<table>
<tr><th colspan="4">Lunes</th></tr>
<tr><th>Sinabawang Binti ng Baka na may Kabutent Espongha at Mansanitas</th><th>Niluto sa Tubig na Inihaw na Karneng Baboy na may Kundol</th><th>Tilad ng Karneng Baboy na may Sarsa ng Kahel</th><th>Prinitong Sutla ng Daing</th></tr>
<tr>
<td>Mga Sangkap:
Binti ng baka (binanlian) 10 taels
Kabuteng espongha 2 taels
Mansanitas naaangkop na dami
Mga Hakbang:
1. Pakuluin ang tubig; ilagay ang lahat ng sangkap at pakuluin; bawasan sa mahinang apoy at pakuluin ng 2 oras.
2. Timplahan ng asin at ihain.</td>
<td>Mga Sangkap:
Inihaw ng karneng baboy 2/3 catty
Kundol (hiniwa ng pira-piraso) 1
Mga Hakbang:
1. Gisahin ang inihaw ng karneng baboy sa mainit na mantika hanggang bumango; lagyan ang kundol at prituhin ng sabay-sabay.
2. Ilagay ang pangunang sabaw; timplahan ng asin at ihain.</td>
<td>Mga Sangkap:
Tilad ng karneng baboy 2/3 catty
Kahel (hiniwa) 1
Mga Hakbang:
1. Timplahan ang tilad ng karneng baboy ng 20 minuto.
2. Gilingin ang 1/2 ng balat ng kahel; paghaluin ng mabuti ng may katas ng kahel, puting suka, asukal, harinang mais at sarsa ng kamatis.
3. Prituhin ang tilad ng karneng baboy hanggang magkulay brown; palaputin ang sabaw hanggang lumapot; ilagay ang tilad ng karneng baboy at paghaluin ng mabuti.</td>
<td>Mga Sangkap:
Giniling na karpang putik 1 catty
Berde at pulang siling pukingan (ginayat) kalahati
Sibuyas kalahati
Mga Hakbang:
1. Timplahan ang karpang putik; ilagay ang mantika at prituhin hanggang magkulay brown; hiwain ng pira-piraso.
2. Gisahin ang berde at pulang pukingan at sibuyas ng mabuti, prituhin ang karpang putik sa kawali.
3. Timplahan ng asin at ihain.</td>
</tr>
<tr><th colspan="4">Martes</th></tr>
<tr><th>Sinabawang Hiniwang Karneng Baboy na may Sotanghong Munggo at Togue</th><th>Prinitong Dugo ng Baboy na may Kuchay</th><th>Pinakuluang Manok na may Kalabasa</th><th>Prinitong Ginayat ang Karneng Baboy na may Pechay Baguio</th></tr>
<tr>
<td>Mga Sangkap:
Karneng baboy (ginayat) 1/3 catty
Togue 1/4 catty
Sotanghong munggo 1 bigkis
Mga Hakbang:
1. Gisahin ang prinitong luya at bawang sa mainit ng mantika hanggang bumango; ilagay ang karneng baboy at prituhin ng ilang sandali.
2. Lagyan ng malinis na sabaw at pakuluin; ilagay ang usbong ng utaw at sotanghong munggo at pakuluin ng ilang sandali.
3. Ilagay ang panimpla at ihain.</td>
<td>Mga Sangkap:
Kuchay 4 taels
Dugo ng baboy 4 taels
Mga Hakbang:
1. Gisahin ang hiniwang bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang dugo ng baboy at gisahin ng ilang sandali.
2. Ilagay ang kuchay at pakuluin hanggang matapos.
3. Ilagay ang panimpla at ihain.</td>
<td>Mga Sangkap:
Manok (hiniwa ng pira-piraso) kalahati
Kalabasa (hiniwa) 1/3 catty
Mga Hakbang:
1. Timplahan ang manok; ibabad ang kalabasa sa mantika at patuyuin.
2. Gisahin ang luya ang dahon ng sibuyas sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang manok at prituhin ng ilang sandali; ilagay ang sarsa ng talaba, binurong tahuri, mantika, asukal at tubig at pakuluin.
3. Ilagay ang kalabasa at pakuluin; lagyan ng panimpla at ihain.</td>
<td>Mga Sangkap:
Karneng baboy (ginayat) 1/4 catty
Pechay baguio 1/2 catty
Mga Hakbang:
1. Gisahin ang hiniwang bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang karneng baboy at prituhin ng ilang sandali.
2. Ilagay ang pechay baguio at prituhin ng sabay-sabay.
3. Ilagay ang pangunang sabaw at gisahin hanggang matapos; lagyan ng panimpla at ihain.</td>
</tr>
<tr><th colspan="4">Miyerkules</th></tr>
<tr><th>Sinabawang laman ng baboy na may Sayote at Sitaw Turo</th><th>Pinasingawang Beche-de-mer na may Kabuteng Shitake</th><th>Prinitong Ginayat na Karne ng Baka na Tinanggalan ng Buto</th><th>Pinasingawang Dangit na may Pinatuyong Balat ng Dalanghita</th></tr>
<tr>
<td>Mga Sangkap:
Karneng baboy (binanlian) 10 taels
Sayote (binalatan) 1
Sitaw turo 2 taels
Mga Hakbang:
1. Pakuluin ang tubig; ilagay lahat ang mga sangkap at pakuluin; ipihit sa mahinang apoy at pakuluin ng 2 oras.
2. Timplahan ng asin at ihain</td>
<td>Mga Sangkap:
Beche-de-mer 1
Tuyong kabuteng shitake 4 taels
Mga Hakbang:
1. Gisahin ng pinitpit na bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ng beche-de-mer at kabuteng shitake at prituhin ng sabay-sabay.
2. Ilagay ang pangunang sabaw, sarsa ng talaba at asukal at lutuin hanggang ang sarsa ay sinipsip at ihain.</td>
<td>Mga Sangkap:
Karne ng baka (ginayat) 1/4 catty
Sariwang kabuteng shitake (diced) 2 taels
Utaw 2 taels
Karot 2 taels
Mga Hakbang:
1. Timplahan ang karne ng baka na tinanggalan ng buto; gisahin ang karne ng baka na tinanggalan ng buto ng ilang sandali.
2. Ilagay ang natitrang sangkap at prituhin ng sabay-sabay.
3. Ilagay ang panimpla at ihain.</td>
<td>Mga Sangkap:
Danggit 1 catty
Pinatuyong balat ng dalanghita naaangkop na dami
Mga Hakbang:
1. Ilagay ang pinatuyong balat ng dalanghita sa danggit.
2. Ilagay ang panimpla at pasingawan hanggang matapos.
3. Ilagay ang toyo at pinakulong mantika.</td>
</tr>
</table>

Huwebes			
Sinabawang Kundol na may Buto ng Lotus	**Prinitong Manok na may Karot at Kabute**	**Talong na Binudburan ng Mantika**	**Pinakulong Murang Buto ng Baboy na may Sarsa ng Chu Haw at Patatas**
Mga Sangkap: Kundol (hiniwa) 1/2 catty Buto ng lotus 2 taels **Mga Hakbang:** 1. Pakuluin ang mainit na tubig; ilagay lahat ang mga sangkap at pakuluin hanggang lumambot. 2. Timplahan ng asin at ihain.	**Mga Sangkap:** Manok (hiniwa ng pira-piraso) 2/5 catty Karot 1/6 catty Kabute 3 taels Berde at pulang siling pukingan tig-iisa **Mga Hakbang:** 1. Timplahan ang manok; gisahin ang hiniwang bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang manok at prituhin ng ilang sandali. 2. Ilagay ang natitirang sangkap at gisahin ng sabay-sabay; ilagay ang pangunang sabaw at gisahin ng mabuti. 3. Timplahan ng asin at ihain.	**Mga Sangkap:** Talong (hiniwa ng pira-piraso) 1/2 catty **Mga Hakbang:** 1. Prituhin ang pira-pirasong talong hanggang magkulay brown. 2. Prituhin ang luya, dahon ng sibuyas sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang giniling na malalaking buto ng sitaw at talong. 3. Ilagay ang sabaw; lagyan ng panimpla; at banlian hanggang makuha ang lasa.	**Mga Sangkap:** Murang buto ng baboy 1/2 catty Patatas (hinati sa apat) 1/3 catty **Mga Hakbang:** 1. Itimpla ang murang buto ng karne ng 15 minuto. 2. Prituhin ang murang buto ng karne hanggang kalahating luto; dagdagan ng sarsa ng Chu Hau, patatas at sibuyas at pakuluin hanggang matapos.
Biyernes			
Sinabawang Hiniwang Karne na may Pinpino	**Prinitong Preskong Pusit na may Choi Sum**	**Pinasingawang Giniling na Tsuletang Karne ng Baka na may Inasinang Ugat ng Repolyo**	**Prinitong Kabute na may Brokoli**
Mga Sangkap: Pipino (hiniwa) 1 Karneng baboy (hiniwa) 1/2 catty **Mga Hakbang:** 1. Magpakulo ng tubig sa kaserola; ilagay ang lahat na mga sangkap at pakuluan. 2. Hinaan ng apoy at pakuluan ng 2 oras; timplahan ng asin at ihain.	**Mga Sangkap:** Pusit (binanlian) 1/2 catty Choi sum 2/3 catty Siling labuyo (ginayat) naaangkop na dami **Mga Hakbang:** 1. Gisahin ang luya, bawang at siling labuyo sa mainit na mantika hanggang bumango; gisahin ang sariwang pusit; lagyan ng bino. 2. Prituhin ang choi sum; ilagay ang pangunang sabaw, asukal, paminta at ihain.	**Mga Sangkap:** Karne ng baka (giniling) 1/2 catty Inasinang ugat ng repolyo naaangkop na dami **Mga Hakbang:** 1. Timplahan ang karne ng baka; ilagay ang inasinang ugat ng repolyo. 2. Pasingawan hanggang maluto. 3. Ilagay ang hiniwang dahon ng sibuyas at ihain.	**Mga Sangkap:** Brokoli (hiniwa sa maliliit na piraso) 2/3 catty Kabute 3 taels **Mga Hakbang:** 1. Gisahin ang hiniwang bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang brokoli at prituhin ng sabay-sabay; lagyan ng panimpla; ihain at itabi muna. 2. Pakuluin ang kabute na may pangunang sabaw ng ilang sandali; ibudbud ito sa brokoli at ihain.
Sabado/Linggo			
Sinabawang Manok na may Kastanyas, Adenophora at Polygonati	**Nilutong Tiyan ng Isda na may Tangkay ng Utaw**	**Prinitong Tilad ng Karneng Baboy na may Itim na Paminta at Toyong Maputla**	**Pinasingawang Binalatang Sugpo na may Puti ng Itlog**
Mga Sangkap: Manok (binanlian) 1 Adenophora at polygonati naaangkop na dami Kastanyas 4 taels **Mga Hakbang:** 1. Pakuluin ang tubig; ilagay lahat ang mga sangkap at pakuluin; ipihit sa mahinang apoy at pakuluin ng 2.5 oras. 2. Timplahan ng asin at ihain.	**Mga Sangkap:** Tiyan ng 10 taels Tamban togue 1/2 catty **Mga Hakbang:** 1. Prituhin ang hiniwang luya sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ng isda at prituhin hanggang ang magkabilang dulo ay maging magkulay brown. 2. Ilagay ang tubig; lagyan ng panimpla; lagyan ng tangkay ng utaw at pakuluin ng ilang sandali. 3. Palaputin ang sabaw at ihain.	**Mga Sangkap:** Tilad ng karneng baboy 4 piraso Pamintang ltim (pinitpit) 1 kutsara **Mga Hakbang:** 1. Timplahan ang tilad ng karneng baboy at haluin ng mabuti. 2. Prituhin ang tilad ng karneng baboy hanggang ang magkabilang panig ay magkulay brown. 3. Ilagay ang pamintang itim ang pangunang sabaw at pakuluin; lagyan ng asukal at toyong maputla; ilagay ang tilad na karneng baboy at paghaluin ng mabuti.	**Mga Sangkap:** Binalatang sugpo 1/3 catty Puti ng itlog ng manok 4 **Mga Hakbang:** 1. Timplahan ang sugpo na may asin at paminta. 2. Ipaghalo ang puti ng itlog na may tubig at sugpo. 3. Pasingawan hanggang maluto at ihain.