

Senin			
Sup Ikan Maw dengan Umbi Lily dan Ubi Cina	Ikan Bandeng Dikukus dengan Kol Putih Tianjian yang diawetkan	Udang Tumis dengan Jagung dan Kacang kedelai hijau	Daging sapi cincang dikukus dengan Telur Bebek Asin
Bahan: Ikan maw 1/2 catty (direndam) Umbi lily 4 tael Ubi cina 4 tael Daging babi tipis secukupnya Langkah: 1. Rebus sedikit air; tambahkan semua bahan dan didihkan; kecilkan apinya. 2. Masak perlahan-lahan dengan api kecil selama 2 jam; bumbui dengan garam.	Bahan: Ikan bandeng 1 Langkah: 1. Letakkan horsehead diatas piring dengan batang daun bawang; letakkan jahe yang diiris tipis dan jahe yang disuwir-suwir dibawahnya; letakkan kol putih Tianjian yang diawetkan diatasnya. 2. Kukus dengan panas tinggi hingga ikannya matang; tumis sedikit jahe yang disuwir-suwir dan kecap kedelai encer dalam minyak panas dan tuangkan ke atas ikan.	Bahan: Udang 5/6 catty (dibuang tali hitam didalam punggung udang) Biji jagung 4/5 catty Kacang kedelai hijau 4/5 catty Wortel (dipotong dadu) setengah Langkah: 1. Tumis sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas hingga harum; tambahkan udang, kacang kedelai hijau, dan biji jagung dan tumis campuran tersebut; percikkan anggur. 2. Tambahkan bumbu dan air dan kukus sebentar; tambahkan wortel yang dipotong dadu dan masak campuran hingga matang. 3. Kentalkan dengan campuran tepung jagung dan air.	Bahan: Daging sapi 1/3 catty Telur bebek asin 1 Langkah: 1. Cincang dan bumbui daging sapi; campur dengan putih telur dari telur bebek asin. 2. Ratakan daging cincangnya diatas piring dengan putih telur ditengahnya; kukus dengan panas tinggi hingga matang.
Selasa			
Sup Ekor Ikan dengan Toge	Tahu Kedelai Diasinkan	Daging sapi ditumis dengan Bayam Air	Cumi-cumi ditumis dengan kacang putih
Bahan: Ekor ikan tongsan 4/5 catty Toge 2/5 catty Langkah: 1. Tumis sedikit jahe yang disuwir-suwir dalam minyak panas hingga harum; goreng ekor ikan sampai agak kecoklatan; tambahkan air dan didihkan. 2. Tambahkan toge dan didihkan; bumbui dengan garam.	Bahan: Tahu kedelai 3 pcs Langkah: 1. Rebus sedikit air; tambahkan bumbu air asin dan jahe; masak perlahan-lahan dengan api kecil selama 1 jam; buang busanya; tambahkan bumbu seperti kecap kedelai encer dan kecap kedelai kental dan didihkan. 2. Tambahkan tahu kedelai, masak dan rendam dalam minyak dengan panas sedang selama 10 menit; matikan apinya dan rendam lagi selama 15 menit hingga rasanya meresap.	Bahan: Daging sapi 2/3 catty Bayam air 1/2 catty Langkah: 1. Rendam daging sapi dalam larutan garam dan sisihkan; tumis sedikit jahe cincang dalam minyak panas hingga harum; tambahkan daging sapi dan bayam air dan tumis hingga daging sapinya matang. 2. Tambahkan saus tiram dan gula; kentalkan dengan campuran tepung jagung dan air.	Bahan: Cumi-cumi 1/3 catty Kacang putih 1/2 catty Langkah: 1. Tumis sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas hingga harum; tambahkan cumi-cumi dan tumis; percikkan anggur; tambahkan sedikit air. 2. Tambahkan kacang putih dan tumis; tambahkan bumbu dan masak hingga matang.
Rabu			
Sup Ikan Songsao	Hati Babi ditumis dengan Paprica Manis	Kerang pasir ditumis dengan jamur	Cabai hijau ditumis dengan Bawang putih Tumbuk
Bahan: Putih telur 1 Grouper air tawar 1/3 catty Rebung 2 tael Jamur shiitake kering 2 tael (disuwir-suwir) Langkah: 1. Kukus grouper air tawar hingga matang; kuliti dan buang tulang ikannya. 2. Taburkan jahe yang dicincang; tambahkan sup ayam, rebung yang disuwir-suwir, jamur shiitake yang disuwir-suwir dan ikan kemudian didihkan; tambahkan bumbu; tambahkan tepung jagung dan air. 3. Tambahkan jahe yang disuwir-suwir, peterseli cina, cuka Zhenjiang dan aduk rata; tambahkan suwiran telur dan ham cina yang disuwir-suwir.	Bahan: Hati babi 2/3 catty Paprica manis hijau half Paprica manis merah 1/4 Paprica manis kuning 1/4 Langkah: 1. Bumbui hati babi; masukkan dalam minyak dan sisihkan. 2. Goreng sedikit jahe yang disuwir-suwir, bawang putih cincang dan bawang merah yang dipotong dadu dalam minyak panas hingga harum; tambahkan semua paprica manis dan tumis dengan cepat. 3. Tambahkan hati babi dan tumis rata; tambahkan bumbu; kentalkan dengan campuran tepung jagung dan air.	Bahan: Kerang pasir 2/3 catty Jamur enoki 1/4 tael Jamur merang 6 Jamur shiitake segar 4 Langkah: 1. Tumis sedikit jahe yang disuwir-suwir, bawang putih cincang dalam minyak panas; tambahkan kasir dan tumis sebentar; tambahkan jamur dan tumis. 2. Tambahkan bumbu kemudian hidangkan.	Bahan: Cabai hijau 1/2 catty Bawang putih teh 4 sendok teh cincang Langkah: 1. Tumis sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas; tambahkan cabai hijau dan tumis dengan cepat. 2. Tambahkan bumbu dan hidangkan.

Kamis			
Sup Iga babi dengan Labu siam dan Kacang Hitam	Grouper Belly ditumis dengan Pare	Semut Memanjat Pohon (Bihun Kacang hijau dengan daging babi cincang pedas)	Kembang Tahu dengan Jamur enoki
Bahan: Iga babi 1/3 catty Labu siam 1/2 catty Kacang hitam 1/3 catty Langkah: 1. Rebus sedikit air; tambahkan semua bahan dan didihkan; kecilkan apinya. 2. Masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbu dengan garam.	Bahan: Pare 1/3 catty Grouper belly 1/2 catty Langkah: 1. Rendam dalam larutan garam grouper belly yang diiris tipis dan celupkan dalam minyak goreng dan sisihkan; masak sebentar pare dalam air yang mendidih dan sisihkan. 2. Tumis sedikit jahe yang disuwir-suwir dalam minyak panas; tambahkan pare dan tumis sebentar; tambahkan grouper belly yang diiris tipis dan tumis. 3. Tambahkan kecap kedelai encer, gula dan garam.	Bahan: Daging babi (dicincang) 1/6 catty Bihun kacang hijau 1/6 catty Langkah: 1. Goreng daging babi cincang dalam minyak panas; tambahkan batang daun bawang, jahe yang disuwir-suwir dan pasta belacan kacang lebar pedas dan tumis. 2. Tambahkan bihun kacang hijau dan bumbu; didihkan.	Bahan: Jamur enoki 1/3 catty Kembang tahu 2 pcs Langkah: 1. Goreng sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas hingga harum; tambahkan jamur enoki dan tumis; percikkan anggur. 2. Tambahkan kembang tahu; tambahkan bahan utama dan bumbu; masak hingga rasa benar-benar meresap.
Jumat			
Sup daging babi dengan Kacang Beras dan Apricot Biji	Tahu kedelai dan Daging Babi cincang	Iga babi ditumis dengan Kecao hitam fermentasi dan Pare	Telur Kocok dengan Jamur dan Bawang Merah
Bahan: Daging babi 1/3 catty Kacang beras 1 tael Biji aprikot secukupnya Langkah: 1. Rebus sedikit air; tambahkan semua bahan dan didihkan; kecilkan apinya. 2. Masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbu dengan garam.	Bahan: Daging babi 1/5 catty Tahu kedelai 1 pc Langkah: 1. Kukus Tahu kedelai dalam panas tinggi hingga matang. 2. Rendam daging babi cincang dalam larutan garam; tumis daging cincangnya hingga matang; letakkan daging cincang diatas tahu kedelai. 3. Goreng sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas; tambahkan bumbu dan didihkan; tuangkan saus diatas daging babi cincang dan tahu kedelai.	Bahan: Iga babi 1/3 catty Pare 1/3 catty Kecao hitam secukupnya Langkah: 1. Rendam iga babi dan celupkan dalam minyak goreng dan sisihkan; masak sebentar pare dalam air mendidih dan sisihkan. 2. Tumis bawang putih cincang dan kecao hitam fermentasi dalam minyak panas; tambahkan pare; tambahkan sup ayam dan bumbu lalu aduk. 3. Tambahkan iga babi dan tumislah; kentalkan dengan campuran tepung jagung dan air.	Bahan: Jamur (diiris tipis) 4 tael Bawang setengah (dipotong dadu) Telur 4 Langkah: 1. Goreng sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas hingga harum; tambahkan bawang merah cincang dan jamur yang diiris tipis dan tumis; tambahkan bumbu. 2. Tambahkan telur kocok dan tumis dengan cepat hingga matang; bumbu dengan garam.
Sabtu/ Minggu			
Pepaya direbus dengan Biji Aprikot	Telur Kukus dengan ham Cina	Ayam yang Disuwir-suwir Ditumis dengan Toge	Makanan Laut dengan Brokoli dan Jamur Segar
Bahan: Pepaya 1 Biji aprikot 4 tael Manisan kurma secukupnya Langkah: 1. Rebus sedikit air; tambahkan semua bahan dan didihkan; kecilkan apinya. 2. Masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbu dengan garam.	Bahan: Telur 3 Ham cina 4 tael Langkah: 1. Kocok telur, dan campur rata dengan air dan sedikit garam; tambahkan ham cina yang disuwir-suwir dan aduk rata. 2. Kukus selama sekitar 8 menit.	Bahan: Dada ayam (disuwir-suwir) 3/5 catty Toge 1/6 catty Langkah: 1. Goreng sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas hingga harum; tambahkan toge dan tumis hingga matang; tambahkan ayam yang disuwir-suwir dan tumis. 2. Tambahkan bumbu; kentalkan dengan campuran tepung jagung dan air.	Bahan: Udang 4 tael Ikan sotong 4 tael Kerang pasir 4 tael Brokoli 1/2 catty Langkah: 1. Masak sebentar brokoli, udang, kerang pasir, dan ikan sotong kecil; rendam makanan lautnya dan sisihkan. 2. Goreng sedikit jahe yang disuwir-suwir dan bawang putih cincang dalam minyak panas; tambahkan jamur segar, makanan laut dan brokoli dan tumis; percikkan anggur. 3. Tambahkan wortel yang diiris tipis, daun bawang dan bumbu dan tumis rata.