

Lunes			
Sinabawang Manok na may Kabute	Pinasingawang Sugpo na may Prinitong Tinadtad na Bawang	Ginisang Ginayat na Karne ng Baboy na may Kulitis	Pinasingawang Garupang Tubig-tabang na may Luya at Dahong Sibuyas
Mga Sangkap: Buong manok (binanlian) 1 Pinatuyong kabuteng shitake (binabad) (hiniwa sa kalahati) 3 tael Goji 1 tael Mga Hakbang: 1. Binanliang manok at niluto sa tubig ng 1 minuto. 2. Maglagay ng konting tubig; ilagay ang pira-pirasong manok, kabuteng shitake, hiniwang luya, at Goji. 3. Pakuluin ng 3 oras; lagyan ng tinadtad na dahon ng sibuyas; timplahan ng asin.	Mga Sangkap: Sugpo 2/3 catty Mga Hakbang: 1. Igisa ang hiniwang luya sa mahinang apoy ng ilang sandali; lagyan ng asin at haluin ng mabuti. 2. Ayusin ang sugpo sa isang plato; lagyan ng tinadtad na luya sa ibabaw ng sugpo. 3. Pasingawan ng 4 minuto; lagyan ng dahon ng sibuyas hanggang sa ihain.	Mga Sangkap: Kulitis 1 catty Karne ng baboy (ginayat) 1/4 catty Mga Hakbang: 1. Igisa ang dinikdik na bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang kulitis at igisa hanggang sa lumambot; lagyan ng panimpla at ihain. 2. Ibadad ang ginayat na karne ng baboy ng maayos; igisa ang ginayat na karne ng baboy sa mantika hanggang maluto; ilagay ito sa ibabaw ng kulitis at ihain.	Mga Sangkap: Garupang tubig-tabang 1 Mga Hakbang: 1. Ilagay ang bahagi ng dahon ng sibuyas sa ibaba ng isda at luya; ginayat na sibuyas sa ibabaw ng isda. 2. Pasingawan hanggang maluto. 3. Lagyan ng pinakulong mantika at toyo pagkatapos ay ihain.
Martes			
Sopas na may Esponggha, Puso ng Sichuan Fritillary at Halaang Concha	Prinitong Manok na may Tengang Daga at Esponggha	Ginisang Talong na may Tatlong Klase na Dice	Pinasingawan na Tadyang ng Baboy na Binalot
Mga Sangkap: Halaang concha 2 Esponggha (hiniwa sa maliit na pira-piraso) 2 tael Puso ng liryo 2 tael Karne ng baboy (binanlian) 6 tael Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang tubig; ilagay lahat ang mga sangkap at pakuluin, pahinaan ang apoy at lutuin ng 2.5 na oras. 2. Timplahan ng asin hanggang maluto.	Mga Sangkap: Manik 1/2 (hiniwa ng pira-piraso) Tengang daga 2 tael Esponggha 2 tael Mga Hakbang: 1. Timplahan ang manok; gisahin ang luya at dahon ng sibuyas sa mainit na mantika hanggang bumango, ilagay ang pira-pirasong manok at gisahin ng ilang sandali. 2. Ilagay ang sarsa ng talaba, toyo, asukal, at tubig pakuluin. 3. Ilagay ang tengang daga at esponggha; lutuin hanggang ang sarsa ay bahagyang lumapot; wisikan ng alak at ihain.	Mga Sangkap: Talong (diced) 1/2 catty Siling berde na pukingan (diced) 1/2 Hamon (diced) 2 tael Sibuyas (diced) 2 tael Mga Hakbang: 1. Balutin ang talong ng harinang mais; gisahin hanggang maluto. 2. Igisa ang prinitong sibuyas, bawang at luya sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang talong, siling berde na pukingan, hamon at sibuyas at gisahin. 3. Ilagay ang panimpla, palaputin ang sabaw at ihain.	Mga Sangkap: Tadyang ng baboy 2/3 catty (hiniwa ng pira-piraso) Pambalot na gawa sa bigas 1/3 catty Mga Hakbang: 1. Timplahan ang tadyang ng baboy; ilagay sa ibabaw ng pambalot na gawa sa bigas. 2. Ilagay ang ginayat na luya, pasingawan hanggang maluto at ihain.
Miyerkules			
Sinabawang Tadyang ng Baboy na may Ampalaya	Ginisang Tadyang ng Baboy na may Tangkay ng Bawang	Ginisang Karpang Putik na may Tokwa	Hiniwang Linukob na Ugat na Lotus
Mga Sangkap: Tadyang ng baboy 2/3 catty (binanlian) Ampalaya 2/5 catty (hiniwa ng pira-piraso) Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang tubig, ilagay ang tadyang ng baboy at lutuin sa tubig ng 30 minuto. 2. Ilagay ang ampalaya at lutuin sa tubig. 3. Timplahan ng asin hanggang ihain.	Mga Sangkap: Tadyang ng baboy 1/3 catty Tangkay ng bawang 1/2 catty Mga Hakbang: 1. Timplahan ang tadyang ng baboy ng maayos; banlian ang tangkay ng bawang. 2. Igisa ang luya at ang bawang sa mainit na mantika hanggang bumango, ilagay ang tadyang ng baboy at haluin ng sandali. 3. Ilagay ang tangkay ng bawang at haluin hanggang maluto, lagyan ng panimpla at ihain.	Mga Sangkap: Laman ng giniling na karpang putik 1/3 tael Tokwa 2 piraso Mga Hakbang: 1. Timplahan ang laman ng isda, iprito hanggang ang magkabilaan ay magkulay brown, at hiwain ng mahahabang piraso at itabi muna. 2. Gisahin ang maaanghang na malalaking buto ng sitaw sa mainit na mantika hanggang bumango, lagyan ng tokwa at gisahin hanggang maluto, ilagay ang laman ng isda sa kawali at gisahin ng mabuti. 3. Ilagay ang panimpla at ihain.	Mga Sangkap: Ugat ng lotus (hiniwa) 2/3 catty Kelp 5 piraso (hiniwa sa mga bahagi) Mga Hakbang: 1. Painitin ang mantika sa kawali at ilagay ang pangunang-sabaw, ilagay ang ugat ng lotus at hiniwa na luya. 2. Gisahin sa malakas na apoy at pakuluin, ipihit sa katamtamang apoy at gisahin ng 30 minuto. 3. Ilagay ang kelp at panimpla, gisahin hanggang lumapot ang sarsa.

Huwebes			
Sinabawang Buntot ng Isda na may Ampalaya at Utaw	Pinasingawang Hiniwang Karne ng Baka na may Burong Acharang Szechuan	Ginisang Itlog na may Berdeng Sitaw	Ginisang Manok na Tinanggalan ng Tinik na may Kalabasa
Mga Sangkap: Ampalaya 1/2 catty Buntot ng isdang karpa 1 Utaw 2 taels Mga Hakbang: 1. Iprito ng sandali ang buntot ng isda na may hiniwang luya. 2. Ilagay ang tubig at pakuluin; ilagay ang ampalaya at utaw at gisahin. 3. Lagyan ng panimpla at ihain.	Mga Sangkap: Karne ng baka 1/3 catty (hiniwa) Burong ashweteng naaangkop Szechuan na dami Mga Hakbang: 1. Ibadad ang karne ng baka na may asin, lagyan ng burong ashweteng Szechuan. 2. Pasingawan hanggang maluto.	Mga Sangkap: Berdeng sitaw 2/3 catty Itlog 3 Mga Hakbang: 1. Hiwa-hiwain ang berdeng sitaw; batihin ang itlog na may asin o toyong maputla. 2. Igisa ang prinitong berdeng sitaw na sa mantika hanggang maluto, lagyan ng binatang itlog at gisahin ng sandali.	Mga Sangkap: Manok (hiniwa) 1/4 catty Kalabasa 2/3 catty Siling labuyo (ginayat) naaangkop na dami Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang kalabasa na may pangunang sabaw hanggang maluto. 2. Ilagay ang manok, ginisang luya, ginayat na siling labuyo sa mainit na mantika hanggang bumango, ilagay ang manok at gisahin hanggang maluto. 3. Ilagay ang mga ito sa ibabaw ng kalabasa.
Biyernes			
Sinabawang Tadyang ng Baboy na may Tuyong Iskalop at Kundol	Ginisang Pakpak ng Manok na may Maanghang na Giniling na Malaking Buto ng Sitaw	Ginisang Hiniwa na Karne ng Baboy na may Togue at Kuchay	Ginisang Karne ng Baka na Tinanggalan ng Tinik na may Kabute at Tokwa
Mga Sangkap: Kundol 1 (hiniwa ng pira-piraso) Tadyang ng baboy 1/2 catty (binanlian) Tuyong iskalop 2 (pinutin) Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang tubig; ilagay lahat ang mga sangkap at pakuluin, ipihit sa mahinang apoy gisahin ng 30 minuto. 2. Timplahan ng asin at ihain	Mga Sangkap: Pakpak ng manok 2/3 catty Giniling ng naaangkop malaking buto ng sitaw na dami Mga Hakbang: 1. Ibadad at timplahan ang pakpak ng manok; prituin ang pakpak ng manok sa mantika hanggang magkulay brown. 2. Ilagay ang maanghang na giniling na malalaking buto ng sitaw at gisahin at ihain.	Mga Sangkap: Karne ng baboy 1/3 catty (giniling) Kuchay 1/4 catty (hiniwa sa mga bahagi) Togue 1/4 catty Mga Hakbang: 1. Timplahan ang hiniwa na karne ng baboy ng maayos; gisahin ang hiniwa na karne ng baboy ng ilang sandali. 2. Ilagay ang kuchay at togue at gisahin. 3. Ilagay ang panimpla at ihain.	Mga Sangkap: Karne ng baka (hiniwa) 1/4 catty Tokwa 2 piraso Pinatuyong kabuteng shitake (ginayat) 3 taels Mga Hakbang: 1. Gisahin ang maanghang at giniling na malalaking buto ng sitaw sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang tinanggalang buto ng karne ng baka at kalikutin hanggang 90 porsiyentong haluin. 2. Ilagay ang tokwa at kabuteng shitake at gisahin ng mabuti. 3. Ilagay ang panimpla at ihain.
Sabado/Linggo			
Sinabawang Buntot ng Baka na may Karot, Sibuyas at Patatas	Prinitong Binalatang Sugpo na may Kulitis	Kumukulong Beche-de-mer na may Narringin	Ginisang Pechay
Mga Sangkap: Buntot ng baka 1 (binanlian at hiniwa sa mga bahagi) Karot (diced) 1/2 catty Patatas (diced) 1/4 catty Sibuyas (diced) 1 Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang tubig; ilagay lahat ang mga sangkap at pakuluin, at pahinaan ang apoy at lutuin ng 2 oras. 2. Timplahan ng asin at ihain.	Mga Sangkap: Sugpo 1/3 catty (tinanggalan ng ulo) Kulitis 1/2 catty Mga Hakbang: 1. Igisa ang mga sugpo hanggang 90 porsiyentong tapos at iahon; banlian ang kulitis sa kumukulong tubig hanggang maluto at itabi muna. 2. Painitin ang mantika; ilagay ang kulitis at sugpong tinanggalan ng ulo. 3. Lagyan ng asin at gisahin hanggang maluto at ihain.	Mga Sangkap: Beche-de-mer 1 (hiniwa ng pira-piraso at binanlian) Narringin 8 taels Mga Hakbang: 1. Igisa ang matamis na butil ng bawang, sibuyas, tangkay ng bawang at luya hanggang magkulay brown; lagyan ng alak na galing sa bigas at pangunang-sabaw at pakuluin; patuloy lutuin ang sabaw. 2. Ilagay ang beche-de-mer at narringin, sandukin lahat pagkatapos lutuin at ihain. 3. Palaputin ang beche-de-mer at narringin na may timpla ng harinang mais at tubig.	Mga Sangkap: Pechay 2/3 catty Mga Hakbang: 1. Igisa ang hiniwa na luya sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang pechay at gisahin hanggang maluto. 2. Lagyan ng asin, sarsa ng talaba at gisahin ng maayos.