

Senin			
Sup Daging Babi Tipis dengan Sha Shen dan Lily kecil kering	Sauté Pak Coy	Ikan Makarel kukus dengan Turnip Asin Hitam	Lettuce Eropa Presto dengan Kerang Kering dan Jamur Enoki
Bahan: Sha Shen 1/2 tael Lily kecil kering 1/2 tael Daging babi tipis 1 catty dimasak (sebenatr) Langkah: 1. Didihkan air dalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbui dengan garam dan hidangkan.	Bahan: Pak coy 1 catty Langkah: 1. Goreng sedikit jahe yang sudah ditumbuk dalam minyak panas; tambahkan pak coy dan tumis hingga matang. 2. Tambahkan sedikit minyak wijen dan campurkan dengan baik.	Bahan: Makarel 2 pcs Turnip asin hitam secukupnya Langkah: 1. Taruh makarel di atas piring dengan daun bawang yang diletakkan dibawah ikan dengan suwiran jahe dan ditutup dengan turnip asin hitam. 2. Kukus di atas api suhu tinggi hingga ikan matang; goreng sedikit suwiran jahe dalam minyak panas; tuangkan minyak panas dan campuran suwiran jahe ke atas ikan.	Bahan: Lettuce eropa 1 Kerang kering 2 potong Jamur enoki 1 pak Langkah: 1. Cuci lettuce eropa; masak sebentar dalam air mendidih hingga matang; susun di atas piring. 2. Goreng jahe; tambahkan jamur enoki dan kerang kering untuk ditumis sebentar; tuangkan saus dan didihkan. 3. Tuangkan campuran jamur enoki dan kerang kering ke atas lettuce eropa yang dimasak sebentar.
Selasa			
Sup Rusuk Babi dengan Akar Burdock	Sauté Mangga dan Udang Cangkang	Kukus Grey Mullet dengan Bawang Putih yang Ditumbuk, Kecao Hitam Fermentasi dan Cabe Merah	Presto Tunas Kacang dengan Jamur Shiitake Segar
Bahan: Akar burdock 4 tael (dipotong-potong) Rusuk babi 1 catty (dimasak sebentar) Langkah: 1. Didihkan sepanci air; taruh seluruh akar burdock dan rusuk babi kedalam panic. 2. Didihkan kemudian kecilkan api dan masak perlahan-lahan selama 1 jam.	Bahan: Udang 10 tael Mangga 1 Langkah: 1. Panaskan wajan wok dengan minyak; goreng suwiran jahe; tambahkan daging udang dan campurkan dengan baik. 2. Tambahkan bumbu dan tetap diaduk hingga matang; campurkan kedalam mangga untuk dihidangkan.	Bahan: Grey mullet 1 Kecao hitam fermentasi 2 tael (dipotong-potong) Cabe merah (disuwir) secukupnya Langkah: 1. Tumis kecao hitam fermentasi dan bawang putih yang ditumbuk dalam minyak panas; masukkan ke dalam mangkuk; campurkan kedalam saus tiram, kecap, gula, lada putih bubuk, minyak wijen dan anggur Shaosing untuk mengolah bawang tumbuk dan kecao hitam fermentasi. 2. Tuangkan saus ke atas ikan; kukus selama 8 menit hingga ikan matang kemudian taburi suwiran cabe merah dan minyak goreng.	Bahan: Tunas kacang 1 catty Jamur shiitake segar 10 potong Langkah: 1. Cuci tunas kacang; masak sebentar dalam air mendidih hingga matang; taruhlah di atas piring. 2. Goreng suwiran jahe didalam minyak panas; tambahkan jamur shiitake dan tumis sebentar; tambahkan bumbu dan sedikit minyak wijen lalu didihkan; tuangkan campuran jamur shiitake ke atas tunas kacang untuk disajikan.
Rabu			
Sup Ayam dengan ubi Cina dan wortel	Tumis Daging Ayam dengan Toge dan Lokio Cina	Snapper Bintang kukus ala Tradisional	Tumis Sapi dengan Sawi Putih Besar
Bahan: Ayam 1 (dimasak sebentar) Ubi cina 2 tael (dipotong-potong) Wortel (dipotong-potong) 8 tael Langkah: 1. Didihkan air dalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan masak perlahan selama 2 jam; bumbui dengan garam dan sajikan.	Bahan: Ayam 6 tael Toge 6 tael Lokio cina secukupnya Langkah: 1. Rendam ayam dengan bumbu; tumis ayam hingga harum dan sisihkan. 2. Tuangkan minyak dan goreng jahe; tambahkan toge dan lokio cina tumis sebentar. 3. Campurkan ke dalam ayam yang sudah matang; tambahkan bumbu.	Bahan: Bintang snapper 1 Daging babi (disuwir) secukupnya Jamur shiitake segar secukupnya (disuwir) Kulit jeruk kepruk sedikit saja kering (disuwir) Langkah: 1. Rendam suwiran daging babi dengan bumbu; sisihkan suwiran jamur shiitake dan suwiran kulit jeruk kepruk. 2. Taruh ikan di atas semua piring dengan daun bawang dibawah ikan; hiasi ikan dengan suwiran daging babi yang sudah direndam, jamur shiitake dan kulit jeruk kepruk kering. 3. Kukus di atas api suhu tinggi hingga matang; tuangkan minyak dan hidangkan.	Bahan: Sapi (diiris) 1/2 catty Sawi putih besar 1 catty Langkah: 1. Panaskan wajan wok dengan minyak; tambahkan jahe dan irisan daging sapi lalu ditumis; taburi dengan anggur. 2. Campurkan sawi putih besar; tumis cepat hingga matang; bumbui dengan garam.

Kamis			
Ikan Shan Ban dengan Kudzu	Tumis Sapi dengan Bawang putih kecambah	Sauté Udang dengan Sawi Putih	Tumis ayam potong dadu dengan Jambu Monyet
Bahan: Kudzu 12 tael Shan Ban fish 1	Bahan: Daging sapi (diiris) 1/2 catty Bawang putih kecambah 1/4 catty (dipotong-potong) Wortel (diiris-iris) 1/2 tael	Bahan: Udang (deveined) 6 tael Sawi putih 12 tael	Bahan: Dada ayam 1/3 catty (dipotong dadu) Jambu monyet yang sudah dimasak 2 tael Kedelai hijau 3/4 tael
Langkah: 1. Goreng ikan Shan Ban dengan sedikit minyak hingga coklat muda. 2. Tambahkan 12 mangkuk air dan didihkan dengan kulit jeruk kepruk; tambahkan seluruh bahan dan didihkan; rebus campuran tersebut di atas api pelan selama 2 jam; bumbu dengan garam.	Langkah: 1. Goreng bawang putih yang sudah ditumbuk dalam minyak panas; tambahkan daging sapi tumis sebentar; taburi anggur. 2. Tambahkan bawang putih kecambah dan wortel; tumis campuran tersebut hingga matang.	Langkah: 1. Goreng sedikit jahe dan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan daging udang dan tetap diaduk; taburi anggur. 2. Tambahkan sawi putih; tuangkan kaldu super dan tambahkan bumbu; masak hingga sup mengental.	Langkah: 1. Rendam dada ayam dengan bumbu; tumis hingga harum. 2. Panaskan wajan wok yang sudah dilumuri minyak untuk menumis daun bawang, jahe dan bawang putih; tambahkan kacang kedelai hijau dan bumbu. 3. Tambahkan ayam yang sudah dipotong dadu; tuangkan saus tepung; taburkan jambu monyet.
Jumat			
Sup Belogo dengan Gandung Mutiara Mentah dan Sudah dimasak	Orak arik Telur dengan Tomat	Sauté Bayam Ceylon	Tumis Daging Sapi dengan Nenas
Bahan: Belogo 1 catty Gandung mutiara secukupnya Daging babi tipis 8 tael	Bahan: Tomat (diiris) 1/3 catty Telur 4	Bahan: Bayam Ceylon 3/4 catty	Bahan: Daging sapi (diiris) 1/2 catty Nanas (diiris) 1/6 catty Cabe merah lonceng 3/4 tael (disuwir) Cabe hijau lonceng 3/4 tael (disuwir)
Langkah: 1. Didihkan air dalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan masak perlahan selama 2 jam; bumbu dengan garam dan sajikan.	Langkah: 1. Kocok telur; bumbu dengan garam. 2. Tumis tomat sebentar; tuangkan kocokan telur; bumbu dengan garam dan tumis hingga matang.	Langkah: 1. Goreng potongan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan Bayam Ceylon dan tetap menumis. 2. Tambahkan garam, gula dan sedikit air untuk dimasak hingga matang. 3. Susunlah di atas dan hidangkan.	Langkah: 1. Tumis sebentar daging yang sudah direndam; tambahkan cabe lonceng merah dan hijau; bumbu dengan garam dan tambahkan sedikit air; masak hingga matang dan sisihkan. 2. Goreng potongan bawang putih dan irisan daging sapi dalam minyak panas hingga daging matang; tambahkan bumbu. 3. Campurkan irisan nenas dan tetap diaduk hingga matang; kentalkan sup; tuangkan minyak wijen ke dalam campuran.
Sabtu/ Minggu			
Sengkel Sapi Dimasak perlahan dengan Wortel dan Kerang Kering	Ikan Rebus dengan Tomat	Jamur segar didalam Saus Tiram	Kukus Rusuk Daging Babi dengan Saus Plum
Bahan: Sengkel sapi 12 tael Wortel 1/2 catty (dipotong-potong) Kerang kering 3	Bahan: Perut ikan tongsan 1 catty Tomat (dipotong-potong) 2	Bahan: Jamur shiitake segar 1/2 catty Broccoli 1/2 catty	Bahan: Rusuk daging babi 8 tael Saus plum secukupnya
Langkah: 1. Tambahkan seluruh bahan kedalam panci rebus; tuangkan kedalam 4 mangkuk air; tutup kemudian letakkan panci rebus kedalam panci saus. 2. Kukus air selama 1/2 jam di atas api suhu tinggi; kecilkan api dan masak perlahan selama 3 jam; bumbu dengan garam dan hidangkan.	Langkah: 1. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas; goreng perut ikan hingga harum; sisihkan ikan yang sudah dimasak. 2. Goreng suwiran jahe dan tomat; tuangkan setengah mangkuk air dan didihkan. 3. Bumbu dengan sedikit gula iris; masak ikan dalam wajan wok lagi hingga sup mengental dan hidangkan.	Langkah: 1. Buatlah potongan selang-seling ringan di atas jamur shiitake segar; masak sebentar jamur didalam air mendidih hingga matang. 2. Taruh minyak dalam wajan wok; tambahkan saus tiram, suwiran cabe merah dan jahe dan tumis hingga harum; tuangkan sedikit air lalu kentalkan sup. 3. Tuangkan sup kental tadi ke atas jamur segar; hiasi dengan brokoli untuk dihidangkan.	Langkah: 1. Rendam rusuk babi dengan saus plum. 2. Susun di atas piring; kukus selama kira-kira 12 menit hingga matang.