

Lunes	Mga Sangkap:	Sinabawang Krema ng Mais na may Binalatang Hipon Binalatang hipon (diced) 3 tael Butil ng mais 2 tael Giniling na manok 4/5 tael Itlog ng manok 1	Ginisang Kintsay na may Bulaklak ng Saging at Sari-Saring Kabute Kintsay 2 piraso Sariwang bulaklak ng saging 2 Kintsay (hiniwa sa mga bahagi) 2 piraso Tuyong kabuteng shiitake 5 piraso Kabute (hiniwa ng pira-piraso) 5 piraso	Linukob na Lechong Baboy na may Kabuteng Shiitake Lechong baboy 12 tael Tuyong kabuteng Shiitake 10 piraso	Matamis at Maanghang na Karneng Baboy Karneng baboy (ginayat) 1/6 catty Berde at pulang siling pukingan 1 bawat kulay Hiniwang pinya kaunting dami
	Mga Hakbang:	<ol style="list-style-type: none"> Ilagay ang mantika, pangunang-sabaw, butil ng mais, giniling na manok at binalatang hipon at lutuin hanggang lutong-luto. Ibuhos ang binating itlog at pakuluan. 	<ol style="list-style-type: none"> Iprito sa mainit na mantika ang tinadtad na bawang at hiniwang luya hanggang bumango; ilagay ang bulaklak ng saging at pulang siling pukingan at gisahing mabuti. Ilagay ang kabute at gisahing mabuti; wisikan ng patak ng alak na gawa sa bigas; ilagay ang pangunang-sabaw. 	<ol style="list-style-type: none"> Iprito ang lechong baboy sa mainit na mantika hanggang bumango; idagdag ang luya, bawang, halamang selot at kabuteng shiitake. Ilagay ang panimpla at tubig; iluto sa malakas na apoy hanggang ang tubig alak ay maging puro. 	<ol style="list-style-type: none"> Maingat na durugin ang baboy na tinanggalan ng buto hanggang lumambot; ibabad ng mabuti; lagyan ang binating itlog; pahiran ng harinang mais at iprito hanggang tumigas at maluto. Iprito ang tinadtad na bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ibuhos ang sarsa ng kamatis, itim na sukang Zhenjiang, asukal at asin at iluto ng mabuti; ilagay ang berde at pulang siling pukingan at hiniwang pinya; gisahin ang halo. Ibalik ang tadyang ng baboy sa kawali at haluing mabuti; lagyan ng dahon ng sibuyas at ihain.
Martes	Mga Sangkap:	Giniling na Karneng Baka na may Sabaw ng Puti ng Itlog Karneng Baboy (giniling) 4 tael Kintsay naaangkop na dami Puti ng itlog na manok 1	Pinasingawang Isdang Threadfin sa Tradisyunal na Luto Isdang threadfin 1 Karneng baboy (ginayat) kaunting dami Tuyong kabuteng shiitake Tuyong balat ng dalanghita (ginayat) kaunting dami	Tokwa na Pinalamanan ng Giniling na Hipon Giniling na hipon 4 tael Tokwa 2 piraso	Ginising Talong na may Sarsa ng Giniling na Sitaw Talong (binalatan) 2/3 tael
	Mga Hakbang:	<ol style="list-style-type: none"> Ilagay ang malinaw na sabaw at giniling na karneng baka; pakuluan sa malakas na apoy; hinaan ang apoy at pakuluan ng 40 minuto. Ilagay ang hiniwang kintsay, hiniwang kamatis at alak na gawa sa bigas; pakuluan ulit ng 30 minuto. Ibuhos sa sabaw ang puti ng itlog na manok; timplahan ng asin at paminta. 	<ol style="list-style-type: none"> Ibabad ng mabuti ang ginayat na karneng baboy. Ilagay ang isda sa plato na may dahon ng sibuyas na inilagay sa ilalim ng isda; palamutian ang isda ng ginayat na karneng baboy, kabuteng shiitake at tuyong balat ng dalanghita. Pasingawan hanggang maluto at ihain. 	<ol style="list-style-type: none"> Banlian ang tokwa; hiwain ng pira-piraso; ilagay ang giniling na hipon sa tokwa. Iprito ang tinadtad na bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; lagyan ng sarsa ng talaba at gisahing mabuti; wisikan ng patak ng alak na gawa sa bigas. Idagdag ang asin at asukal; ibuhos dito ang halo. 	<ol style="list-style-type: none"> Iprito ang talong hanggang lumambot. Iprito sa mainit na mantika ang pinitpit na bawang hanggang bumango; ilagay ang sarsa ng giniling na sitaw at iba pang sarsa; pakuluan; ilagay ang talong. Lutuin hanggang lumapot ang sarsa; budburan ng dahon ng sibuyas at siling labuyo.

Miyerkules	Mga Sangkap: Mga Hakbang:	Sinabawang Buto ng Baka na may Karots at Berdeng Labanos Buto ng karneng baka 8 tael Karot 1 piraso Berdeng labanos 1 piraso	Ginisang Karneng Baka na Hiniwa na may Sari-Saring Gulay Karneng baka (ginayat) 1/4 catty Karot (hiniwa) 2 tael Berde 1 sa bawat isa at pulang siling pukingan	Nilagang Pulang Alimasag na may Sotanghong Munggo Pulang alimasag (hiniwa ng pira-piraso) 1 piraso Sotanghong munggo 1 bigkis	Linukob na Letsugas na may Kabuteng Shitake at Lechong Baboy Lechong baboy 8 tael Tuyong kabuteng shitake 3 tael Letsugas kalahating biyak
		1. Magpakulo ng tubig sa kaserola; ilagay ang lahat na mga sangkap at hiniwang luya at pakuluan. 2. Hinaan ang apoy at pakuluan ng 2 oras; timplahan ng asin at ihain.	1. Ibadad ang karneng baka na tinanggalan ng buto; ibabad sa mantika. 2. Igisa ang luya sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang mga siling pukingan, hiniwang karot at panimpla. 3. Ibalik sa kawali ang karneng baka na tinanggalan ng buto; haluing mabuti at palaputin ang sabaw.	1. Iprito ang luya at bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang sotanghong munggo at pangunang-sabaw at sandaling lutuin; itabi muna. 2. Igisa ang luya at bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; idagdag ang pulang alimasag at gisahin hanggang bumango; wisikan ng patak ng alak na gawa sa bigas at ilagay ang panimpla. 3. Ilagay ang pulang alimasag sa kaserola na may sotanghong munggo; sandaling lutuin; ilagay ang ginayat na siling labuyo at ginayat na dahon ng sibuyas.	1. Sandaling banlian ang letsugas sa kumukulong tubig hanggang lumambot; alisin at itabi muna. 2. Iprito sa mainit na mantika ang lechong baboy hanggang bumango; ilagay ang kabuteng shitake at sama-samang iprito; lagyan ng panimpla. 3. Ibalik ang letsugas sa kawali; haluing mabuti; palaputin ang sarsa.
Huwebes	Mga Sangkap: Mga Hakbang:	Sabaw ng Manok na may Tuyong Longan at Buto ng Lotus Buong manok (binanlian) 1 Tuyong longan 2 tael Buto ng lotus 2 tael	Ginisang Pechay Baguio na may Sari-Saring Gulay at Sotanghong Munggo Pechay Baguio 2 tael Sotanghong munggo 1 bigkis Buto ng lotus 4 tael Tengang daga (hiniwang maliliit na bulaklak) 2 tael Tokwa 2 tael Sicharong tokwa 2 tael	Pinasingawang Garupa Garupa 1	Linukob na Beche-de-mer na may Sarsa ng XO Beche-de-mer
		1. Ilagay sa kaserola ang tuyong longan, ugat ng lotus at manok. 2. Ilaga hanggang lumambot ang manok; timplahan ng asin.	1. Iprito sa mainit na mantika ang ginayat na luya hanggang bumango; ilagay ang pechay baguio at sandaling gisahin; idagdag ang hiniwang ugat ng lotus, tengang daga at ibang mga sangkap. 2. Idagdag ang pangunang-sabaw at panimpla; ilagay ang sotanghong munggo at haluing mabuti.	1. Ilagay ang isda sa plato na may tangkay ng dahon ng sibuyas sa ilalim; palamutian ng ginayat na luya. 2. Pasingawan hanggang maluto; budburan ng ginayat na dahon ng sibuyas, toyong maputla at mainit na mantika.	1. Ilagay ang bagoong sa beche-de-mer at takpan ang lalagyan; pasingawan sa katamtamang apoy sa loob ng 15 minuto. 2. Iprito sa mainit na mantika ang tinadtad na bawang hanggang bumango; idagdag ang sarsa ng XO, alak na gawa sa bigas at tubig at pakuluan. 3. Ilagay ang beche-de-mer at lutuin ng 5 minuto sa mahinang apoy; palaputin ang sarsa at ilagay sa plato.

Biyernes	Mga Sangkap:	Sinabawang Manok na may Astragalus Mongholicus at Angelikang Tsino Buong manok (binanlian) 1 Angelikang tsino 2 taels Astragalus naaangkop na dami	Ginisang Sari-Saring Gulay na may Sotanghong Munggo Ugat ng lotus (hiniwa) 4 taels Tengang daga (hiniwa sa maliliit na piraso) 2 taels Chicharo 4 taels Karot 4 taels Coliflower 4 taels Sotanghong munggo 4 taels	Letsugas sa Sarsa ng Abalon Hiniwang abalon 1 bote Letsugas	Pinakuluang Tuyong Talaba na may Kabuteng Shitake at Itim na Lumot Tuyong kabuteng shiitake 3 taels Tuyong talaba 4 taels Itim na lumot 1 tael
	Mga Hakbang:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ilagay lahat ang mga sangkap sa kaserola; ilagay ang hiniwang luya at 4 na mangkok na tubig; takpan. 2. Ilagay ito sa kaserola; ilaga sa malakas na apoy sa loob ng 30 minuto. 3. Babaan ang init at pakuluan ng 3 pang oras; lagyan ng asin. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Iprito ang hiniwang luya sa mainit na mantika hanggang bumango. Idagdag ang hiniwang ugat ng lotus, tengang daga, chicharo, karots at coliflower at sama-samang gisahin. 2. Ilagay ang pangunang-sabaw, binurong pulang tahuri at mga panimpla; ilagay ang sotanghong munggo at iba pang mga sangkap at haluing mabuti. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Banlian ang letsugas sa kumukulong tubig hanggang maluto; alisin at ilagay sa plato. 2. Ilagay ang hiniwang abalon at tubig sa kawali; ilagay ang toyong maputla, sarsa ng talaba, asukal at tubig at pakuluan hanggang lumapot ang sarsa. 3. Alisin; ibuhos ang halo sa letsugas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Iprito ang kabuteng shitake at tuyong talaba sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang mga panimpla at tubig; lutuin sa mahinang apoy na nakatakip. 2. Ilagay ang itim na lumot; pakuluan hanggang ang likido ay halos matuyo; palaputin ang sarsa.
Sabado/Linggo	Mga Sangkap:	Sinabawang Manok na may Tuyong Longan at Goji Beri Buong manok (binanlian) 1 Tuyong longan 2 taels Goji beri	Linukob na Pata ng Baboy na may Ugat ng Lotus Pata ng baboy (binanlian) 1 Ugat ng lotus 8 taels	Piniritong Sugpo Sugpo 1 catty	Ginisang Iskalop na may Kabuteng Shitake at Lechong Bibi Iskalop 1 catty Tuyong kabuteng shitake 3 taels Lechong bibi (hiniwa) 4 taels
	Mga Hakbang:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ilagay sa kaserola ang lahat na mga sangkap; ilagay ang hiniwang luya at 4 na mangkok na tubig; takpan. 2. Ilagay ito sa kaserola; ilaga sa malakas na apoy sa loob ng 30 minuto. 3. Hinaan ang apoy at pakuluan ng 3 pang oras; lagyan ng asin. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Painitin ang kawali; iprito ang pata ng baboy sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang ugat ng lotus at gisahing mabuti. 2. Ilagay ang mga panimpla; lutuin sa mahinang apoy sa loob ng 1 oras. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Iprito ang magkabilang bahagi ng hipon hanggang pumula; ilagay ang bawang at gisahin; wisikan ng patak ng alak na gawa sa bigas. 2. Ilagay ang sarsa ng kamatis, sarsa ng worcestershire, asukal, asin at panimpla; palaputin ang sabaw. 3. Budburan ng tinadtad na dahon ng sibuyas at paminta. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pagsama-samahin ang kabuteng shitake at iskalop sa timpladong halo. 2. Iprito ang luya at bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang iskalop at kabuteng shitake at iprito; ilagay ang lechong bibi at gisahin. 3. Lagyan ng panimpla.