

Lunes			
Sinabawang Inasinang Karne na may Pechay Baguio at Sotanghong Munggo	Ginisang Ginayat na Lechong Bibi na may Kuchay	Prinitong Capelan	Ginisang Hiniwang Karne ng Baboy na may Sitaw
Mga Sangkap: Inasinang karne 2 taels Sotanghong munggo 1 bigkis Pechay baguio 10 taels Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang konting dami ng tubig; ilagay ang inasinang karne, hiniwang luya at pakuluin. 2. Ilagay ang pechay baguio at sotanghong munggo; lukubin. 3. Ilagay ang asin hanggang sa ihain.	Mga Sangkap: Binti ng lechong bibi 1 (ginayat) Kuchay 1/3 catty Kintsay 2 piraso Mga Hakbang: 1. Pasingawan ang binti ng lechong bibi ng 10 minuto; tanggalan ng buto at balatan; gayatin. 2. Igisa ang luya at bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang kuchay at mga pira-piraso ng kintsay; lagyan ng tubig; budburan ng bino at ilagay ang ginayat na bibi. 3. Ilagay ang asukal, asin, pangunang-sabaw, at haluin ng mabuti at ihain.	Mga Sangkap: Capelan 12 taels Mga Hakbang: 1. Ibadad ang capelan ng mabuti sa katas ng luya; dagdagan ng 'limang-rekadong pulbos', asin, at itabi muna. 2. Pahiran ang capelan ng harina; lagyan ng konting mantika sa paggisa hanggang magkulay brown. 3. Ihain kasama ang katas ng limon.	Mga Sangkap: Karne ng baboy (hiniwa) 1/3 catty Puting sitaw 2/3 catty (hiniwa sa mga bahagi) Mga Hakbang: 1. Ibadad ang mga hiniwang karne ng baboy at itabi muna. 2. Igisa ang ginayat na luya sa mainit na mantika; ilagay at gisahin sa puting sitaw; budburan ng bino. 3. Ilagay ang mga hiniwang karne ng baboy hanggang sa gisahin ng ilang sandali; lagyan ng tubig hanggang sa kumulo at lagyan ng konting dami ng asin.
Martes			
Sinabawang Kamatis at Tokwa	Tradisyunal na Pinasingaw Dapa	Linukob na Bakang Marmol sa Sarsang Sati	Kulitis sa Pangunang Sabaw
Mga Sangkap: Kamatis 2/3 catty Tokwa (hiniwa) 1 piraso Mga Hakbang: 1. Banlian ang mga hiniwang tokwa; hugasan ng mabuti ang mga kamatis, balatan at tadtarin. 2. Painitin ang kaserola na may mantika at sandaling gisahin ang ginayat na luya; ilagay ang tinadtad na kamatis, lagyan ng asin at asinan sa paggisa; lagyan ng malinaw na sabaw at tokwa hanggang sa kumulo. 3. Lagyan ng asin at paminta at ihain.	Mga Sangkap: Isdang dapa 1 piraso Karne ng baboy naaangkop na dami Pinatuyong kabuteng shitake (ginayat) naaangkop na dami Pinatuyong balat ng dalanghita (ginayat) naaangkop na dami Mga Hakbang: 1. Gayatin at ibabad ang karne ng baboy at itabi muna. 2. Ilagay ang isdang dapa sa isang plato, lagyan ng dahon ng sibuyas at hiniwang luya sa ibaba, at lagyan ng ginayat na karne ng baboy, kabuteng shitake, at pinatuyong balat ng dalanghita sa ibabaw. 3. Pasingawan at pakuluan sa malakas na apoy, at ibuhos ang mantika at ihain.	Mga Sangkap: Bakang marmol 1/2 catty Kabuteng enoki naaangkop na dami Sotanghong munggo 1 bigkis Mga Hakbang: 1. Ibadad ang karne ng baka, at prituhin sa mainit na mantika; itabi muna. 2. Iprito ang tuyong sibuyas, luya at bawang sa kaserola; lagyan ng sotanghong munggo upang gisahin; ilagay ang sarsang sati at tubig hanggang sa kumulo. 3. Ilagay ang bakang marmol, kabuteng enoki, at pakuluin hanggang lumabas ang katas.	Mga Sangkap: Kulitis 1 catty Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang konting dami ng tubig; ilagay ang hiniwang luya, kulitis, at iahon hanggang mabanlian ng mabuti. 2. Iprito ang bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; lagyan ng sabaw at pakuluin. 3. Iuhos sa plato.
Miyerkules			
Sinabawang Binti ng Baboy na may Peras at Igos	Pinakulong Pata ng Baboy na may Binurong Pulang Tahuri	Pinasingawang Giniling na Karne ng Baboy na may Burong Atsarang Sichuan	Binabad na Kabuteng Ligaw na may Kulitis
Mga Sangkap: Binti ng baboy 12 taels Peras 1 Pinatuyong igos 4 Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang tubig, lagyan ng lahat ng sangkap at pakuluin. 2. Pakuluin sa mahinang apoy ng 2 oras, at lagyan ng asin at ihain.	Mga Sangkap: Pata ng baboy (binanlian) 1 Mga Hakbang: 1. Ibadad ang pata ng baboy; igisa ang luya, dahon ng sibuyas, at anis sa mainit na mantika. 2. Ilagay ang binurong pulang tahuri, budburan ng bino, at lagyan ng tubig at ihain. 3. Ilagay ang toyong maputla, sarsa ng talaba, asukal; pakuluin sa mahinang apoy at palaputin ang sabaw.	Mga Sangkap: Karne ng baboy 2/3 catty (giniling) Burong atsarang 1 tael Sichuan Mga Hakbang: 1. Tadtarin o gilingin ang karne ng baboy; ibabad ang giniling na karne; ilagay sa isang plato. 2. Gayatin ang burong atsarang Sichuan; ilagay sa ibabaw ng karne ng baboy; pasingawan ng 10 minuto hanggang ganap na maluto. 3. Ilagay ang tinadtad na dahon ng sibuyas.	Mga Sangkap: Kabuteng shaggy manes 2 taels Kabuteng hapon 3 taels Kulitis 1 catty Mga Hakbang: 1. Banlian ang kulitis ng mantika, asin at tubig; ibuhos sa isang plato. 2. Iprito ang mga hiniwang luya sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang lahat ng kabute at gisahin ng ilang sandali; budburan ng bino, at pakuluin kasama ang pangunang-sabaw. 3. Llagay sa ibabaw ang kulitis at ihain.

Huwebes

Sinabawang Balunbalunan ng Hamonadong Bibi na may Alugbating Intsik	Linukob na Tiyan ng Baboy	Linutong Sugpo na may Utaw	Ginisang Choi Sum na may Tinadtad na Bawang
<p>Mga Sangkap: Alugbating intsik 1 catty Balunbalunan ng hamonadong bibi 2 Mansanitas 2</p> <p>Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang tubig, ilagay lahat ang mga sangkap at pakuluin. 2. Pakuluin sa mahinang apoy ng 2 oras, at lagyan ng asin at ihain.</p>	<p>Mga Sangkap: Tiyan ng baboy 12 tael</p> <p>Mga Hakbang: 1. Hiwain ang tiyan ng baboy sa maliliit na hiwa; pakuluin hanggang malasado at palamigin. 2. Iprito ang dahon ng sibuyas, luya at bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang linukob na karne ng baboy at gisahin ng ilang sandali; budburan ng bino; lagyan ng asin, asukal, at pakuluin. 3. Ilagay ang anis; pakuluin ng 30 minuto sa mahinang apoy; lagyan ng toyong maputla, toyong maitim, mga at dahon ng sibuyas; palaputin ang sabaw.</p>	<p>Mga Sangkap: Sugpo 3/4 catty (tinanggalan ng ulo) Utaw (binanlian) 1/2 tael</p> <p>Mga Hakbang: 1. Banlian ang sugpo; patuyuin. 2. Igisa ang luya at bawang sa mainit na mantika; ilagay ang panimpla; ilagay ang sugpo, utaw; pakuluin kasama ang pangunang-sabaw. 3. Iprito sa mahinang apoy hanggang sa lumapot ang sarsa; palaputin ang sabaw at budburan ng dahon ng sibuyas.</p>	<p>Mga Sangkap: Choi sum 1 catty Tinadtad na bawang 2 kutsarita</p> <p>Mga Hakbang: 1. Iprito ang tinadtad na bawang sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay sa choi sum at prituhiin hanggang lumambot. 2. Ilagay ang asin at asukal; pakuluin at ihain.</p>

Biyernes

Sinabawang Karne ng Baka na may Kundol	Niluto sa Tubig na Kalapati na may Hamon	Prinitong Pechay na may Itlog na Maalat at Giniling na Karne ng Baboy	Prinitong Tilad ng Karneng Baboy na may Sibuyas
<p>Mga Sangkap: Karne ng baka (hiniwa) 1/3 catty Kundol (hiniwa) 1</p> <p>Mga Hakbang: 1. Pakuluin ang konting dami ng tubig; ilagay ang karne ng baka, pamintang puti, at luya; pakuluin ng 45 minuto. 2. Ilagay ang kundol; lagyan ng asin hanggang sa timplahan ang sabaw.</p>	<p>Mga Sangkap: Kalapati 1 Hamong intsik (hiniwa) 1/6 catty</p> <p>Mga Hakbang: 1. Timplahan ang kalapati ng dahon ng sibuyas, luya, bino at asin; ilagay ang kalapati sa kawayang pasingawan; pasingawan hanggang 70% maluto; tanggalan ng buto ang kalapati. 2. Alisin ang kalapati at lutong hamon sa mangkok. 3. Ibhos ang sabaw sa mangkok at lutuin sa tubig hanggang maluto ang kalapati. 4. Hiwain ng pira-piraso kapag kakainin.</p>	<p>Mga Sangkap: Pechay 12 tael (hiniwa ng kalahati) Itlog na maalat 1 Karne ng baboy (giniling) 4 tael</p> <p>Mga Hakbang: 1. Gisahin ang bawang at luya sa mainit na mantika hanggang bumango; ilagay ang karne ng baboy at itlog na maalat; prituhiin hanggang bumango. 2. Iprito ang pechay; lagyan ng sabaw at gisahin ng mabuti; lagyan ng panimpla.</p>	<p>Mga Sangkap: Tinadtad na karne ng baboy 4 piraso Sibuyas (ginayat) 1</p> <p>Mga Hakbang: 1. Hinay-hinay na durugin ang tilad ng karneng baboy; ibabad sa panimpla. 2. Painitin ang mantika at prituhiin ang tilad ng karneng baboy; ipihit sa mahinang apoy; prituhiin ang tilad ng karneng baboy hanggang magkulay brown ang magkabilaan at itabi muna. 3. Igisa ang bawang at ginayat na sibuyas sa mainit na mantika hanggang bumango; lagyan ng panimpla at pakuluin; ilagay ang tilad ng karneng baboy at bahagyang gisahin hanggang lumapot ang sarsa.</p>

Sabado/Linggo

Sinabawang Manok na may Goji beri at Gabi ng Intsik	Prinitong Kuhol na Bulik sa Sarsang XO	Linukob na Tokwa sa Talong	Linukob na Tiyan ng Baboy na may Balat ng Tofu
<p>Mga Sangkap: Manok (binanlian) 1 Gabi ng intsik 1 tael Goji 1/2 tael Pinatuyong balat ng dalanghita naaangkop na dami</p> <p>Mga Hakbang: 1. Ilagay lahat ang mga sangkap sa kaserola; lagyan ng luya at 4 na mangkok ng tubig; takpan. 2. Ilagay ang mga ito sa stew pot; lutuin sa tubig ng 30 minuto sa malakas na apoy. 3. Ipihit sa mahinang apoy at pakuluin ng 3 oras; timplahan ng asin.</p>	<p>Mga Sangkap: Kuhol na bulik 3/4 catty (binanlian)</p> <p>Mga Hakbang: 1. Igisa ang tinadtad na paminta, bawang at tuyong sibuyas sa mainit na mantika hanggang bumango; budburan ng bino; bahagyang prituhiin kasama ang kuhol na bulik. 2. Ilagay ang asin, sarsa ng talaba, sarsang XO at tubig hanggang sa gisahin ng sabay-sabay. 3. Haluin ng mabuti hanggang sa kakaunti ang tubig.</p>	<p>Mga Sangkap: Tokwa 2 piraso Talong 1</p> <p>Mga Hakbang: 1. Igisa ang tinadtad na paminta at tuyong sibuyas sa mainit na mantika hanggang bumango; bahagyang prituhiin kasama ang talong. 2. Ilagay ang tokwa at gisahin; lagyan ng panimpla at tubig. 3. Lutuin ang mga sangkap hanggang maluto.</p>	<p>Mga Sangkap: Tiyan ng baboy 2/3 catty Balat ng tofu 3 tael</p> <p>Mga Hakbang: 1. Igisa ang tiyan ng baboy sa mainit na mantika hanggang bumango; gisahin ang tuyong sibuyas, bawang, at luya; ilagay ang tokwang patpat. 2. Ilagay ang panimpla at kumukulong tubig; lutuin hanggang kumapal ang sarsa.</p>