

Senin			
Sup Daging Babi Tipis dengan Labu berambut dan Telur bebek asin	Irisan Garoupa dan Jamur Merang dalam Saus Tiram	Tumis Ayam dengan Asparagus	Terong rasa ikan dan Tahu Kedelai
Bahan: Daging babi (diiris) 1/3 catty Labu berambut 1 (dipotong-potong) Telur bebek asin 1 Langkah: 1. Didihkan sepanci air; tambahkan irisan daging babi, labu berambut dan telur bebek asin.	Bahan: Garoupa 2/5 catty Jamur merang 1/4 catty (dimasak sebentar) Rebung (diiris) 1/2 tael Langkah: 1. Rendam irisan garoupa; tumis dalam minyak panas dan sisihkan. 2. Panaskan wajak wok dengan minyak dan goreng jahe dan daun bawang; tambahkan jamur merang dan irisan rebung lalu tumis sebentar; campurkan dalam irisan garoupa yang sudah matang. 3. Tambahkan bumbu dan masak hingga saus mendidih.	Bahan: Ayam (diiris) 1/4 catty Asparagus 1/4 catty (dipotong-potong) Wortel (diiris) 2 tael Jamur shiitake segar (diiris) 4 pcs Langkah: 1. Tumis jamur shiitake hingga harum; tambahkan ayam, asparagus dan wortel; taburi anggur dan tambahkan air. 2. Tambahkan bumbu; aduk dengan baik lalu hidangkan.	Bahan: Daging babi cincang 1 tael Terong (dipotong-potong) 1 Tahu kedelai 1 pc Langkah: 1. Masak terong hingga matang dan sisihkan. 2. Goreng daun bawang, jahe, bawang putih dan suwiran cabe; tumis daging babi cincang hingga setengah matang; tambahkan kecap dan bumbu lain lalu masak hingga matang. 3. Campurkan kedalam tahu kedelai dan terong yang sudah dimasak; bumbui dengan gula dan pasta belacan kacang lebar; kentalkan sup.
Selasa			
Sup Ayam Kulit Hitam dengan Conches dan Wolfberry Cina	Burung Dara yang dimasak perlahan dengan Timun laut dan Wolfberry Cina	Tumis suwiran ikan dengan Lobak	Stewed Chestnuts with Roasted Pork Kacang mete
Bahan: Ayam kulit hitam 1 (dimasak sebenatr) Siput 2 Wolfberry cina secukupnya Langkah: 1. Didihkan air dalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan masak perlahan selam 2 jam; bumbui dengan garam.	Bahan: Timun laut 1 (dipotong-potong) Wolfberry cina 1/2 tael Burung dara utuh 1 Langkah: 1. Goreng daun bawang dan jahe dalam minyak panas; tuangkan kaldu ayam dan didihkan sebentar; tambahkan timun laut, burung dara utuh dan taburi dengan anggur beras, kecap dan lada putih bubuk; kukus di atas api kecil selama 40 menit. 2. Tambahkan wolfberry cina; masak perlahan selama 10 menit. 3. Kentalkan sup; bumbui dengan garam; tuangkan saus ke atas timun laut dan burung dara utuh.	Bahan: Ikan karp lumpur cincang 1/2 catty Lobak (iris memanjang) 1 Langkah: 1. Taburkan lada ke atas karp lumpur cincang; goreng hingga membentuk pai ikan lalu potong-potong memanjang. 2. Goreng jahe dalam minyak panas dengan lobak; tuangkan sedikit saus super; didihkan hingga lobak menjadi transparan. 3. Masak kembali irisan lobak memanjang tersebut; tambahkan saus tiram, gula kecap kental dan daun bawang dan tumis sebelum dihidangkan.	Bahan: Kacang mete 4 tael Daging babi panggang 8 tael Langkah: 1. Didihkan kacang mete dengan air hingga matang; kupas; goreng sebentar dalam minyak dan sisihkan. 2. Panaskan minyak untuk menggoreng irisan jahe; tumis daging babi panggang hingga harum; bumbui dengan kecap encer, gula dan garam; didihkan sedikit air; tambahkan kacang mete yang sudah dimasak, kecilkan api dan masak perlahan-lahan; tuangkan saus tepung ke atas campuran.
Rabu			
Borsch Daging Sapi	Croaker Kuning Kukus ala Tradisional	Sawi putih gulung dengan Ayam	Tumis Suwiran Daging Babi dengan Cabe
Bahan: Daging sapi (diiris) 6 tael Kol 1/3 catty Tomat 1 (dipotong-potong) Wortel secukupnya (dipotong-potong) Seledri secukupnya Langkah: 1. Goreng irisan jahe dalam minyak panas; tuangkan kedalam air secukupnya; tambahkan seluruh bumbu. 2. Kukus campuran tadi hingga seluruh bahan lembut dan matang; bumbui dengan garam.	Bahan: Croaker kuning 1 Daging babi (disuwir) secukupnya Jamur shiitake kering (disuwir) secukupnya Kulit jeruk kepruk sedikit kering (disuwir) Langkah: 1. Suwir daging babi dan rendam dengan baik; sisihkan jamur shiitake dan kulit jeruk kepruk kering. 2. Taruh ikan di atas piring dengan daun bawang dibawahnya; hiasi ikan dengan suwiran babi, jamur shiitake dan kulit jeruk kepruk kering. 3. Kukus di atas api suhu tinggi hingga matang; tuangkan minyak dan hidangkan.	Bahan: Ayam 1/3 catty (dipotong memanjang) Sawi putih 8 pcs Jamur shiitake segar (dipotong dadu) 4 potong Wortel (diiris memanjang) 3/4 tael Langkah: 1. Campurkan ayam, jamur shiitake dan wortel serta bumbu dengan baik. 2. Cuci sawi putih; masak sebentar. 3. Angkat sawi putih; gulung bersama bahan-bahan lainnya; susun di atas piring; kukus dalam wadah selama 15 menit.	Bahan: Daging babi (disuwir) 4 tael Cabe hijau 3 tael (dipotong jadi empat bagian) Langkah: 1. Rendam irisan daging babi dan sisihkan. 2. Panaskan minyak untuk menumis suwiran daging babi hingga matang. 3. Tambahkan cabe dan tumis sebentar lalu hidangkan.

Kamis			
Sup Udang dengan Umbi Lily	Ikan Presto dengan Labu Berambut	Lettuce Cina Rebus dalam Saus Super	Sayap ayam Goreng dengan Kecap Encer Super
Bahan: Daging udang 1/3 tael Umbi lily 1/3 tael Langkah: 1. Sisihkan ubi lily dan cuci udang. 2. Masuk seluruh bahan dan bumbu didalam wajak wok; masak perlahan di atas api kecil untuk membuat sup.	Bahan: Perut ikan tongshan 1 catty Labu berambut 2 (dipotong-potong) Langkah: 1. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas; goreng perut ikan hingga harum; lalu angkat dari api. 2. Goreng suwiran jahe untuk menumis labu berambut; tuangkan setengah mangkuk air dan didihkan. 3. Bumbu dengan sedikit gula iris; masak kembali ikan dalam wajan wok hingga sup mengental dan hidangkan.	Bahan: Sawi cina 2/3 catty Langkah: 1. Goreng suwiran jahe; tambahkan lettuce cina lalu tumis. 2. Tuangkan saus super, didihkan lalu hidangkan.	Bahan: Sayap ayam 8 Langkah: 1. Didihkan sup berbumbu dengan kecap, gula dan minyak wijen; kemudian tambahkan sayap ayam dan didihkan selama 15 menit. 2. Dinginkan sayap ayam; lumuri dengan tepung jagung; goreng dengan minyak panas hingga berwarna coklat muda.
Jumat			
Sup Daging Babi Suwir dengan Tahu kedelai dan Kol	Daging sapi goreng dengan Telur orak arik	Sauté Jamur Shiitake dan Toge	Cumi-cumi Segar Goreng dengan Brokoli dalam pasta udang
Bahan: Daging babi tipis 1 & 1/3 tael (diiris) Tahu kedelai 2 pcs (dipotong-potong) Lettuce eropa 4/5 tael Langkah: 1. Panaskan wajak wok dengan minyak goreng untuk menggoreng suwiran jahe; tambahkan suwiran daging babi lalu tumis sebentar; taburi dengan anggur dan tambahkan bumbu. 2. Tuangkan saus super secukupnya dan air lalu masak hingga mendidih. 3. Tambahkan tahu dan kol; bumbu dengan garam setelah mendidih.	Bahan: Daging sapi 1/2 catty Telur 4 Langkah: 1. Rendam irisan daging sapi dan sisihkan; kocok telur. 2. Goreng potongan jahe; tumis daging sapi hingga matang; tuangkan kocokan telur dan tumis hingga mengeras. 3. Bumbu dengan garam dan hidangkan.	Bahan: Jamur shiitake segar (diiris) 1/4 catty Toge 1/2 catty Langkah: 1. Masak sebentar jamur shiitake dalam air mendidih dalam waktu singkat lalu angkat; cuci toge. 2. Panaskan wajan wok dengan minyak panas; goreng daun bawang dan irisan jahe; tambahkan jamur shiitake dan toge lalu tumis hingga matang. 3. Bumbu dengan garam; taburi tetesan minyak wijen dan hidangkan.	Bahan: Cumi-cumi (masak 1/2 catty sebentar dan potong-potong) Brokoli 1/2 catty (dipotong-potong) Langkah: 1. Goreng jahe, bawang putih dan pasta udang untuk menumis cumi-cumi; taburi dengan anggur dan tambahkan air dan didihkan sampai matang. 2. Campurkan kedalam brokoli dan tumis; bumbu dengan kaldu super, gula dan lada putih bubuk. 3. Tumis hingga sup mengental; hidangkan.
Sabtu/ Minggu			
Sup Betis Babi dengan Biji Lotus dan Umbi Lily	Daging sapi gulung dengan Jamur Enokitake	Ikan Kakup Kukus dan Jamur yang diawetkan	Tumis babi panggang dengan Pakchoi
Bahan: Betis babi 6 tael (dipotong-potong lalu dimasak sebentar) Biji lotus (direndam) 1/3 tael Umbi lily (direndam) 1/3 tael Langkah: 1. Didihkan air dalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Masak perlahan di atas api kecil selama 2 jam; bumbu dengan garam.	Bahan: Daging sapi (diiris) 1/3 catty Jamur enokitake 2 tael Langkah: 1. Bumbu irisan daging sapi; masukkan dalam lemari es selama 1 jam. 2. Taruh jamur enoki di atas irisan daging dan gulung; rekatkan pinggirannya dengan tepung jagung. 3. Panaskan minyak; goreng gulungan daging hingga berwarna coklat muda; tambahkan saus tiram dan air didihkan sebentar dan hidangkan.	Bahan: Ikan kakup 1 Jamur yang diawetkan sedikit Langkah: 1. Taruh ikan kakup di atas piring dengan daun bawang dibawah ikan; hiasi dengan suwiran jahe dan jamur yang diawetkan. 2. Kukus di atas api panas hingga ikan matang; goreng suwiran jahe dalam minyak panas dan tuangkan campuran ke atas ikan.	Bahan: Pakchoi 1/2 catty Babi panggang 1/3 catty Langkah: 1. Goreng jahe dan bawang putih dalam minyak; tambahkan sedikit pakchoi dan tumis hingga matang. 2. Campurkan dalam daging babi panggang bumbu dengan garam lalu hidangkan.