

Senin			
Sup Ikan dengan Lettuce Eropa Bahan: Lettuce eropa 2/3 catty Karp lumpur cincang 1/3 catty Langkah: 1. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas hingga harum; tambahkan ikan dan goreng samapi harum; tambahkan air secukupnya. 2. Didihkan dan tambahkan suwiran lettuce eropa; tambahkan bumbu dan hidangkan.	Tumis Hati Babi dengan Tunas bawang putih Bahan: Hati babi (diiris) 1/2 catty Tunas bawang putih 1/2 catty Langkah: 1. Goreng jahe yang disuwir-suwir dalam minyak panas hingga harum; tambahkan hati babi tumis; percikkan anggur beras. 2. Tambahkan tunas bawang putih dan tumis hingga matang; bumbu dengan garam.	Kukus Grouper Ikan Tawar Bahan: Grouper air tawar 1 Langkah: 1. Letakkan ikan di atas piring; taruh tangkai daun bawang dan irisan jahe dibawah ikan taruh suwiran jahe di atas ikan. 2. Kukus di atas api suhu tinggi hingga ikan matang; goreng sedikit suwiran jahe; minyak panas hingga harum; tuangkan jahe dan kecap kedelai encer ke atas ikan.	Ubur-ubur dan Salad Suwiran Timun Bahan: Timun (disuwir-suwir) 1 Ubur-ubur 1/3 catty Langkah: 1. Suwir dan masak sebentar ubur-ubur; cuci dalam air dingin, rendam sebentar dalam air dingin. 2. Keringkan ubur-ubur; tambahkan saus ikan, minyak wijen, cuka merah dan minyak cabe; campurkan dengan baik. 3. Tambahkan timun dan rendam selama satu jam; tambahkan minyak wijen dan hidangkan.
Selasa			
Sup Kacang Hijau dengan Umbi lily Bahan: Umbi lily 1 & 1/2 tael (direndam) Kacang hijau 1/2 catty (direndam) Langkah: 1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan kecilkan api. 2. Masak perlahan-lahan selam 2 jam; bumbu dengan garam.	Presto Pinggul sapi dengan Kari dan Kentang Bahan: Pinggul daging sapi 3/5 catty (dipotong-potong dan masak sebentar) Kentang 2 (dipotong empat bagian) Bawang merah 1 Langkah: 1. Goreng kentang hingga keemasan; tumis bawang merah hingga harum. 2. Goreng potongan bawang putih, saus kari dan gula dalam minyak panas hingga harum; tambahkan daging pinggul sapi dan goreng hingga matang; tuangkan sedikit air dan masak perlahan-lahan selama 1 jam. 3. Tambahkan kentang; bumbu dengan garam, kecap kedelai encer dan saus tiram dan masak selama setengah jam.	Tumis Daging Babi iris dengan Toge dan Lokio Cina Bahan: Daging babi (diiris) 1/3 catty Lokio cina 1/2 catty Toge 1/3 catty Langkah: 1. Goreng jahe dan bawang putih hingga harum; tambahkan irisan daging babi dan tumis hingga terpisah. 2. Tambahkan lokio Cina dan toge dan tumis hingga matang; bumbu dengan garam.	Brokoli Tumis Bahan: Brokoli 2/3 catty Bawang putih kating secukupnya Langkah: 1. Goreng potongan bawang putih dalam minyak panas minyak hingga harum; tambahkan brokoli dan tumis cepat; percikkan anggur beras. 2. Tambahkan bumbu; masak hingga matang dan hidangkan.
Rabu			
Sup Telur dengan Rumput Laut Bahan: Rumput laut secukupnya Telur ayam 2 Langkah: 1. Panaskan wajan wok dengan minyak dan daun bawang kering; tambahkan kaldu super dan didihkan; tambahkan rumput laut. 2. Tuangkan kedalam kocokan telur dan aduk dengan baik; beri bumbu dan hidangkan.	Tumis suwiran daging Kambing dengan Daun bawang dan Bawang putih Bahan: Daging kambing 2/5 catty (disuwir-suwir) Daun bawang 1 & 1/2 tael (disuwir-suwir) Merica manis 2 (disuwir-suwir) Tunas bawang putih 1 & 1/2 tael (dipotong-potong) Langkah: 1. Campurkan suwiran daging kambing dengan anggur Shaoxing dan garam. 2. Panaskan minyak, tambahkan suwiran daging kambing, jahe, merica manis, daun bawang dan tunas bawang putih satu demi satu dan tumis. 3. Tambahkan pasta kedelai manis; kentalkan sup dan hidangkan.	Tumis Sawi putih dengan Krim Bahan: Sawi putih 8 tael Langkah: 1. Panaskan wajan wok dengan minyak dan jahe; tambahkan sawi putih dan bumbu masak hingga sawi putih lembut. 2. Didihkan kaldu super, gula, garam, minyak wijen, lada putih bubuk, susu segar dan sedikit air. 3. Tuangkan campuran tadi ke atas sawi putih dan hidangkan.	Kukus Daging sapi cincang dengan Lobak Kering Bahan: Daging sapi 1/3 catty (disuwir-suwir) Lobak kering secukupnya (dipotong dadu) Langkah: 1. Potong-potong daging sapi dan rendam. 2. Campurkan daging sapi dan lobak kering; pipihkan di atas piring; kukus di atas suhu tinggi selama 15 menit. 3. Taburkan suwiran cabe merah dan hidangkan.

Kamis			
Sup Belogo dengan Rebung dan Yunnan Ham	Ayam goreng garing dengan Tahu Merah Fermentasi	Tumis Buncis dengan Udang Kering	Tumis Suwiran ikan dengan labu Berambut
Bahan: Belogo 1/3 catty Rebung 1/3 catty Yunnan ham 4 taels Langkah: 1. Goreng irisan jahe dalam minyak panas hingga harum; tuangkan air secukupnya; tambahkan seluruh bahkan dan didihkan. 2. Masak hingga belogo matang; bumbui dengan garam dan hidangkan.	Bahan: Ayam utuh 1/2 catty (dipotong-potong) Tahu merah fermentasi secukupnya Langkah: 1. Rendam ayam dengan tahu merah fermentasi dan beri bumbu. 2. Lumuri ayam dengan pasta tepung; goreng dengan cepat di atas api kecil; lalu panaskan dengan api sedang dan goreng hingga ayam keemasan dan matang seluruhnya.	Bahan: Buncis 1/3 catty Udang kering 1/6 catty Langkah: 1. Panaskan wajan wok dengan minyak dan irisan jahe; tumis buncis dan udang kering; tambahkan sedikit air dan masak hingga matang. 2. Bumbui dengan garam dan hidangkan.	Bahan: Ikan karp lumpur 1/2 catty cincang Labu berambut 1 (potong memanjang) Langkah: 1. Campurkan lada putih bubuk dengan ikan karp lumpur cincang; goreng untuk membuat patty ikan dan potong memanjang. 2. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas hingga harum; tumis labu berambut; tambahkan sedikit air dan masak hingga matang. 3. Taruh potongan karp lumpur kedalam wajan wok; tambahkan saus tiram, gula, kental kecap dan daun bawang dan hidangkan.
Jumat			
Sup Daging sapi dengan Tomat dan kentang	Tumis Ayam potong dadu dengan Akar Lotus potong dadu	Kukus Tulang Iga Babi dengan Kecap hitam fermentasi	Presto Labu jelum dengan Jamur dan Jamur merang
Bahan: Tomat 3 (dipotong-potong) Kentang 2 (dipotong-potong) Daging sapi (diiris) 1/3 catty Langkah: 1. Panaskan wajan wok dengan minyak dan irisan jahe; tumis irisan daging sapi dengan cepat; tuangkan air secukupnya dan didihkan. 2. Tambahkan tomat dan kentang; masak perlahan-lahan hingga sup mengental. 3. Bumbui dengan garam dan gula dan hidangkan.	Bahan: Dada ayam 1/3 catty (dipotong dadu) Akar lotus 1/6 catty (dipotong dadu) Merica manis hijau 1/6 catty (dipotong dadu) Langkah: 1. Rendam ayam; tumis hingga ayam berwarna coklat muda; sisihkan. 2. Tumis daun bawang dan jahe; tambahkan akar lotus yang dipotong dadu dan cabe hijau dan tumis; tambahkan ayam potong dadu. 3. Tambahkan kedalamnya anggur Shaoxing, garam dan kaldu super secukupnya dan aduk rata; taburkan tetesan minyak wijen.	Bahan: Tulang iga babi 6 taels Kecap hitam fermentasi secukupnya Langkah: 1. Tumis kecap hitam fermentasi dan butiran bawang putih; taruh di dalam mangkuk. 2. Tambahkan saus tiram, kecap, gula, merica, minyak wijen dan anggur Shaoxing; campurkan dengan baik untuk membuat saus bawang putih cincang dan kecap hitam fermentasi. 3. Campurkan tulang iga babi dengan saus kecap hitam fermentasi; kukus di atas api panas; taburkan daun bawang dipotong dadu dan hidangkan.	Bahan: Labu jelum 1/3 catty Jamur 1/6 catty Jamur merang 1/6 catty Langkah: 1. Goreng jahe dan bawang putih dalam minyak panas hingga harum; tambahkan jamur dan jamur merang; taburkan tetesan anggur beras; tambahkan bumbu dan air secukupnya masak hingga saus mengering. 2. Tambahkan labu jelum; masak hingga matang dan hidangkan.
Sabtu/ Minggu			
Sup Bawang Merah	Rusuk Daging babi Masak perlahan-lahan dengan Lobak	Tumis Ginjal Sapi dengan Kembang kol	Tahu Kedelai Presto dengan Jamur
Bahan: Bawang merah 2/3 catty (disuwir-suwir) Peterseli cina secukupnya Langkah: 1. Panaskan minyak; tumis bawang merah dengan cepat; bumbui dengan garam dan lada putih bubuk; tumis hingga bawang merah berwarna coklat tua. 2. Tambahkan sup jernih dan didihkan; tambahkan peterseli cina dan hidangkan.	Bahan: Lobak 1 catty Rusuk daging babi 1/2 catty Langkah: 1. Goreng rusuk daging babi dalam minyak hingga harum; tambahkan jahe dan bawang putih dan tumis; tambahkan irisan lobak dan tumis. 2. Tambahkan kaldu super dan bumbu; tambahkan air secukupnya dan masak hingga saus mengering.	Bahan: Kembang kol 1/3 catty Ginjal babi 1/6 catty Langkah: 1. Hilangkan bau pesing dari ginjal babi; potong ginjal babi dalam bentuk menyilang; rendam dan goreng ginjal babi in minyak panas hingga harum; sisihkan. 2. Goreng potongan daun bawang, jahe, bawang putih dan kembang kol minyak panas hingga harum; kembalikan ginjal berbentuk menyilang ke dalam wajan wok dan tumis cepat. 3. Tambahkan bumbu; masak hingga matang dan hidangkan.	Bahan: Tahu kedelai 2 pcs Jamur 1/6 catty Langkah: 1. Rendam tahu kedelai dalam air asin sebentar; keringkan tahu kedelai; goreng hingga harum; taruh di atas piring dan sisihkan. 2. Goreng jahe dan bawang putih hingga harum; tambahkan jamur dan tumis hingga harum; taburkan anggur beras dan tambahkan bumbu. 3. Hidangkan jamur dan tuangkan ke atas tahu kedelai.