

Senin			
Sup Ampela Bebek dengan Ketimun Matang dan Kacang Hyacinth	Daging Babi Cincang Kukus dengan Berangan Air dan Jamur Shiitake	Telur Kukus	Tumis Kacang Buncis dengan Rebung
Bahan: Timun masak 4 tael Ampela bebek 1/6 catty Kacang hyacinth 2 tael Manisan kurma 2 pcs	Bahan: Babi 1/2 catty Berangan air 5 potong (dipotong-potong) Jamur shiitake kering 3 potong (dipotong-potong)	Bahan: Telur ayam 2 Telur bebek asin 1 Telur yang diawetkan limau 1	Bahan: Rebung (diiris tipis) 3/5 catty Kacang buncis 1/4 catty (potong-potong) Cabe merah 3
Langkah: 1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan lalu kecilkan apinya dan masak perlahan-lahan. 2. Lanjutkan memasak selama 2 jam; bumbui dengan garam.	Langkah: 1. Campurkan daging babi cincang, berangan air, dan potongan jamur shiitake. 2. Tambahkan potongan jahe, kecap kedelai encer, merica dan campurkan rata. 3. Pipihkan daging babi cincang untuk membuat pai daging; kukus dalam wadah selama 10 menit.	Langkah: 1. Potong dadu telur bebek asin dan telur yang diawetkan limau. 2. Tambahkan telur yang sudah diaduk dan campur rata; beri bumbu dan aturlah di atas piring. 3. Kecilkan api dan kukus hingga kuah kentalnya keluar.	Langkah: 1. Masak sebentar kacang buncis dan rebung dalam air mendidih; angkat dan sisihkan. 2. Tambahkan minyak dan garam; panaskan hingga mendidih; tumis irisan jahe dan bawang putih, kacang buncis dan rebung sampai harum. 3. Tambahkan bumbu dan cabe merah yang disuwir-suwir; kentalkan sup dan hidangkan.
Selasa			
Sup Baso Babi dan Kembang Kol	Tumis Daging Sapi dengan Jahe Muda	Kentang Presto	Tumis Suwiran Ikan dengan Labu Jelum
Bahan: Baso babi 4 tael Kembang kol 1/2 catty	Bahan: Daging sapi fillet (diiris) 2/5 catty Acar jahe muda (diiris) 2 tael Bawang putih hijau 1 (disuwir-suwir) Cabe merah 1 (disuwir-suwir)	Bahan: Kentang (diiris-iris) 2 Cabe merah kering secukupnya	Bahan: Ikan karp lumpur 1/2 catty cincang (dipotong memanjang) Labu jelum (diiris) 1
Langkah: 1. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas; tambahkan air secukupnya; tambahkan kembang kol dan masak sebentar. 2. Tambahkan baso babi; tambahkan garam dan didihkan lalu hidangkan.	Langkah: 1. Rendam irisan daging sapi fillet dalam bumbu selama 10 menit. 2. Goreng irisan daging sapi fillet dalam minyak panas; tambahkan suwiran cabe merah, bawang putih hijau. 3. Beri bumbu; kentalkan sup dan hidangkan.	Langkah: 1. Goreng hingga matang cabe merah kering dalam minyak panas tambahkan potongan daun bawang. 2. Tambahkan irisan kentang dan tumis hingga matang; bumbui dan hidangkan.	Langkah: 1. Campurkan ikan karp lumpur cincang dengan lada putih bubuk; goreng hingga menjadi pai ikan lalu potong memanjang. 2. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas; tumis labu jelum; tambahkan sedikit air dan masak hingga matang. 3. Tambahkan potongan ikan karp lumpur; tuangkan saus tiram, gula, kecap kedelai kental dan daun bawang.
Rabu			
Sup Kepala Ikan dengan Tahu Kedelai	Veneripus Presto dengan Pare	Rebusan Udang Kering dengan Labu Berambut dan Bihun Kacang Hijau	Tumis Irisan Ayam Fillet dengan Merica Manis
Bahan: Kepala ikan 1 (dipotong-potong) Tahu kedelai 2 potong	Bahan: Veneripus 1/2 catty Pare 1 (diiris dan dimasak sebenatr)	Bahan: Labu berambut 1 (dipotong-potong) Bihun kacang hijau 1 ikat Udang kering secukupnya	Bahan: Kacang mede 1 & 1/2 tael Seledri 1/4 catty (potong miring) Wortel (potong 1 & 1/2 tael belah ketupat) Irisan daging 4 tael ayam fillet
Langkah: 1. Bersihkan kepala ikan; keringkan kepala ikan dan tahu kedelai; sisihkan. 2. Goreng jahe dalam minyak panas; goreng kepala ikan; tuangkan sedikit air dan didihkan. 3. Tambahkan tahu kedelai dan masak cepat; bubuhkan garam dan lada putih bubuk dan hidangkan.	Langkah: 1. Goreng potongan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan daging veneripus, garam dan anggur beras, lalu tumis hingga matang dan hidangkan. 2. Didihkan pare, gula, garam dan anggur beras; tambahkan sedikit air. 3. Goreng daging veneripus dalam wajan; masak hingga keluar sarinya dan hidangkan.	Langkah: 1. Goreng suwiran jahe; tuangkan kaldu dan air; didihkan; tambahkan labu berambut, bihun kacang hijau dan udang kering. 2. Masak di atas api sedang hingga 10 menit; beri bumbu dan hidangkan.	Langkah: 1. Rendam irisan daging ayam fillet selama 10 menit. 2. Goreng jahe, merica manis dalam minyak panas; tambahkan seledri dan suwiran wortel; tambahkan bumbu. 3. Goreng suwiran ayam dalam wajan, tambahkan kacang mede dan campurkan.
Kamis			
Sup Suwiran Babi dengan Tomat	Karp krusia Presto dengan Wolfberi Cina dan Suwiran Lobak Putih	Sayap Ayam dalam Cola	Tumis Belogo dengan Butiran Bawang Putih

Bahan: Tomat (dipotong memanjang) 1/6 catty Daging babi tipis (disuwir-suwir) 1/6 catty Bihun kacang hijau (direndam) 1 & 1/2 tael Langkah: 1. Panaskan wajan dengan minyak dan suwiran jahe; tambahkan suwiran babi tumis hingga terpisah. 2. Tambahkan air secukupnya, tomat dan bihun kacang hijau dan didihkan. 3. Terakhir, bubuhi garam dan merica; atur dalam mangkuk dan hidangkan.	Bahan: Ikan karp krusia 1/6 catty Lobak secukupnya (disuwir-suwir) Wolfberi cina secukupnya Langkah: 1. Panaskan wajan dengan minyak goreng dan irisan jahe; goreng karp krusia hingga kedua sisinya berwarna coklat. 2. Tuangkan air secukupnya ke dalam wajan; tambahkan suwiran lobak dan wolfberi cina; masak hingga matang. 3. Bubuhi dengan garam dan merica putih bubuk.	Bahan: Sayap ayam 8 Kulit jeruk 1/2 sendok teh (disuwir-suwir) Cola 1 gelas Langkah: 1. Rendam sayap ayam dengan bumbu dan cola selama 30 menit. 2. Taruh sayap ayam dalam minyak goreng; goreng hingga sayap ayam berwarna keemasan dan matang seluruhnya. 3. Taburi dengan kulit jeruk dan hidangkan.	Bahan: Belogo 5/6 catty (dipotong dadu) Bawang putih 3 butir Langkah: 1. Masak sebentar belogo dengan air mendidih hingga matang; dinginkan belogo secara alami. 2. Tumis potongan dadu belogo hingga matang seluruhnya dan bumbui. 3. Tambahkan butiran bawang putih dan hidangkan.
Jumat			
Sup Rusuk Babi dengan Labu Berambut dan Gurita Bahan: Labu berambut 2 (diiris) Gurita kering 1 (direndam) Rusuk babi 1/2 catty Langkah: 1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan kemudian kecilkan api dan masak perlahan. 2. Lanjutkan memasak hingga 2 jam; bumbui dengan garam.	Tahu Kedelai digoreng dengan Serat Daging kering Bahan: Tahu kedelai 2 pcs (dipotong-potong) Jamur shiitake kering 4 pcs (direndam dan dipotong dadu) Udang kering (direndam) 1 sendok makan Lobak kering 1 sendok makan (dipotong dadu) Serat daging kering 3 sendok makan Langkah: 1. Lumuri tahu kedelai dengan tepung caltrop; goreng hingga tahu berwarna keemasan; angkat; tumis hingga matang. 2. Goreng jamur shiitake dan keringkan udang dalam minyak panas; tambahkan lobak kering dan potongan daun bawang. 3. Tuangkan campuran tadi dan taburi dengan serat daging kering pada tahu kedelai dan hidangkan.	Tulang Iga Muda Kukus dalam Saus Sa Cha Bahan: Tulang iga muda 3/5 catty Saus sa cha 2 sendok makan Langkah: 1. Lumuri tulang iga muda dengan saus sa cha; campur rata, rendam selama 15 menit. 2. Susun tulang iga muda di atas piring dalam satu baris; taburi dengan potongan bawang putih dan suwiran cabe merah di atas tulang iga muda; kukus dalam suhu panas selama 8 menit dan hidangkan.	Kukus Ikan Sebelah dalam Gaya Tradisional Bahan: Ikan sebelah 2/3 catty Babi secukupnya (disuwir-suwir) Jamur shiitake secukupnya segar (disuwir-suwir) Kulit jeruk kepruk sedikit kering (disuwir-suwir) Langkah: 1. Letakkan ikan di piring dengan potongan daun bawang dan irisan jahe dibawah ikan; hiasi ikan suwiran babi, jamur shiitake segar dan kulit jeruk kepruk kering. 2. Kukus hingga matang; tuangkan minyak goreng dan kecap kedelai kental lalu hidangkan.
Sabtu/ Minggu			
Sup daging Babi Tipis dengan Apel dan Jamur Kuping Kayu Bahan: Apel 3 (dipotong-potong) Jamur kuping kayu 1/2 tael Daging babi tipis 5/6 catty (dimasak sebentar) Kurma merah 11 pcs Langkah: 1. Rebus sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan kemudian kecilkan api lalu masak perlahan-lahan. 2. Lanjutkan memasak hingga 2 jam; bumbui dengan garam.	Tumis Timun dengan Udang kering dan Babi Potong Dadu Bahan: Timun 1/2 catty (dipotong memanjang) Udang kering 6 tael secukupnya daging babi (dipotong dadu) Langkah: 1. Panaskan wajan wok dengan minyak goreng, jahe dan bawang putih; goreng daging babi dan udang kering dalam minyak panas; tambahkan timun dan tumis semuanya. 2. Beri bumbu; campurkan dan tumis hingga matang.	Daging Sapi Fillet dengan Potongan Bawang Putih dan Jamur Bahan: Daging sapi fillet 1/2 catty (disuwir-suwir) Jamur (diiris) 1/2 tael Cabe merah sedikit (disuwir-suwir) Langkah: 1. Goreng potongan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan daging sapi fillet dan tumis hingga matang. 2. Tambahkan jamur dan cabe merah; tumis hingga matang dan hidangkan.	Jamur Merang Segar yang dilumuri dengan Putih Telur Bahan: Jamur merang 10 pcs (dibelah dua) Telur ayam 1 Langkah: 1. Goreng jahe dan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan jamur merang dan tumis cepat; taburi beberapa tetes anggur; bumbui dengan garam dan masak untuk menyerap saus; hidangkan. 2. Panaskan wajan wok; tuangkan kaldu super, gula, garam dan putih telur; didihkan; kentalkan sup. 3. Tuangkan campuran ke atas jamur.