

| 翡翠台 | Viu96 | J2 | 高清翡翠台 |
|--|-------|---|--|
| 06:00 香港早晨 及 交通消息 07:40 香港早晨 及 交通消息 | | 06:00 漂亮的李慧珍#39[粵/普] 07:00 麵包王金卓求#1[粵/韓] | 06:00 潮聖博物館[粵/英] 07:00 職場制勝 07:30 無綫財經新聞 |
| 08:10 香港早晨 08:55 瞬間看地球 09:00 交易現場 09:30 深港滬通 09:45 超級勁歌推介 09:50 快樂長門人 | | 08:00 愛情失咗憶#21[粵/韓] 09:00 台灣潮點圖鑑[粵/普] 09:30 頂級廚后食住上[粵/英] | 08:00 樓計專家 08:30 環球財經消息 09:00 智富360 09:20 輪證追中 09:30 智富360 09:45 法證攻防 09:50 智富360 |
| 10:00 真情#142 10:30 醉玲瓏#53[粵/普][PG] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 全職沒女#1[PG] | | 10:00 沖遊泰國 10:30 眼睛去旅行 11:00 樂勢力 | 10:05 交易現場 及 瞬間看地球 10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數 10:20 智富360 10:35 牛熊薈瑞 10:45 智富360 11:15 匯市焦點 11:30 智富360 |
| 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 12:55 國家相冊 01:00 午間新聞 01:15 瞬間看地球 01:20 流行都市 | | 12:00 #後生仔傾吓偈 12:30 兄弟幫[PG] 01:00 愛情失咗憶#21[粵/韓] | 12:00 早市戰報 12:15 職場制勝 12:45 午市進擊 01:00 智富360 01:25 交易現場 及 瞬間看地球 及 國家相冊 01:35 智富360 |
| 02:10 宣傳易 02:15 今日VIP 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老表, 畢業喇! #14[PG] 03:45 忍者亂太郎[粵/日] 及 交易現場 | | 02:00 麵包王金卓求#1[粵/韓] 03:00 超級勁歌推介 03:05 加油! 向未來[粵/普] | 02:25 匯市焦點 02:40 智富360 03:10 交易現場 及 瞬間看地球 03:15 樓市速遞 03:30 智富360 |
| 04:15 麵包超人[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 屁屁偵探[粵/日] 05:50 財經新聞 | | 05:00 漫遊南美 05:30 安樂蝸 | 04:00 收市大檢閱 04:55 遊世界看指數 05:00 普通話新聞報道[普] 05:25 普通話天氣[普] 05:30 無綫財經新聞 05:45 樓市速遞 |
| 06:00 鏗鏘集[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 及 國家相冊 | | 06:00 漂亮的李慧珍#40[粵/普] | 06:00 職場制勝 06:30 歐陸鐵路遊IV[粵/英] |
| 07:00 知否知否應是綠肥紅瘦#56[粵/普] 07:30 東張西望 | | 07:00 旅行記. 台北之外[粵/普] 07:30 愛玩客之移動廚房[粵/普] | 07:25 遊世界看指數 07:30 尋找主診醫生[粵/日] |
| 08:00 愛. 回家之開心速遞#661 08:30 街坊財爺#6[PG] 09:30 她她她的少女時代#16 | | 08:00 娛樂新聞報道 08:30 北歐潮什麼 09:00 搵食飯團 09:35 #後生仔傾吓偈 | 08:30 最強生命線[粵/普] 09:00 日日有樓睇 及 國家相冊 09:30 樓市點睇 及 瞬間看地球 |
| 10:30 跨跨跨世代 及 環球新聞檔案 11:00 晚間新聞 11:30 新聞檔案 11:35 天氣 11:40 瞬間看地球 11:45 娛樂頭條 11:50 烈火雄心3#4[PG] | | 10:05 姊妹淘 10:35 愛情失咗憶#22[粵/韓] 11:30 兄弟幫 | 10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 歐陸鐵路遊IV[粵/英] |
| 12:55 宣傳易 01:00 卡拉屋企#144 01:30 宣傳易 01:35 流行都市 | | 12:00 旅行記. 台北之外[粵/普] 12:30 超級勁歌推介 12:35 早着先機[馬會] 01:45 搵食飯團 | 12:00 最強生命線[粵/普] 12:30 無綫財經新聞 12:35 日日有樓睇 01:05 樓市點睇 01:30 無綫財經新聞 01:35 十點無綫財經 |
| 02:20 今日VIP 02:50 無間音樂 03:45 全職沒女#2[PG] | | 02:15 最美好的咖啡時光[粵/普] 02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 兄弟幫 03:35 加油! 向未來[粵/普] | 02:30 無綫財經新聞 02:35 最強生命線[粵/普] 03:00 樓市點睇 03:30 無綫財經新聞 03:35 尋找主診醫生[粵/日] |
| 04:40 上門教煮鑊 04:50 上門教煮鑊 05:00 是日播映完畢 | | 05:30 舞動青春[粵/日] | 04:30 無綫財經新聞 04:35 十點無綫財經 05:30 無綫財經新聞 05:35 把酒亞洲[粵/英] |

| 翡翠台 | Viu96 | J2 | 高清翡翠台 |
|--|-------|--|--|
| 06:00 香港早晨 及 交通消息 07:40 環球新聞檔案 07:45 香港早晨 及 交通消息 | | 06:00 漂亮的李慧珍#40[粵/普] 07:00 麵包王金卓求#2[粵/韓] | 06:00 最強生命線[粵/普] 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 樓市點睇 07:30 無綫財經新聞 |
| 08:10 香港早晨 08:55 瞬間看地球 09:00 交易現場 09:30 深港滬通 09:45 超級勁歌推介 09:50 快樂長門人 | | 08:00 愛情失咗憶#22[粵/韓] 09:00 旅行記．台北之外[粵/普] 09:30 愛玩客之移動廚房[粵/普] | 08:00 日日有樓睇 08:30 環球財經消息 09:00 智富360 09:20 輪證追中 09:30 智富360 09:45 法證攻防 09:50 智富360 |
| 10:00 真情#143 10:30 醉玲瓏#54[粵/普][PG] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 全職沒女#2[PG] | | 10:00 北歐潮什麼 10:30 搵食飯團 11:00 無間音樂 | 10:05 交易現場 及 瞬間看地球 10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數 10:20 智富360 10:35 牛熊薈瑞 10:45 智富360 11:15 匯市焦點 11:30 智富360 |
| 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 12:55 國家相冊 01:00 午間新聞 01:15 瞬間看地球 01:20 流行都市 | | 12:00 #後生仔傾吓偈 12:30 姊妹淘 01:00 愛情失咗憶#22[粵/韓] | 12:00 早市戰報 12:15 樓市點睇 12:45 午市進擊 01:00 智富360 01:25 交易現場 及 瞬間看地球 及 國家相冊 01:35 智富360 |
| 02:10 宣傳易 02:15 今日VIP 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老表，畢業喇！#15 03:45 忍者亂太郎[粵/日] 及 交易現場 | | 02:00 麵包王金卓求#2[粵/韓] 03:00 超級勁歌推介 03:05 小明星大跟班[普] | 02:25 匯市焦點 02:40 智富360 03:10 交易現場 及 瞬間看地球 03:15 樓市速遞 03:30 智富360 |
| 04:15 麵包超人[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 花漾精靈[粵/日] 05:50 財經新聞 | | 04:05 叢林的法則[粵/韓] 05:05 帶班o靚仔去冒險[粵/英] 05:15 出走地圖[粵/普] | 04:00 收市大檢閱 04:55 遊世界看指數 05:00 普通話新聞報道[普] 05:25 普通話天氣[普] 05:30 無綫財經新聞 05:45 樓市速遞 |
| 06:00 文化長河江山行[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 及 國家相冊 | | 06:00 重返20歲#1[粵/普] | 06:00 樓市點睇 06:30 食在好源頭 IV[粵/普] |
| 07:00 知否知否應是綠肥紅瘦#57[粵/普] 07:30 東張西望 | | 07:00 100%吸引力法則[粵/普] 07:30 愛玩客之移動廚房[粵/普] | 07:25 遊世界看指數 07:30 穿越海上絲綢之路 |
| 08:00 愛．回家之開心速遞#662 08:30 街坊財爺#7[PG] 09:30 她她她的少女時代#17[PG] | | 08:00 娛樂新聞報道 08:30 世界第一等[粵/普] 09:30 六合彩[馬會] 09:35 #後生仔傾吓偈 | 08:30 無耆不有[粵/普] 09:00 日日有樓睇 及 國家相冊 09:30 家居．築則[粵/普] 及 瞬間看地球 |
| 10:30 跨跨跨世代 及 環球新聞檔案 11:00 晚間新聞 11:30 新聞檔案 11:35 天氣 11:40 瞬間看地球 11:45 娛樂頭條 11:50 烈火雄心3#5 | | 10:05 姊妹淘 10:35 我們遇見的奇蹟#1[粵/韓][PG] 11:30 兄弟幫 | 10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 食在好源頭 IV[粵/普] |
| 12:55 宣傳易 01:00 卡拉屋企#145 01:30 宣傳易 01:35 流行都市 | | 12:00 100%吸引力法則[粵/普] 12:30 超級勁歌推介 12:35 胆識過人[馬會] 01:45 綠茵闖蕩[馬會] | 12:00 無耆不有[粵/普] 12:30 無綫財經新聞 12:35 日日有樓睇 01:05 家居．築則[粵/普] 01:30 無綫財經新聞 01:35 十點無綫財經 |
| 02:20 今日VIP 02:50 無間音樂 03:45 全職沒女#3 | | 02:15 最美好的咖啡時光[粵/普] 02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 兄弟幫 03:35 叢林的法則[粵/韓] | 02:30 無綫財經新聞 02:35 無耆不有[粵/普] 03:00 家居．築則[粵/普] 03:30 無綫財經新聞 03:35 食在好源頭 IV[粵/普] |

04:40 皆大歡喜之瀟心風暴
05:30 開心俱樂部

04:35 帶班靚仔去冒險[
粵/英]
04:45 出走地圖[粵/普]
05:30 舞動青春[粵/日]

04:30 無綫財經新聞
04:35 十點無綫財經
05:30 無綫財經新聞
05:35 創業Get Set, Go! IV

| 翡翠台 | Viu96 | J2 | 高清翡翠台 |
|---|-------|---|--|
| 06:00 香港早晨 及 交通消息 07:40 環球新聞檔案 07:45 香港早晨 及 交通消息 | | 06:00 重返20歲#1[粵/普] 07:00 麵包王金卓求#3[粵/韓] | 06:00 無耆不有[粵/普] 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 家居·築則[粵/普] 07:30 無綫財經新聞 |
| 08:10 香港早晨 08:55 瞬間看地球 09:00 交易現場 09:30 深港滬通 09:45 超級勁歌推介 09:50 快樂長門人 | | 08:00 我們遇見的奇蹟#1[粵/韓][PG] 09:00 100%吸引力法則[粵/普] 09:30 愛玩客之移動廚房[粵/普] | 08:00 日日有樓睇 08:30 環球財經消息 09:00 智富360 09:20 輪證追中 09:30 智富360 09:45 法證攻防 09:50 智富360 |
| 10:00 真情#144 10:30 醉玲瓏#55[粵/普][PG] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 全職沒女#3 | | 10:00 世界第一等[粵/普] 11:00 無間音樂 | 10:05 交易現場 及 瞬間看地球 10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數 10:20 智富360 10:35 牛熊薈瑞 10:45 智富360 11:15 匯市焦點 11:30 智富360 |
| 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 12:55 國家相冊 01:00 午間新聞 01:15 瞬間看地球 01:20 流行都市 | | 12:00 #後生仔傾吓偈 12:30 姊妹淘 01:00 我們遇見的奇蹟#1[粵/韓][PG] | 12:00 早市戰報 12:15 家居·築則[粵/普] 12:45 午市進擊 01:00 智富360 01:25 交易現場 及 瞬間看地球 及 國家相冊 01:35 智富360 |
| 02:10 宣傳易 02:15 今日VIP 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老表, 畢業喇! #16[PG] 03:45 忍者亂太郎[粵/日] 及 交易現場 | | 02:00 麵包王金卓求#3[粵/韓] 03:00 超級勁歌推介 03:05 勁歌金曲J2版 | 02:25 匯市焦點 02:40 智富360 03:10 交易現場 及 瞬間看地球 03:15 樓市速遞 03:30 智富360 |
| 04:15 麵包超人[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 花漾精靈[粵/日] 05:50 財經新聞 | | 04:05 超人回來了[韓] 05:45 北海道是咁的[粵/日] | 04:00 收市大檢閱 04:55 遊世界看指數 05:00 普通話新聞報道[普] 05:25 普通話天氣[普] 05:30 無綫財經新聞 05:45 樓市速遞 |
| 06:00 死神九問2[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 及 國家相冊 | | 06:00 重返20歲#2[粵/普] | 06:00 家居·築則[粵/普] 06:30 奇風異族萬里行VI |
| 07:00 知否知否應是綠肥紅瘦#58[粵/普] 07:30 東張西望 | | 07:00 賽馬直擊[粵/英][馬會] | 07:00 奇風異族萬里行VI 07:25 遊世界看指數 07:30 地底探險記[粵/英] |
| 08:00 愛·回家之開心速遞#663 08:30 街坊財爺#8[PG] 09:30 她她她的少女時代#18 | | | 08:30 共享新「錢」途 09:00 日日有樓睇 及 國家相冊 09:30 創科導航[粵/普] 及 瞬間看地球 |
| 10:30 跨跨世代 及 環球新聞檔案 11:00 晚間新聞 11:30 新聞檔案 11:35 天氣 11:40 瞬間看地球 11:45 娛樂頭條 11:50 烈火雄心3#6[PG] | | 11:05 我們遇見的奇蹟#2[粵/韓][PG] | 10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 奇風異族萬里行VI 11:30 奇風異族萬里行VI |
| 12:55 宣傳易 01:00 卡拉屋企#146 01:30 宣傳易 01:35 流行都市 | | 12:00 兄弟幫 12:30 超級勁歌推介 12:35 賽後你點睇[馬會] 01:45 勁歌金曲J2版 | 12:00 共享新「錢」途 12:30 無綫財經新聞 12:35 日日有樓睇 01:05 創科導航[粵/普] 01:30 無綫財經新聞 01:35 十點無綫財經 |
| 02:20 今日VIP 02:50 無間音樂[PG] 03:45 全職沒女#4 | | 02:40 #後生仔傾吓偈[PG] 03:05 兄弟幫 03:35 超人回來了[韓] | 02:30 無綫財經新聞 02:35 共享新「錢」途 03:00 創科導航[粵/普] 03:30 無綫財經新聞 03:35 地底探險記[粵/英] |
| 04:40 快樂地圖 05:10 快樂地圖 05:30 內有愛犬 | | 05:05 漫遊南美 05:30 舞動青春[粵/日] | 04:30 無綫財經新聞 04:35 十點無綫財經 05:30 無綫財經新聞 05:35 幸福銀髮讚[粵/普] |

| 翡翠台 | Viu96 | J2 | 高清翡翠台 |
|--|-------|--|--|
| 06:00 香港早晨 及 交通消息 07:40 環球新聞檔案 07:45 香港早晨 及 交通消息 | | 06:00 重返20歲#2[粵/普] 07:00 麵包王金卓求#4[粵/韓] | 06:00 職場制勝 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 創科導航[粵/普] 07:30 無綫財經新聞 |
| 08:10 香港早晨 08:55 瞬間看地球 09:00 交易現場 09:30 深港滬通 09:45 超級勁歌推介 09:50 快樂長門人 | | 08:00 我們遇見的奇蹟#2[粵/韓][PG] 09:00 美食中國[粵/英] 09:30 美食中國[粵/英] | 08:00 日日有樓睇 08:30 環球財經消息 09:00 智富360 09:20 輪證追中 09:30 智富360 09:45 法證攻防 09:50 智富360 |
| 10:00 真情#145 10:30 醉玲瓏#56[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 全職沒女#4 | | 10:00 旅韓風[粵/韓] 10:30 旅韓風[粵/韓] 11:00 無間音樂[PG] | 10:05 交易現場 及 瞬間看地球 10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數 10:20 智富360 10:35 牛熊薈瑞 10:45 智富360 11:15 匯市焦點 11:30 智富360 |
| 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 12:55 國家相冊 01:00 午間新聞 01:15 瞬間看地球 01:20 流行都市 | | 12:00 #後生仔傾吓偈[PG] 12:30 100%吸引力法則[粵/普] 01:00 我們遇見的奇蹟#2[粵/韓][PG] | 12:00 早市戰報 12:15 創科導航[粵/普] 12:45 午市進擊 01:00 智富360 01:25 交易現場 及 瞬間看地球 及 國家相冊 01:35 智富360 |
| 02:10 宣傳易 02:15 今日VIP 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老表, 畢業喇! #17[PG] 03:45 忍者亂太郎[粵/日] 及 交易現場 | | 02:00 麵包王金卓求#4[粵/韓] 03:00 超級勁歌推介 03:05 小明星大跟班[普] | 02:25 匯市焦點 02:40 智富360 03:10 交易現場 及 瞬間看地球 03:15 樓市速遞 03:30 智富360 |
| 04:15 麵包超人[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 閃電十一人 阿瑞斯的天秤[粵/日] 05:50 財經新聞 | | 04:05 RUNNING MAN[粵/韓] 05:45 北海道是咁的[粵/日] | 04:00 收市大檢閱 04:55 遊世界看指數 05:00 普通話新聞報道[普] 05:25 普通話天氣[普] 05:30 無綫財經新聞 05:45 樓市速遞 |
| 06:00 警訊[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 及 國家相冊 | | 06:00 重返20歲#3[粵/普] | 06:00 創科導航[粵/普] 06:30 台灣壹百種味道[粵/普] |
| 07:00 知否知否應是綠肥紅瘦#59[粵/普] 07:30 東張西望 | | 07:00 背包女行之加勒比海[粵/普] 07:30 甜食家[粵/日] | 07:00 台灣壹百種味道[粵/普] 07:25 遊世界看指數 07:30 秘境不思溢4 |
| 08:00 愛, 回家之開心速遞#664 08:30 街坊財爺#9[PG] 09:30 她她她的少女時代#19[PG] | | 08:00 娛樂新聞報道 08:30 愛玩客之自遊神[粵/普] 09:30 六合彩[馬會] 09:35 #後生仔傾吓偈 | 08:30 未來搞邊<科> 09:00 日日有樓睇 及 國家相冊 09:30 理財有道 及 瞬間看地球 |
| 10:30 跨跨跨世代 及 環球新聞檔案 11:00 晚間新聞 11:30 新聞檔案 11:35 天氣 11:40 瞬間看地球 11:45 娛樂頭條 11:50 烈火雄心3#7[PG] | | 10:05 姊妹淘 10:35 我們遇見的奇蹟#3[粵/韓] 11:30 兄弟幫 | 10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 台灣壹百種味道[粵/普] 11:30 台灣壹百種味道[粵/普] |
| 12:55 宣傳易 01:00 卡拉屋企#147 01:30 宣傳易 01:35 流行都市 | | 12:00 背包女行之加勒比海[粵/普] 12:30 超級勁歌推介 12:35 Music Cafe 01:35 旅韓風[粵/韓] | 12:00 未來搞邊<科> 12:30 無綫財經新聞 12:35 日日有樓睇 01:05 理財有道 01:30 無綫財經新聞 01:35 十點無綫財經 |
| 02:20 今日VIP 02:50 無間音樂 03:45 全職沒女#5 | | 02:00 旅韓風[粵/韓] 02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 兄弟幫 03:35 RUNNING MAN[粵/韓] | 02:30 無綫財經新聞 02:35 未來搞邊<科> 03:00 理財有道 03:30 無綫財經新聞 03:35 秘境不思溢4 |
| 04:40 15/16 05:05 15/16 05:30 內有愛犬 | | 05:05 K小姐懶人包 05:30 舞動青春[粵/日] | 04:30 無綫財經新聞 04:35 十點無綫財經 05:30 無綫財經新聞 05:35 大師級庭院 |

| 翡翠台 | Viu96 | J2 | 高清翡翠台 |
|--|-------|--|--|
| 06:00 香港早晨 及 交通消息 07:40 環球新聞檔案 07:45 香港早晨 及 交通消息 | | 06:00 重返20歲#3[粵/普] 07:00 麵包王金卓求#5[粵/韓] | 06:00 幸福銀髮讚[粵/普] 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 理財有道 07:30 無綫財經新聞 |
| 08:10 香港早晨 08:55 瞬間看地球 09:00 交易現場 09:45 超級勁歌推介 09:50 快樂長門人 | | 08:00 我們遇見的奇蹟#3[粵/韓] 09:00 背包女行之加勒比海[粵/普] 09:30 甜食家[粵/日] | 08:00 日日有樓睇 08:30 環球財經消息 09:00 智富360 09:20 輪證追中 09:30 智富360 09:45 法證攻防 09:50 智富360 |
| 10:00 真情#146 10:30 那年花開月正圓#1[粵/普] 11:00 那年花開月正圓#2[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 全職沒女#5 | | 10:00 愛玩客之自遊神[粵/普] 11:00 無間音樂 | 10:05 交易現場 及 瞬間看地球 10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數 10:20 智富360 10:35 牛熊薈瑞 10:45 智富360 11:15 匯市焦點 11:30 智富360 |
| 12:40 宣傳易 12:45 交易現場 12:55 國家相冊 01:00 午間新聞 01:15 瞬間看地球 01:20 流行都市 | | 12:00 #後生仔傾吓偈 12:30 姊妹淘 01:00 我們遇見的奇蹟#3[粵/韓] | 12:00 早市戰報 12:15 理財有道 12:45 午市進擊 01:00 智富360 01:25 交易現場 及 瞬間看地球 及 國家相冊 01:35 智富360 |
| 02:10 宣傳易 02:15 今日VIP 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老表, 畢業喇! #18[PG] 03:45 忍者亂太郎[粵/日] 及 交易現場 | | 02:00 麵包王金卓求#5[粵/韓] 03:00 超級勁歌推介 03:05 Music Cafe | 02:25 匯市焦點 02:40 智富360 03:10 交易現場 及 瞬間看地球 03:15 樓市速遞 03:30 智富360 |
| 04:15 麵包超人[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 閃電十一人 阿瑞斯的天秤[粵/日] 05:50 財經新聞 | | 04:05 關西攻略式 04:30 我們是真正的朋友[粵/普] | 04:00 收市大檢閱 04:55 遊世界看指數 05:00 普通話新聞報道[普] 05:25 普通話天氣[普] 05:30 無綫財經新聞 05:45 樓市速遞 |
| 06:00 躁動時代[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 及 國家相冊 | | 06:00 重返20歲#4[粵/普] | 06:00 理財有道 06:30 韓藝色[粵/英] |
| 07:00 知否知否應是綠肥紅瘦#60[粵/普] 07:30 東張西望 | | 07:00 台灣潮點圖鑑[粵/普] 07:30 頂級廚后食住上[粵/英] | 07:00 韓藝色[粵/英] 07:25 遊世界看指數 07:30 邊走邊吃!!![粵/法] |
| 08:00 愛. 回家之開心速遞#665 08:30 街坊財爺#10[PG] 09:30 她她她的少女時代#20[PG] | | 08:00 娛樂新聞報道 08:30 沖遊泰國 09:00 眼睛去旅行 09:35 #後生仔傾吓偈 | 08:30 地球村民 09:00 日日有樓睇 及 國家相冊 09:30 職場制勝 及 瞬間看地球 |
| 10:30 跨跨跨世代 及 環球新聞檔案 11:00 晚間新聞 11:30 新聞檔案 11:35 天氣 11:40 瞬間看地球 11:45 娛樂頭條 11:50 烈火雄心3#8[PG] | | 10:05 姊妹淘 10:35 我們遇見的奇蹟#4[粵/韓][PG] 11:30 電競王 | 10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 邊走邊吃!!![粵/法] |
| 12:55 宣傳易 01:00 卡拉屋企#148[PG] 01:30 宣傳易 01:35 流行都市 | | 12:00 台灣潮點圖鑑[粵/普] 12:30 超級勁歌推介 12:35 早着先機 | 12:00 地球村民 12:30 無綫財經新聞 12:35 日日有樓睇 01:05 職場制勝 01:30 無綫財經新聞 01:35 十點無綫財經 |
| 02:20 今日VIP 02:50 樂勢力[PG] 03:45 全職沒女#6 | | 02:05 綠茵闖蕩 02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 電競王 03:35 關西攻略式 | 02:30 無綫財經新聞 02:35 地球村民 03:00 職場制勝 03:30 無綫財經新聞 03:35 邊走邊吃!!![粵/法] |

04:40 農夫小儀嬉 [PG]
05:10 農夫小儀嬉 [PG]
05:30 中華福地

04:00 我們是真正的朋友 [粵/普]
05:30 舞動青春 [粵/日]

04:30 無綫財經新聞
04:35 十點無綫財經
05:30 無綫財經新聞
05:35 通途

| 翡翠台 | Viu96 | J2 | 高清翡翠台 |
|---|-------|--|--|
| 06:00 香港早晨 及 環球新聞檔案 07:45 香港早晨 | | 06:00 笑天家#53[粵/日] 06:15 笑天家#54[粵/日] 06:35 80後環遊世界[粵/韓] 07:30 新加坡潮什麼[普] | 06:00 地球村民 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 尋找主診醫生[粵/日] |
| 08:55 瞬間看地球 09:00 快樂長門人 09:10 開心老友記 09:40 文化新領域 | | 08:00 小明星大跟班[普] 09:00 女醫神Doctor X 5#10[粵/日][PG] | 08:00 日日有樓睇 08:30 創意移動城堡[粵/英] 09:28 如果國寶會說話 09:30 樓計專家 |
| 10:15 小馬寶莉[粵/英] 10:45 十月初五的月光[PG] | | 10:15 穿梭全世界[粵/英] 10:30 電競王 11:00 Music Cafe 11:55 搵食飯團 | 10:00 周末時事多面睇 10:30 共享新「錢」途 11:00 羅馬奇蹟 11:57 如果國寶會說話 |
| 12:50 宣傳易 01:00 午間新聞 01:10 瞬間看地球 01:15 美女廚房 | | 12:30 飆速宅男[粵/日] 01:00 飆速宅男[粵/日] 01:30 S級旅行團 | 12:00 穿越海上絲綢之路 01:00 無耆不有[粵/普] 01:30 未來搞邊<科> |
| 02:20 學是學非 02:50 學是學非 03:20 Y Angle 03:55 超級勁歌推介 | | 02:30 廚魔進擊首爾[粵/英] 03:00 廚魔進擊首爾[粵/英] 03:30 超人回來了[韓] | 02:00 樓計專家 02:30 潮聖博物館[粵/英] 03:28 如果國寶會說話 03:30 秘境不思溢4 |
| 04:00 爆旋陀螺 擊爆戰魂 . G[粵/日] 04:15 布公仔遊樂園[粵/韓] 04:30 Big Big小明星 05:00 超速變形[粵/日] 05:30 櫻桃小丸子[粵/日] 05:55 風味人間[粵/普] | | 05:15 穿梭全世界[粵/英] 05:30 K小姐懶人包 | 04:30 共享新「錢」途 05:00 普通話新聞報道[普] 05:25 普通話天氣[普] 05:30 樓計專家 |
| 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 | | 06:00 笑天家#53[粵/日] 06:15 笑天家#54[粵/日] 06:35 大台冠軍[粵/日] | 06:00 食在好源頭 IV[粵/普] 06:57 如果國寶會說話 |
| 07:00 新聞透視[粵/普] 07:30 東張西望 08:00 香港唱好演唱會 | | 07:30 寵物大本營[粵/日] 08:30 出走地圖[粵/普] 09:00 叢林的法則[粵/韓] 09:30 六合彩[馬會] 09:35 叢林的法則[粵/韓] | 07:00 最強生命線[粵/普] 07:30 穿越海上絲綢之路 08:30 體育新世界 09:00 地球村民 09:30 家居 . 築則[粵/普] |
| 11:00 勁歌金曲 11:30 晚間新聞 11:45 天氣 及 瞬間看地球 11:50 幸福一家人第二十九, 三十集[粵/普] | | 10:15 我要準時放工! #6[粵/日] 11:15 兄弟幫 11:45 刀劍神域III[粵/日][PG] 12:45 胆識過人 | 10:00 理財有道 10:27 如果國寶會說話 10:30 新聞透視[粵/普] 11:00 體育新世界 11:30 港生活 . 港享受 12:00 格鬥熱戰MMA[PG] 12:57 如果國寶會說話 01:00 共享新「錢」途 01:30 周末時事多面睇 |
| 02:05 得閒炒飯[M] | | 02:15 出走地圖[粵/普] 02:45 我要準時放工! #6[粵/日] 03:40 小明星大跟班[普] | 02:00 尋找主診醫生[粵/日] 03:00 地底探險記[粵/英] 03:57 如果國寶會說話 |
| 04:15 美女廚房 05:05 民間傳奇#15 | | 04:35 兄弟幫 05:05 刀劍神域III[粵/日][PG] | 04:00 新聞透視[粵/普] 04:30 越睇越健康[粵/日] 05:30 建國七十年[粵/普] |

| 翡翠台 | Viu96 | J2 | 高清翡翠台 |
|---|-------|---|--|
| 06:00 粵語晨片:明月千里寄相思 07:40 上門教煮餅 07:50 上門教煮餅 | | 06:00 笑天家#55[粵/日] 06:15 笑天家#56[粵/日] 06:35 80後環遊世界[粵/韓] 07:30 新加坡潮什麼[普] | 06:00 尋找主診醫生[粵/日] 07:00 記住鄉愁 第五季 |
| 08:00 黃金歲月[港台] 08:30 識多一點點[港台] 09:00 文化廣場 09:30 快盜戰隊VS警察戰隊[粵/日] | | 08:00 小明星大跟班[普] 09:00 胃食遊戲沖繩篇 09:30 最強速遞員#4[粵/韓] | 08:00 幸福銀髮讚[粵/普] 08:30 酒旅[粵/日] 09:28 如果國寶會說話 09:30 共享新「錢」途 |
| 10:00 旋風忍者[粵/英] 10:15 旋風忍者[粵/英] 10:30 LET'S CAMP! 露營少女[粵/日] 11:00 講清講楚 11:30 神奇百草遊 11:55 宣傳易 | | 10:45 穿梭全世界[粵/英] 11:00 勁歌金曲J2版 11:55 背包女行之加勒比海[粵/普] | 10:00 體育新世界 10:30 未來搞邊<科> 11:00 邊走邊吃III[粵/法] 11:57 如果國寶會說話 |
| 12:00 街坊廚神重出江湖 12:30 街坊廚神重出江湖 01:00 午間新聞 01:10 瞬間看地球 01:15 我老婆係賭聖[PG] | | 12:30 賽馬直擊[粵/英][馬會] | 12:00 地底探險記[粵/英] 01:00 樓計專家 01:30 秘境不思溢4 |
| 03:25 一分鐘. 一份情 03:30 星級打工時代 03:55 超級勁歌推介 | | | 02:30 台灣壹百種味道[粵/普] 03:00 台灣壹百種味道[粵/普] 03:28 如果國寶會說話 03:30 港生活. 港享受 |
| 04:00 爆丸 星域爭霸[粵/日] 04:30 猩猩補習班 05:00 超速變形[粵/日] 05:30 櫻桃小丸子[粵/日] | | | 04:00 潮聖博物館[粵/英] 05:00 普通話新聞報道[普] 05:25 普通話天氣[普] 05:30 講清講楚 |
| 06:00 財經透視[粵/普] 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 | | 06:00 笑天家#55[粵/日] 06:15 笑天家#56[粵/日] 06:35 關西攻略式 | 06:00 奇風異族萬里行VI 06:30 奇風異族萬里行VI 06:57 如果國寶會說話 |
| 07:00 邵逸夫獎2019[粵/普] 07:30 東張西望 | | 07:00 我們是真正的朋友[粵/普] | 07:00 樓計專家 07:30 邊走邊吃III[粵/法] |
| 08:00 香港原味道 08:30 Do姐有問題 09:30 娛樂大家 | | 08:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 08:30 安樂蝸 09:00 RUNNING MAN[粵/韓] | 08:30 港生活. 港享受 09:00 無耆不有[粵/普] 09:30 樓市點睇 |
| 10:30 #後生仔再同港姐傾吓偈[PG] 11:00 輝哥為食遊 II 11:35 晚間新聞 11:50 天氣 及 瞬間看地球 11:55 烈火雄心3#9 | | 10:45 餐廳天團#6[粵/日] 11:45 刀劍神域III[粵/日][PG] | 10:00 職場制勝 10:28 如果國寶會說話 10:30 最強生命線[粵/普] 11:00 創科導航[粵/普] 11:30 記住鄉愁 第五季 |
| 01:00 宣傳易 01:10 財經透視[粵/普] 01:40 宣傳易 01:50 愛上哥們#21[粵/普][PG] | | 12:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 12:35 賽後你點睇[馬會] | 12:30 地球村民 12:57 如果國寶會說話 01:00 邵逸夫獎2019[粵/普] 01:30 格鬥熱戰MMA[PG] |
| 02:45 愛上哥們#22[粵/普][PG] 03:40 粵語長片:花燈記 | | 02:05 安樂蝸 02:35 餐廳天團#6[粵/日] 03:30 小明星大跟班[普] | 02:30 樓計專家 03:00 酒旅[粵/日][PG] 03:57 如果國寶會說話 |
| 05:40 中華福地 | | 04:30 刀劍神域III[粵/日][PG] 05:00 是日播映完畢 | 04:00 財經透視[粵/普] 04:30 科研新世紀II[粵/英] 05:30 邵逸夫獎2019[粵/普] |