

Senin			
Sup Tahu Kedele, Tomat dan Peterseli Cina	Pompano Dikukus	Potongan kambing dengan Herb	Sawi putih Goreng dengan Jamur shiitake dan Jamur kuping kayu
Bahan: Tomat (diparut) 1/3 catty Tahu kedele (diiris) 1/3 catty Peterseli cina 1 tael (dipotong-potong) Langkah: 1. Tumis suwiran jahe; goreng tomat dengan garam dan gula. 2. Tambahkan kaldu jernih; tambahkan tahu kedele dan didihkan selama 8 menit. 3. Tambahkan peterseli cina, garam dan merica dan hidangkan.	Bahan: Pompano 1 Langkah: 1. Taruh daun potongan bawang dibawah ikan; taruh suwiran jahe diatasnya ikan. 2. Panaskan di atas api besar sampai matang; tambahkan suwiran jahe goreng dan hidangkan.	Bahan: Potongan kambing 1 catty Herb 1/2 tael Langkah: 1. Bumbui potongan kambing dengan garam dan brandy selama 15 menit. 2. Goreng potongan kambing sampai kedua sisi keemasan. 3. Tuangkan herb dan sausnya; masukkan ke dalam oven sampai matang.	Bahan: Sawi putih 10 taels Jamur shiitake segar 3 taels Jamur kuping kayu 1 tael Langkah: 1. Tumis bawang putih, jahe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan jamur shiitake dan jamur kuping kayu sebentar. 2. Tambahkan Tianjin pakchoi; tambahkan sedikit kaldu super. 3. Tambahkan garam setelah saus keluar; tambahkan garam dan gula.
Selasa			
Sup Kental Ikan Karp dengan Kol	Daging sapi Goreng dengan Kol cina	Udang Goreng dengan Jambu monyet	Daging kepiting ala Telur
Bahan: Ikan karp cincang 6 taels Kol 1/2 Langkah: 1. Tumis bawang merah kering dalam minyak panas sampai harum; tambahkan air secukupnya dan didihkan. 2. Buat ikan karp cincang kedalam bentuk bola; didihkan sampai matang. 3. Tambahkan suwiran kol, putih telur; tambahkan garam dan gula; hidangkan dengan saus tepung.	Bahan: Kol cina 10 taels Daging sapi (diiris) 4 taels Langkah: 1. Tumis parutan bawang merah dalam minyak panas sampai harum; tambahkan daging sapi dan tumis; tambahkan saus Worcestershire dan saus tiram dan tumis sebentar; sisihkan. 2. Tumis suwiran jahe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan kol cina; tambahkan garam; goreng sampai matang. 3. Masukkan daging sapi ke dalam wajan wok; campurkan dengan baik.	Bahan: Udang kupas 1/2 catty Jambu monyet 2 taels Langkah: 1. Tumis jahe, potongan bawang putih dalam minyak panas sampai harum; tambahkan udang dan tumis; percikkan anggur. 2. Goreng seledri dan wortel dan tumis bersamaan; tambahkan jambu monyet dan goreng sebentar. 3. Bumbui dengan garam dan gula.	Bahan: Putih telur 8 telur Langkah: 1. Tumis potongan bawang merah dan jahe sampai harum; tambahkan anggur beras dan cuka; buat api sedang. 2. Tambahkan putih telur dan campurkan dengan baik; tambahkan garam.
Rabu			
Sup Ikan karp krusia dengan Rebung	Ketimun hijau Blended dengan Ubur-ubur	Ayam Fillet presto dengan Jamur dan Tahu kedele	Shanghai Pakchoi Goreng dengan XO Sauce
Bahan: Ikan karp krusia 1 Rebung (diiris) 1/6 catty Langkah: 1. Tumis parutan bawang merah dan jahe dalam minyak panas sampai harum; goreng ikan sampai kedua sisi keemasan. 2. Didihkan sedikit air; tambahkan irisan rebung dan didihkan. 3. Kecilkan api dan dimasak perlahan-perlahan sampai matang; tambahkan garam dan hidangkan.	Bahan: Ketimun hijau 8 taels Ubur-ubur 4 taels Langkah: 1. Masak sebentar ubur-ubur; cuci dalam air; tiriskan dengan baik. 2. Masak sebentar ketimun hijau; cuci dalam air dingin dan tiriskan dengan baik. 3. Tambahkan jahe, bawang putih, merica dan garam dan hidangkan.	Bahan: Tahu kedele 2 Ayam fillet 1/4 catty Jamur shiitake segar 3 taels Langkah: 1. Potong dadu tahu kedele; suwir jamur shiitake segar; suwir dan rendam dalam air garam ayam fillet sisihkan. 2. Goreng belacan kacang lebar berbumbu dalam minyak panas sampai harum; goreng ayam fillet sebentar. 3. Tambahkan tahu kedele dan jamur shiitake segar dan tumis bersamaan; tambahkan bumbu dan hidangkan.	Bahan: Shanghai pakchoi 1 catty Langkah: 1. Tumis jahe dan bawang putih dalam minyak panas sampai harum; goreng Shanghai pakchoi sampai matang. 2. Tambahkan saus XO, tiram dan minyak wijen; campurkan dengan baik dan hidangkan.
Kamis			
Sup Ikan karang dengan Lobak	Goreng Ayam dengan Kacang mete	Mackerel Kukus dengan sawi putih Tianjin	Cumi-cumi goreng dengan kembang kol cina
Bahan: Ikan karang 1 catty Lobak 1/2 catty Langkah: 1. Tumis suwiran jahe; goreng ikan karang sampai kedua sisi keemasan; sisihkan. 2. Goreng lobak; tambahkan air dan didihkan; tambahkan ikan goreng karang dan masak bersamaan. 3. Tambahkan garam dan hidangkan.	Bahan: Ayam (dipotong-potong) setengah Kacang mete 1/6 catty Langkah: 1. Tambahkan bumbu ke dalam ayam, anggur Shaohsing, kecap, minyak, gula, cuka; gunakan tepung jagung untuk kentalkan saus. 2. Tambahkan potongan ayam dan kacang mete; goreng sampai keemasan. 3. Tambahkan tepung jagung dan didihkan.	Bahan: Mackerel 12 taels Sawi putih Tianjin secukupnya Langkah: 1. Taruh potongan daun bawang dibawah ikan; tambahkan suwiran jahe dan Tianjin white cabbage yang diawetkan di atas ikan. 2. Panaskan di atas api besar sampai matang. 3. Tuangkan minyak dan kecap dan hidangkan.	Bahan: Cumi-cumi goreng 2/5 catty Kembang kol cina 1/2 catty Langkah: 1. Rendam dalam air garam cumi-cumi goreng dengan garam dan merica sebentar. 2. Tumis irisan jahe; goreng kembang kol cina sampai matang; bumbui dengan garam dan angkat. 3. Tumis suwiran merica merah; tambahkan cumi-cumi goreng dan tumis sampai matang; taruh sayur diatasnya.

Jumat			
Sup Manisan Kurma dengan Selada air	Kukus grouper tawar ala tradisional	Ayam Steak presto dengan Jamur campur dalam saus Tomat	Tumis Jamur shiitake dengan Brokoli dan Lobak
Bahan: Selada air 5/6 catty Manisan kurma 5-6 Daging babi 8 tael	Bahan: Grouper ikan tawar 1 Daging babi secukupnya (disuwir-suwir) Jamur shiitake secukupnya kering (disuwir-suwir) Kulit jeruk kepruk secukupnya kering (disuwir-suwir)	Bahan: Steak ayam 1/2 catty (dipotong-potong) Jamur shiitake segar 1 tael Jamur merang 1 tael Jamur enoki secukupnya	Bahan: Brokoli 1/2 catty Lobak secukupnya Jamur shiitake segar 2 tael
Langkah: 1. Cuci selada air dan rendam dalam air garam sebentar; cuci; masak sebentar daging babi. 2. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan; kecilkan api dan dimasak perlahan-perlahan selama 2 jam. 3. Bumbui dengan garam dan hidangkan.	Langkah: 1. Taruh potongan daun bawang dibawah ikan; taruh suwiran daging babi, jamur shiitake dan kulit jeruk kepruk kering diatasnya. 2. Panaskan di atas api besar sampai matang; tuangkan minyak dan hidangkan.	Langkah: 1. Rendam dalam air garam stik ayam; goreng sampai kedua sisi keemasan dan matang; tiriskan minyak dan dipotong-potong. 2. Tambahkan minyak dan saus tomat; tambahkan gula dan air dan didihkan; tambahkan jamur dan goreng ayam steak dan hidangkan.	Langkah: 1. Tumis potongan jahe dan bawang putih; goreng brokoli sebentar; tambahkan kaldu super dan garam dan didihkan sampai matang; angkat dan sisihkan. 2. Tumis lobak dan jamur shiitake; tambahkan kaldu super dan didihkan sampai matang; taruh brokoli diatasnya dan hidangkan.
Sabtu/ Minggu			
Sup daging sapi dengan Klengkeng, Biji lotus dan Kuncup lily	Tahu kedele Rendam dalam air garam dengan Rusuk babi	Puding telur Kukus dengan kerang kering	Ikan maw Goreng dengan Tunas kacang
Bahan: Daging sapi 2/5 catty (dimasak sebentar) Kuncup lily kering 2 tael Biji lotus 2 tael Bubur klengkeng 2 tael	Bahan: Rusuk babi 1/3 catty Tahu kedele rendam 2 dalam air garam	Bahan: Telur 4 Kerang kering secukupnya	Bahan: Tunas kacang 12 tael Ikan maw secukupnya
Langkah: 1. Cuci bubur klengkeng kering, biji lotus dan kuncup lily; cuci dengan air mendidih daging sapi sebentar. 2. Didihkan air; tambahkan seluruh bahan dan irisan jahe dan didihkan; kecilkan api dan dimasak perlahan-perlahan selama 2 jam. 3. Bumbui dengan garam dan hidangkan.	Langkah: 1. Rendam dalam air garam rusuk babi dengan bumbu. 2. Panaskan minyak; goreng rusuk babi sampai matang. 3. Taruh tahu kedele rendam dalam air garam di atas piring dan hidangkan.	Langkah: 1. Rendam kerang kering sampai lembut dan dicabik-cabik; tambahkan garam atau kecap encer ke dalam telur; campurkan dengan baik. 2. Campurkan kerang kering dan air dengan kocokan telur. 3. Kukus didalam panci kukus sampai matang.	Langkah: 1. Cuci dengan air mendidih ikan maw dengan jahe dan daun bawang; dipotong-potong. 2. Goreng potongan bawang putih dan jahe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan tunas kacang dan goreng sampai matang; tambahkan bumbu dan angkat. 3. Goreng jahe dan daun bawang dalam minyak panas sampai harum; tambahkan ikan maw dan goreng sebentar; tambahkan kaldu super dan garam; goreng sampai agak kering; taruh tunas kacang diatasnya dan hidangkan.