
苗栗縣	竹南鎮	竹南啤酒廠	037-583080	苗栗縣竹南鎮竹南工業區和興路345號	啤酒酵母, 蘇打餅乾	09:00-17:00
苗栗縣	竹南鎮	無名雜菜麵		苗栗縣竹南鎮延平路	雜菜麵	06:00-14:00
苗栗縣	竹南鎮	越式羊肉爐	037-478701	苗栗縣竹南鎮忠義街39號	羊肉爐	15:30-00:30
苗栗縣	竹南鎮	四方鮮乳牧場	037-584743	苗栗縣竹南鎮崎頂里12鄰東崎頂9-6號	鮮奶起司	09:00-21:00
苗栗縣	頭份鎮	斗煥坪水餃	037-660166	苗栗縣頭份鎮中正二路210號	水餃, 蔥油餅, 酸辣湯, 雞不囉唆	10:00-20:00
苗栗縣	頭份鎮	羅家煎包	0936-240821	苗栗縣頭份鎮中華黃昏市場	水煎包	14:00-19:30 週一公休
苗栗縣	頭份鎮	新竹夜市鴨肉麵	037-675529	苗栗縣頭份鎮中華路1149號	全鴨大餐	09:30-14:00 16:30-22:00
苗栗縣	頭份鎮	松茂米粉	037-627997	苗栗縣頭份鎮尖山里福德街5鄰23號	米粉	09:30-14:00 16:30-22:00
苗栗縣	南庄鄉	英姐小吃店	037-821321	苗栗縣南庄鄉中正路 南庄市場內	茆茆麵鴨肉	06:00-16:00
苗栗縣	南庄鄉	客家媳婦小吃館	037-823630	苗栗縣南庄鄉中正路33號	炒飯條, 湯飯條, 炒鹹豬肉, 菜脯蛋, 油雞	11:00-20:00
苗栗縣	南庄鄉	永涼製冰廠	037-822207	苗栗縣南庄鄉中正路47號	枝仔冰, 清冰, 芋頭, 紅豆, 綠豆	07:00-21:00
苗栗縣	南庄鄉	丈母娘滷豆干	037-822010	苗栗縣南庄鄉中正路52號	蒜滷豆干, 茶油麵線, 竹筍湯	10:00-17:00 週二公休
苗栗縣	南庄鄉	和風花枝燒	037-823356	苗栗縣南庄鄉文化路(桂花巷口)	花枝燒, 酥香魚, 炸花枝拼盤, 燙花枝拼盤	-
苗栗縣	南庄鄉	江記桂花湯圓	037-823386	苗栗縣南庄鄉文化路15號	冰鎮湯圓	09:30-17:30
苗栗縣	南庄鄉	南庄抹茶冰	0933-402346	苗栗縣南庄鄉文化路6號	抹茶紅豆冰	09:30-17:30 五至日
苗栗縣	南庄鄉	桂花手工蛋捲創始店	0987-673007	苗栗縣南庄鄉文化路7號	桂花手工蛋捲	09:30-17:30
苗栗縣	南庄鄉	松鶴小吃	037-822435	苗栗縣南庄鄉民生街13-43號(南庄市場內)	勾勾羹, 豬皮飯, 粉腸湯, 餛飩湯	06:00-17:00
苗栗縣	南庄鄉	老金龍飯店	037-822168	苗栗縣南庄鄉西村民族街1-1號	客家菜, 客家小炒, 煙薰鱈魚	平日14:00-17:00 假日AM10:00-20:00
苗栗縣	南庄鄉	桂花朵朵	0922-398808	苗栗縣南庄鄉東村12鄰24號	甜燒湯米齊(麻糬), 鹹燒湯米齊, 水晶餃	平日09:00-17:00 假日09:00-18:00
苗栗縣	南庄鄉	山行玫瑰	037-824938	苗栗縣南庄鄉東河村橫屏背山上	咖啡, 民宿	10:00-18:00
苗栗縣	南庄鄉	龍門口 田媽媽客家菜	037-822829	苗栗縣南庄鄉獅山村15鄰165號	客家菜, 桂竹筍, 桔葉排骨, 粉腸湯	10:00-19:00
苗栗縣	南庄鄉	那魯灣風味餐	037-825788	苗栗縣南庄鄉蓬萊村19鄰147之15號	石板烤肉	09:00-22:00
苗栗縣	南庄鄉	山芙蓉	037-822980	苗栗縣南庄鄉蓬萊村9鄰42弄8號	咖啡, 民宿	假日10:00-18:00
苗栗縣	獅潭鄉	阿蘭芋糕	037-990393	苗栗縣獅潭鄉竹木村汶水老街13-1號	芋頭糕	-
苗栗縣	獅潭鄉	佳美小吃	037-272870	苗栗縣獅潭鄉竹木村汶水老街中段	草莓香腸, 炸草莓	-
苗栗縣	獅潭鄉	泡菜蔥蛋餅 (發財車)		苗栗縣獅潭鄉明德水庫吊橋旁	明德水庫泡菜蔥蛋餅	假日才有賣
苗栗縣	獅潭鄉	仙山仙草	037-932318	苗栗縣獅潭鄉新店村62號	超人氣仙草, 仙草涼麵	08:00-17:30
苗栗縣	後龍鎮	後龍黑輪伯	037-725963	苗栗縣後龍鎮三民路120號	黑輪, 菜卷, 苦瓜封	10:30-21:30
苗栗縣	後龍鎮	慈雲宮無名肉圓		苗栗縣後龍鎮三民路120號	後龍肉圓, 豆腐貢丸湯	10.30-18.30
苗栗縣	後龍鎮	後龍無名蚵嗲		苗栗縣後龍鎮勝利路8號	蚵嗲, 蘿蔔糕	14:00-18:00
苗栗縣	通宵鎮	台鹽精鹽場	037-792121	苗栗縣通宵鎮內島里122號	台鹽鹹冰棒, 溫泉泡腳, 鹽山	08:00-17:00, 08:00-16:00(假日)
苗栗縣	通宵鎮	福堂餅行	037-752266	苗栗縣通宵鎮信義路180號	肚臍餅, 肉餅, 古早味大餅	07:00-21:00
苗栗縣	通宵鎮	賴家煎包		苗栗縣通宵鎮仁愛路47號	招牌大煎包	-
苗栗縣	通宵鎮	仁愛筒仔米糕	037-752070	苗栗縣通宵鎮仁愛路跟光復路交叉口	筒仔米糕	-
苗栗縣	通宵鎮	石蓮園火車廂餐廳	037-792399	苗栗縣通宵鎮白西里153-8號	排骨便當, 雞腿便當	08:00-19:00 (供餐11:00-18:30) 週三公休



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)
苗栗縣	通霄鎮	拱天宮育昇黃金蛋		苗栗縣通霄鎮白東里34號	黃金蛋, 三色蛋	-
苗栗縣	通霄鎮	正味麵店	037-752070	苗栗縣通霄鎮光復路7號	客家蔥油麵	06:00-14:00
苗栗縣	通霄鎮	王家水煎包	037-752070	苗栗縣通霄鎮信義路119號對面(通宵慈惠宮對面)	韭菜水煎包	05:30-11:00
苗栗縣	通霄鎮	飛牛牧場	037-782999	苗栗縣通霄鎮南合里166號	鮮奶火鍋, 乳製甜點	07:00-22:00
苗栗縣	通霄鎮	佳之鄉雅石餐廳	037-783168	苗栗縣通霄鎮城南里143號	剝皮辣椒雞, 三杯雞, 白斬雞	平日11:00-14:30 17:00-21:00 假日11:00-14:30 17:00-21:00
苗栗縣	通霄鎮	上田咖啡休閒莊園	037-783798	苗栗縣通霄鎮福興里九鄰101之1號	鬆餅, 咖啡派, 台灣咖啡	平日10:00-20:00 假日09:00-20:00
苗栗縣	苑裡鎮	垂坤肉鬆專賣店	037-867840	苗栗縣苑裡鎮大同路88號	肉鬆專賣店, 餅乾, 小點心	07:30-22:00
苗栗縣	苑裡鎮	耕牛園炸雞	0932-531046	苗栗縣苑裡鎮大同路與建國路交叉口 (苑裡市場內)	秒殺炸雞, 炸雞翅, 炸雞腿, 炸雞塊	08:00-13:00
苗栗縣	苑裡鎮	便所麵		苗栗縣苑裡鎮山脚里鸞麗路99號巷子	乾麵, 餛飩麵	週日公休
苗栗縣	苑裡鎮	金光肉圓	037-851461	苗栗縣苑裡鎮天下路80號	四十個年頭肉圓店	08:00-23:00
苗栗縣	苑裡鎮	苑裡臭豆腐	037-867549	苗栗縣苑裡鎮天下路80號 (消防隊旁)	炸臭豆腐, 炸餛飩, 餛飩湯	16:30-00:30
苗栗縣	苑裡鎮	天泉牛肉麵	037-861369	苗栗縣苑裡鎮天下路87號	牛肉三寶麵, 滷味拼盤	10:00-22:00
苗栗縣	苑裡鎮	聞香下馬	037-864662	苗栗縣苑裡鎮天下路98號	絲瓜油條, 滷味, 鴨肉	平日11:00-15:00 假日10:00-20:00 週一公休
苗栗縣	苑裡鎮	王魚丸	037-861685	苗栗縣苑裡鎮天下路傳統市場	鯊魚丸	07:30-22:00
苗栗縣	苑裡鎮	鄭魚丸	037-861523	苗栗縣苑裡鎮天下路傳統市場	鯊魚丸	07:00-17:00
苗栗縣	苑裡鎮	通宵煎包	0927-653915	苗栗縣苑裡鎮信義路與仁愛街交叉路口	黃金煎包	06:00-11:00
苗栗縣	苑裡鎮	采園飯糰割包 (有素食)	037-862580	苗栗縣苑裡鎮為公路25號	飯糰, 割包	06:00-11:00
苗栗縣	苑裡鎮	巧味包子店	037-852608	苗栗縣苑裡鎮為公路55號	蔥肉包, 三角芋頭包, 五穀雜糧饅頭	06:00-19:00
苗栗縣	苑裡鎮	苑裡市場豆花	0923-313955	苗栗縣苑裡鎮為公路80號 (茂森肉圓旁)	冷熱綜合豆花	08:00-20:00
苗栗縣	苗栗市	湯家大肉圓	0970-262565	苗栗市中山路713號	在地人推薦好吃肉圓, 肉羹, 熱狗	07:30-21:00
苗栗縣	苗栗市	天美鮮肉包	0937-551437	苗栗市中山路文化街交叉口(中苗黃昏市場內)	超美味噴汁-肉包	14:00-19:00
苗栗縣	苗栗市	天津牛肉麵	037-363148	苗栗市中正路393巷3號	小店面大名氣-牛肉麵	11:00-14:00 17:00-20:00 週日公休
苗栗縣	苗栗市	天雲祖傳扁食(原江記餛飩)	037-327803	苗栗市天雲街1巷8號	肉圓, 餛飩湯	08:30-22:00
苗栗縣	苗栗市	羅媽媽豆花	037-374590	苗栗市米市街89號	老字號手工豆花-花生豆花, 紅豆豆花	07:00-12:00
苗栗縣	苗栗市	傳家堡	037-268788	苗栗市長安街79巷18-1號	巷仔內創意客家料理-梅汁魚片, 滷肉飯, 肉片湯	11:00-14:30 17:00-21:00
苗栗縣	苗栗市	無名臭豆腐		苗栗市為公路110號(北苗加油站)旁	在地人介紹好吃的臭豆腐發財車	15:00-賣完
苗栗縣	苗栗市	清香餅行	037-261069	苗栗市為公路84號	轟動七十年載-肚臍餅	07:00-23:00
苗栗縣	苗栗市	麻辣臭豆腐(苗栗文化中心夜市)		苗栗市英才路和自治路交叉口	麻辣臭豆腐	週五 17:30-24:00
苗栗縣	苗栗市	劉家幫豆乳雞翅(苗栗文化中心夜市)		苗栗市英才路和自治路交叉口	豆乳雞翅	週五 17:30-24:00
苗栗縣	苗栗市	廣式滷味(苗栗文化中心夜市)		苗栗市英才路和自治路交叉口	滷味	週五 17:30-24:00
苗栗縣	苗栗市	山東蔥油餅	037-335943	苗栗市新東街45號	蔥油餅	14.30-18.30(週一公休)
苗栗縣	苗栗市	阿蘭姐小吃	037-321677	苗栗市新苗街61巷41號	米粉, 炒麵, 水晶餃, 小肚粉腸湯	07:00-12:30
苗栗縣	苗栗市	橋頭小吃	037-261043	苗栗縣苗栗市中正路131號	乾麵, 骨肉湯, 鴨肝, 鴨腿	17:00-01:00 週日公休
苗栗縣	苗栗市	小木屋水晶餃	0928-327968	苗栗縣苗栗市太平街59號	麵加米粉, 蒜苗醬油, 水晶餃湯, 辣椒米醬	05:30-13:00
苗栗縣	苗栗市	苗栗李記豆花	0928-490508	苗栗縣苗栗市民族路與和平路交叉口	苗栗人口耳相傳-冰豆花, 燒仙草	12:00-19:30
苗栗縣	苗栗市	徐紹明韭菜盒	037-356610	苗栗縣苗栗市民族路與和平路交叉口	超澎湃口感獨特-韭菜盒	9:30-19:30 週日公休
苗栗縣	苗栗市	邱家板條	037-263587	苗栗縣苗栗市玉興街21號	蛋炒板條, 薑絲炒粉腸, 豬頭肉湯, 私房豆腐	07:00-14:00 16:30-19:30 週日07:00-14:00 週一公休



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)
苗栗縣	苗栗市	吉品飯麵	037-360825	苗栗縣苗栗市光復路96號	苗栗大學生最愛-排骨飯	-
苗栗縣	公館鄉	潘多酪	037-236563	苗栗縣公館鄉大同路133號	不用去法國也能吃到頂級法國麵包-裸麥鄉村	10:00-22:00 週六公休
苗栗縣	公館鄉	鵝家庄	037-221950	苗栗縣公館鄉福星村193號之1	公館老牌客家菜-鵝肉, 蚵仔煎	11:30-14:00 17:00-20:00 每月第一個週二、第三個週日公休
苗栗縣	公館鄉	公館棗莊	037-239088	苗栗縣公館鄉福星村館義路43-6號	紅棗飯, 紅棗饅頭扣肉, 紅棗雞湯	11:00-15:00 17:00-21:00
苗栗縣	公館鄉	福樂麵店	037-224455	苗栗縣公館鄉福基村121號	公館最夯指標性麵店-炒板條, 檸檬梅子雞	07:00-19:00 週一公休
苗栗縣	大湖鄉	公主草莓園	0918-996769	苗栗縣大湖鄉東興村小邦25號	現採草莓	草莓11月至隔年4月(盛產期12月至3月)
苗栗縣	大湖鄉	醉心亭飲食店	037-992873	苗栗縣大湖鄉南湖村3鄰南昌路65號	酸菜肚片湯, 什錦海鮮麵加辣, 金桔醬土雞	07:00-15:00 17:00-21:00
苗栗縣	大湖鄉	一日方母親子草莓園	0933-545225	苗栗縣大湖鄉南湖村南湖坑32號	現採草莓, 搗茶果醬DIY	每年十一月至隔年四月
苗栗縣	大湖鄉	灣潭草莓園	037-994248	苗栗縣大湖鄉富興村1鄰33號之20	現採草莓	09:00-17:00
苗栗縣	大湖鄉	巧克力雲莊	037-996916	苗栗縣大湖鄉復興村水尾坪49-20號	草莓冰巧克力	10:00-20:30
苗栗縣	大湖鄉	天空之城	037-951815	苗栗縣大湖鄉新開村十份33號	肋排大餐, 鮭魚燉飯, 地中海海鮮盤	平日10:00-19:00 假日09:00-19:00
苗栗縣	大湖鄉	湖畔花時間	037-996795	苗栗縣大湖鄉義和村淋漓坪126號	草莓啤酒, 客家披薩	11:00-18:30
苗栗縣	大湖鄉	鍾鼎山林	037-951777	苗栗縣大湖鄉薑麻園13號	草莓火鍋	10:00-22:00
苗栗縣	大湖鄉	帆禾草莓園	037-993581	苗栗縣大湖鄉義和村淋漓坪2-5號	現採草莓	每年十一月至隔年四月
苗栗縣	泰安鄉	仙水橋頭雜貨店	037-941006	苗栗縣泰安鄉清安村59號	月桃粽	平日08:00-17:00 假日08:00-18:00
苗栗縣	泰安鄉	清安豆腐店	037-941066	苗栗縣泰安鄉清安村洗水坑49號	豆腐丸子, 炸黑豆腐, 涼拌豆腐	08:00-17:00
苗栗縣	泰安鄉	脆梅手工豆乾		苗栗縣泰安鄉清安村洗水坑49號(清安豆腐店門口)	脆梅手工豆乾	08:00-17:00
苗栗縣	泰安鄉	黑皮臭豆腐		苗栗縣泰安鄉清安村洗水坑豆腐街	黑色臭豆腐	-
苗栗縣	泰安鄉	泰安觀止	037-941951	苗栗縣泰安鄉錦水村圓墩58號	泡湯, 下午茶	早07:00-10:00 午12:00-14:00 晚18:00-20:30
苗栗縣	泰安鄉	日出溫泉度假飯店	03-7941988	苗栗縣泰安鄉錦水村橫龍山34號	素食套餐, 養生菇菌鍋, 南瓜杏仁牛腩, 檸檬雞	09:00-24:00
苗栗縣	銅鑼鄉	小宋餃子館	037-984149	苗栗縣銅鑼鄉中正路184號之1	銅鑼人最愛報到的餃子店-蒸餃炒手	06:00-18:30 每月第一、三個週三公休
苗栗縣	銅鑼鄉	銅鑼市場蛋餅		苗栗縣銅鑼鄉中正路184號前(中正路市場入口處)	沒有扛棒的美味蛋餅	06:00-11:00
苗栗縣	銅鑼鄉	盛香餅店	037-981452	苗栗縣銅鑼鄉中正路198號	80年老扣扣傳家餅店-肚臍餅, 肉餅	07:00-21:00
苗栗縣	銅鑼鄉	陳員外客家米食	037-981471	苗栗縣銅鑼鄉朝陽村平陽路9號	銅鑼客家米食名廚後代傳人-菜包, 艾草菜包	07:00-19:00
苗栗縣	銅鑼鄉	韓鄉村牛肉館	037-981325	苗栗縣銅鑼鄉銅鑼街19號之3	跟著在地人排隊的牛肉麵	07:00-17:30
苗栗縣	三義鄉	世奇精緻餅店	037-874988	苗栗縣三義鄉中正路147-8號(三義市場)	木頭餅, 斷橋餅	07:30-22:30
苗栗縣	三義鄉	早餐	037-872348	苗栗縣三義鄉中正路147-8號(三義市場)	市場秘密美食客家早點-炒麵, 水晶餃	-
苗栗縣	三義鄉	金榜麵館	037-873567	苗栗縣三義鄉中正路171-7號	板條, 豬頭肉, 涼拌青木瓜	07:00-20:30
苗栗縣	三義鄉	三義客家麵	037-872966	苗栗縣三義鄉光復路27號	豬頭客家麵, 豬肝板條	06:00-13:30
苗栗縣	三義鄉	山中傳奇	037-870818	苗栗縣三義鄉勝興村36之9號(勝興火車站旁)	咖啡, 下午茶, 賞鐵道	平日10:00-20:00 假日09:00-21:00
苗栗縣	三義鄉	勝興客棧	037-873883	苗栗縣三義鄉勝興村72號	鹹麻糬, 艾草麻糬, 地瓜, 芋頭米糕, 戒指餅	10:00-20:00
苗栗縣	三義鄉	舊山線鐵路餐廳	037-875848	苗栗縣三義鄉勝興村88號	勝興小封, 客家小炒, 竹筒草蝦	平日10:00-19:00 假日09:00-21:00 週二公休
苗栗縣	三義鄉	這一家雞腳古早豆干	037-875445	苗栗縣三義鄉勝興村水美158號	媲美檳榔西施的-豆干西施滷雞腳	-
苗栗縣	三義鄉	居鳩堂	037-879879	苗栗縣三義鄉勝興村水美48號	客家料理-紫蘇鴨肉套餐, 客家鐵板煎米食套餐	11:00-18:00 假日11:00-20:00
苗栗縣	三義鄉	九鼎軒客家米食	037-875366	苗栗縣三義鄉勝興村水美路118號	客家米食套餐	平日11:00-18:00 假日11:00-20:00
苗栗縣	三義鄉	勝興車站冰蛋	0953-923196	苗栗縣三義鄉勝興村勝興61-3號	冰蛋	08:00-18:00 假日才有
苗栗縣	三義鄉	一口香客家小炒滷豆干		苗栗縣三義鄉勝興村勝興64號	客家滷小豆干	



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)
苗栗縣	三義鄉	阿興手工麻糬	037-873883	苗栗縣三義鄉勝興村勝興72號	客家麻糬	10:00-20:00
苗栗縣	三義鄉	綠葉方舟	037-875868	苗栗縣三義鄉勝興村勝興村綠舟路1號	浪漫的庭園餐廳-鄉村南瓜PIZZA, 地中海漁夫燉飯	平日10:00-20:00 假日09:00-21:00
苗栗縣	三義鄉	目鏡傳統麵食	0912-371616	苗栗縣三義鄉新生路 公有市場	招牌板條, 餛飩湯, 滷肉飯	平日05:00-11:00 假日05:00-12:00
苗栗縣	三義鄉	陳記米食	037-874157	苗栗縣三義鄉廣盛村16鄰入股路32號	三義人放學必吃客家小點心-客家菜包, 客家肉粽	-
苗栗縣	三義鄉	三十年豆花	037-878410	苗栗縣三義鄉廣盛村光復路11號之3	青春無敵-薑汁豆花	-
苗栗縣	三義鄉	一號旅行家	037-878788	苗栗縣三義鄉廣盛村復興路16之1號	一泊二食豪華buffee	
苗栗縣	三義鄉	草莓香腸	0922-278503	苗栗縣三義鄉廣盛村廣盛新城88號 (木雕博物館外)	草莓香腸	-
苗栗縣	三義鄉	三義土雞城	0912-015636	苗栗縣三義鄉雙湖村11鄰草湖199號	Q嫩土雞, 碳烤鹹豬肉	平日11:00-14:00 17:00-19:00 假日11:00-20:00
苗栗縣	三義鄉	雲洞山莊	037-951536	苗栗縣三義鄉雙潭村16鄰45號	高山蔬菜包肉片, 麻油土雞湯, 南瓜派	08:00-20:00
苗栗縣	三義鄉	卓也小屋	037-879198	苗栗縣三義鄉雙潭村崩山下1-5號	養生鍋餐(花椰菜乾, 香椿麵線, 土二寶, 同心菜包, 齊力酥捲)	10:00-19:00
苗栗縣	卓蘭鎮	永安餅行	04-2589-2391	苗栗縣卓蘭鎮上新里中山路13-14號	豆沙核桃, 肉餅核桃, 紅豆麻糬, 雜糧肉餅	08:00-22:00
苗栗縣	卓蘭鎮	水煎包		苗栗縣卓蘭鎮中正路和中山路交叉口	水煎包, 韭菜包, 高麗菜包	12:30-18:00(賣完為止) 農曆初一、十五公休
苗栗縣	卓蘭鎮	細珍小吃	04-2589-5866	苗栗縣卓蘭鎮中街里中正路102號	當地人一直推薦的三角圓-水晶餃	11:30-20:00 每月10 20 30公休
苗栗縣	卓蘭鎮	口福鴨肉	04-2589-2365	苗栗縣卓蘭鎮新榮里中山路65號	柴燒烹調特殊風味土鴨, 客家風味料理	07:00-20:00 週四公休