Lunes

Sinabawang Buntot ng Isda na may Usbong ng Utaw at Tokwa

Mga Sangkap:

Buntot ng karpa	2/5 catty
Usbong ng utaw	2/5 catty
Tokwa	1 piraso

Mga Hakbang:

1. Painitin ang kawali na may mantika; iprito ang hiniwang luya; ilagay ang buntot ng isda at iprito ang magkabilang bahagi hanggang maging kulay brown.
2. Lagyan ng tubig at pakuluin; ilagay ang togue at tokwa; hinaan ang apoy; timplahan ng asin; alisin sa kawali at ihain.

Ginisang Karneng Baka na may Ugat ng Lotus

Mga Sangkap:

Karneng baka (hiniwa)	4 taels
Ugat ng lotus (hiniwa)	6 taels

Mga Hakbang:

1. Hiwain at ibabad ang karneng baka; hugasan at hiwain ang ugat ng lotus; sandaling ibabad sa tubig ang ugat ng lotus.
2. Iprito ang ginayat na siling labuyo sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang karneng baka at sandaling gisahin; idagdag ang ugat ng lotus at gisahin hanggang maluto.
3. Timplahan ng asin at sarsa ng toyong maputla at ihain.

Ginisang Pechay Baguio

Mga Sangkap:

Pechay baguio	1 catty

Mga Hakbang:

1. Hugasan ang pechay baguio.
2. Iprito ang tinadtad na bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang pechay baguio at gisahin hanggang maluto.
3. Timplahan ng asin at ihain.

Siling Berdeng Maanghang na may Burong Itlog sa Apog na Pinatuyo sa Kawali

Mga Sangkap:

Burong itlog sa apog	1
Siling berdeng maanghang	4

Mga Hakbang:

1. Hiwain sa mga bahagi ang burong itlog sa apog; itabi muna.
2. Putulin ang tangkay ng siling berdeng maanghang at hugasan; gayatin ang dahon ng sibuyas at luya.
3. Painitin ang mantika; iprito ang siling berdeng maanghang hanggang sa ang kulay ay maging dilaw; ihain at lagyan ng toyo, ginayat na dahon ng sibuyas at luya, suka at mantika ng sesame at haluing mabuti; ilagay ang burong itlog sa apog.

Martes

Sabaw ng Kulitis na may Burong Itlog sa Apog at Itlog na Maalat

Mga Sangkap:

Kulitis	1 catty
Burong itlog sa apog	1
Itlog na maalat	1

Mga Hakbang:

1. Iprito ang luya at bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; lagyan ng pangunang-sabaw at tubig; pakuluan at idagdag ang kulitis.
2. Ilagay ang burong itlog sa apog at itlog na maalat at pakuluan; timplahan ng asin.

Ginisang Ginayat na Manok na may Ginayat na Siling Pukingan

Mga Sangkap:

Pitso ng manok	6 taels
Siling pukingan (ginayat)	bawat kulay

Mga Hakbang:

1. Ibabad ang manok at itabi muna; hugasan at gayatin ang siling pukingan.
2. Iprito ang luya at dahon ng sibuyas sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang manok at gisahin hanggang 80% porsiento.
3. Ilagay ang ginayat na siling pukingan at gisahin hanggang sa maluto; ilagay ang panimpla at ihain.

Pinasingawang Alimango na may Alak

Mga Sangkap:

Pulang alimasag	1
Alak ng gawa sa bigas	1/2 tasa

Mga Hakbang:

1. Maingat na durugin ang pangalmot ng alimango; ilagay sa plato; ilatag ng pantay-pantay ang nilamas na luya.
2. Ibuhos sa siyel ng alimango ang kalahating dami ng alak na gawa sa bigas; pasingawan sa malakas na apoy sa loob ng 8 minuto.
3. Iwisik ang natitirang alak na gawa sa bigas bago ihain.

Ginisang Tinadtad na Tadyang ng Baboy na may Coliflower

Mga Sangkap:

Tinadtad na tadyang ng baboy	1/2 catty
Coliflower	8 taels

Mga Hakbang:

1. Iprito sa mainit na mantika ang luya at bawang hanggang bumango at igisa sa coliflower; lagyan ng asin at naaangkop na dami ng tubig; igisa hanggang maluto; itabi muna.
2. Iprito ang ginayat na siling labuyo sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang tinadtad na tadyang ng baboy at gisahin hanggang sa maluto; ilagay ang coliflower at ihain.

Miyerkules

Sinabawang Balun-Balunan ng Isda na may Mais

Mga Sangkap:

Mais	3 taels
Balun-balunan ng isda	naaangkop na dami
Itlog ng manok (binati)	1

Mga Hakbang:

1. Magpakulo ng pangunang-sabaw; ilagay ang mais at pakuluan.
2. Ilagay ang balun-balunan ng isda at binating itlog at ihalong mabuti.
3. Timplahan ng asin.

Pritong Itlog na may Basusuwi

Mga Sangkap:

Itlog ng manok	3
Basusuwi	4 taels

Mga Hakbang:

1. Sandaling ibabad ang basusuwi; igisa sa ginayat na luya hanggang bumango.
2. Hinaan ang apoy at ilagay ang binating itlog at dali-daling gisahin; timplahan ng asin.

Ginisang Lechong Baboy na may Iba't-Ibang Kabute

Mga Sangkap:

Lechong baboy	10 taels
Kabute	4 taels
Kabuteng ginikan	4 taels

Mga Hakbang:

1. Hugasan ang iba't-ibang kabute; banlian sa kumukulong tubig at itabi muna.
2. Iprito ang luya at bawang sa mainit na mantika hanggang sa bumango; ilagay ang lechong baboy at sandaling gisahin; idagdag ang iba-ibang kabute at gisahing mabuti.
3. Ilagay ng panimpla at ihain.

Ginisang Sugpo na Binalatan na may Pechay

Mga Sangkap:

Binalatang sugpo	6 taels
Pechay	1 catty

Mga Hakbang:

1. Iprito ang tinadtad na bawang hanggang bumango at igisa sa pechay; lagyan ng asin at naaangkop na dami ng tubig at igisa hanggang maluto; itabi muna.
2. Iprito ang hiniwang luya hanggang bumango; ilagay ang binalatang hipon at gisahin hanggang maluto; ilagay ang pechay at ihain.

Huwebes

Suam na Itlog na may Tengang Daga at Ginayat na Karneng Baboy

Mga Sangkap:

Karneng baboy (ginayat)	2 taels
Itlog ng manok	1
Tengang daga (hiniwa ng pira-piraso)	1 tael
Kulitis	1/2 catty

Ginisang Pechay na may Ginayat na Karneng Baboy

Mga Sangkap:

Karneng baboy (ginayat)	4 taels
Pechay	2/3 catty

Pinasingawang Maya-Maya na may Burong Mustasa

Mga Sangkap:

Maya-maya	1
Burong mustasa	naaangkop na dami

Pritong Binalatang Kalabasang

Mga Sangkap:

Kalabasa (binalatan)	12 taels

Mga Hakbang: 1. Magpakulo ng pangunang-sabaw; ilagay ang ginayat na karneng baboy, tengang daga, ginayat na labong at kulitis; timplahan ng asin at toyo. 2. Ibuhos ang binating itlog kapag kumulo na ang sabaw; dagdagan ng panimpla at mantikang sesame at ihain.	**Mga Hakbang:** 1. Hugasan ang pechay; hugasan at ibabad ang karneng baboy at itabi muna. 2. Iprito ang tinadtad na bawang sa mainit na mantika hanggang bumango at igisa sa pechay; lagyan ng asin at naaangkop na dami ng tubig at gisahin hanggang maluto; itabi muna. 3. Igisa ang ginayat na karneng baboy sa mainit na mantika hanggang sa maluto; ilagay ang pechay at ihain.	**Mga Hakbang:** 1. Ilatag ang mga bahagi ng dahon ng sibuyas sa ilalaim ng isda; ilagay ang ginayat na luya at burong mustasa sa ibabaw ng isda. 2. Pasingawan sa malakas na apoy hanggang sa maluto ang isda; iprito ang ginayat na luya sa mainit na mantika at ibuhos ang halo sa isda.	**Mga Hakbang:** 1. Iprito ang tinadtad na bawang hanggang bumango at igisa sa binalatang kalabasa. 2. Lagyan ng asin at kaunting dami ng tubig at igisa hanggang maluto; ihain.
Biyernes			
Sabaw ng Eucommia at Pinatuyong Longan	**Ginisang Ginayat na Karneng Baboy na may Tangkay ng Bawang**	**Ginisang Tusinong Baboy na may Togue**	**Linukob na Hiniwang Manok na may Kundol**
Mga Sangkap: Buong manok 1 Eucommia naaangkop na dami Pinatuyong longan naaangkop na dami **Mga Hakbang:** 1. Ibuhos ang 4 na mangkok ng tubig sa kaserola at ilagay ang lahat na mga sangkap; ilaga sa malakas na apoy sa loob ng 30 minuto. 2. Hinaan ang apoy at patuloy na ilaga sa loob ng 2 1/2 oras; dagdagan ng asin at panimpla at ihain.	**Mga Sangkap:** Karneng baboy 4 taels Tangkay ng bawang 8 taels **Mga Hakbang:** 1. Ibabad ang ginayat na karneng baboy at itabi muna; hugasan ang tangkay ng bawang; banlian sa kumukulong tubig at itabi muna. 2. Iprito ang luya at bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang tangkay ng bawang at sandaling igisa; lagyan ng asin at kaunting dami ng tubig at igisa hanggang maluto; itabi muna. 3. Iprito ang hiniwang bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang ginayat na karneng baboy at igisa hanggang maluto; ilagay ang tangkay ng bawang at ihain.	**Mga Sangkap:** Togue 1/2 catty Tusinong baboy (hiniwa) 4 taels **Mga Hakbang:** 1. Painitn ang kawali; ilagay ang mga piraso ng tusinong baboy at igisa hanggang sa lumabas ang mantika. 2. Sa huli, ilagay ang togue at igisa hanggang maluto. 3. Ilagay ang panimpla at ihain.	**Mga Sangkap:** Pinirasong pitso ng manok 6 taels Kundol 12 taels **Mga Hakbang:** 1. Hugasan at hiwain ng pira-piraso ang kundol; ibabad ang manok at itabi muna. 2. Sandaling igisa ang kundol sa mainit na mantika; ilagay ang malinaw na sabaw at lutuin; itabi muna. 3. Iprito ang hiniwang luya sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang manok at igisa hanggang maluto; ilagay sa kundol at ihain.
Sabado/Linggo			
Sinabawang Tuwalya ng Baboy na may Ginko at Papel na Tokwa	**Linukob na Letsugas na may Iba't-ibang Gulay**	**Ginisang Garupa na Tinanggalan ng Tinik na may Kabuteng Shitake, Labong at Burong Pechay**	**Pinasingawang patty ng giniling na karneng baboy na may ugat ng lotus at apulid**
Mga Sangkap: Tuwalya ng baboy (hiniwa ng pira-piraso) 1 Tokwang papel naaangkop na dami Ginko naaangkop na dami **Mga Hakbang:** 1. Iluto sa kaserola ang lahat na mga sangkap at pakuluin; hinaan ang apoy at pakuluan ng 3 oras. 2. Timplahan ng mantika ng sesame, asin at giniling na puting paminta at ihain.	**Mga Sangkap:** Letsugas 1/3 catty Sicharong tokwa 3 taels Karots 3 taels Tengang daga 3 taels **Mga Hakbang:** 1. Banlian ang letsugas sa kumukulong tubig na may mantika at hiniwang luya hanggang sa maluto; ilagay sa plato at itabi muna. 2. Iprito ang hiniwang luya hanggang bumango; sandaling igisa ang natitirang sangkap; ilagay ang panimpla at pakuluan. 3. Palaputin ang sabaw at ibuhos sa letsugas at ihain.	**Mga Sangkap:** Garupa 2/5 catty Kabuteng shitake (binalatan) 1 tael Labong (binanlian) 1/6 catty Burong pechay 2 kutsara **Mga Hakbang:** 1. Ibabad ang garupa; igisa sa mainit na mantika. 2. Iprito ang ginayat na luya at burong pechay hanggang bumango; ilagay ang kabuteng shitake at labong at haluing mabuti. 3. Ilagay ang garupa na tinanggalan ng tinik at wisikan ng alak; sandaling lutuin at ihalong mabuti.	**Mga Sangkap:** Ugat ng lotus (giniling) 1/4 catty Karneng baboy (giniling) 1/2 catty Apulid (diced) 1/4 catty **Mga Hakbang:** 1. Gilingin at ibabad ang karneng baboy; ilagay ang giniling na ugat ng lotus at hiniwang apulid at ihalong mabuti. 2. Pasingawan sa lalagyan hanggang maluto; ihain.