

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 天生一對#6[粵/泰] 07:00 奇怪的拍檔#5[粵/韓][PG]	06:00 細味文明[粵/英] 07:00 格陵蘭野性的呼喚[粵/韓]
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 名流真相#19[粵/韓][PG] 09:00 吃貨攻略[粵/普] 09:30 沖遊泰國	08:00 樓計專家 及 大灣區．生活圈 08:30 環球財經消息 09:00 智富360 09:20 輪證追中 09:30 開市速報 及 智富360 09:45 法證攻防 09:50 智富360
10:00 真情#205 10:30 那年花開月正圓#116[粵/普] 11:00 那年花開月正圓#117[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 一屋老友記#17		10:00 眼睛去旅行[PG] 10:30 樂勢力[PG] 11:30 #後生仔傾吓偈[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 10:55 股海通勝 11:05 異動狙擊 11:15 匯市焦點 11:30 智富360
12:40 宣傳易 12:45 交易現場 01:00 午間新聞 01:15 瞬間看地球 01:20 流行都市		12:00 兄弟幫[PG] 12:30 姊妹淘 01:00 名流真相#19[粵/韓][PG]	12:00 早市戰報 12:15 職場制勝 及 大灣區．生活圈 12:45 午市進擊 01:00 開市速報 及 智富360 01:25 交易現場 及 瞬間看地球 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 荃加福祿壽探案#6[PG] 03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		02:00 奇怪的拍檔#5[粵/韓][PG] 03:00 超級勁歌推介 03:05 一日三餐漁村篇 III[韓]	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 異動狙擊 03:40 智富360
04:15 小農夫拉比[粵/韓] 04:30 小農夫拉比[粵/韓] 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		06:00 天生一對#7[粵/泰]	06:00 職場制勝 06:30 格陵蘭野性的呼喚[粵/韓]
07:00 獨孤皇后#1[粵/普] 07:30 東張西望		07:00 旅人視角[粵/普] 07:30 愛玩客之移動廚房[粵/普]	07:25 遊世界看指數 07:30 科研妙想 及 最強生命線[粵/普]
08:00 愛．回家之開心速遞#726 08:30 鳳弈#15[粵/普] 09:30 多功能老婆#11		08:00 娛樂新聞報道 08:30 橙迷狂熱 09:00 搵食飯團 09:35 #後生仔傾吓偈	09:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈 09:30 樓市點睇 及 瞬間看地球
10:30 阿爺廚房 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 律政新人王#16[PG]		10:05 姊妹淘 10:35 名流真相#20[粵/韓][PG] 11:30 兄弟幫[PG]	10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 格陵蘭野性的呼喚[粵/韓] 及 大灣區．生活圈
12:55 宣傳易 01:00 卡拉屋企#218 01:30 宣傳易 01:35 流行都市		12:00 旅人視角[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 及 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 一屋老友記#17		02:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 兄弟幫[PG] 03:35 一日三餐漁村篇 III[韓]	02:30 無綫財經新聞 02:35 最強生命線[粵/普] 及 樓市點睇 03:30 無綫財經新聞 03:35 科研妙想
04:40 上門教煮餸 04:50 上門教煮餸 05:00 是日播映完畢		05:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 05:30 無極英雄T FORCE[粵/日][PG]	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 科技看未來[粵/英]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨 及 交通消息		06:00 天生一對#7[粵/泰]	06:00 最強生命線[粵/普]
07:40 環球新聞檔案		07:00 奇怪的拍檔#6[粵/韓][PG]	06:30 智富錦囊
07:45 香港早晨 及 交通消息			06:45 財經焦點
			07:00 食在好源頭 III[粵/普]
08:10 香港早晨		08:00 名流真相#20[粵/韓][PG]	08:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈
08:55 瞬間看地球		09:00 旅人視角[粵/普]	08:30 環球財經消息
09:00 交易現場		09:30 橙迷狂熱	09:00 智富360
09:30 深港滬通			09:20 輪證追中
09:45 超級勁歌推介			09:30 開市速報 及 智富360
09:50 快樂長門人			09:45 法證攻防
			09:50 智富360
10:00 真情#206		10:00 搵食飯團	10:05 交易現場 及 瞬間看地球
10:30 那年花開月正圓#118[粵/普]		10:30 無間音樂	10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數
11:00 那年花開月正圓#119[粵/普]		11:30 #後生仔傾吓偈	10:20 智富360
11:30 宣傳易 及 新聞提要			10:35 牛熊薈瑞
11:35 交易現場			10:45 智富360
11:45 一屋老友記#18[PG]			10:55 股海通勝
			11:05 異動狙擊
			11:15 匯市焦點
			11:30 智富360
12:40 宣傳易		12:00 兄弟幫[PG]	12:00 早市戰報
12:45 交易現場		12:30 姊妹淘	12:15 樓市點睇 及 大灣區．生活圈
01:00 午間新聞		01:00 名流真相#20[粵/韓][PG]	
01:15 瞬間看地球			12:45 午市進擊
01:20 流行都市			01:00 開市速報 及 智富360
			01:25 交易現場 及 瞬間看地球
			01:35 智富360
02:10 宣傳易		02:00 奇怪的拍檔#6[粵/韓][PG]	02:25 匯市焦點
02:15 今日VIP		03:00 超級勁歌推介	02:40 智富360
02:40 交易現場 及 深港滬通		03:05 小明星大跟班[普]	03:10 交易現場 及 瞬間看地球
02:45 荃加福祿壽探案#7			03:15 樓市速遞
03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場			03:30 異動狙擊
			03:40 智富360
04:15 小農夫拉比[粵/韓]		04:05 叢林的法則[粵/韓]	04:00 收市大檢閱
04:30 小農夫拉比[粵/韓]		05:15 出走地圖[粵/普]	04:55 遊世界看指數
04:50 Think Big天地		05:45 和味住家[粵/日]	05:00 普通話新聞報道[普]
05:20 花漾精靈[粵/日]			05:25 普通話天氣[普]
05:50 財經新聞			05:30 無綫財經新聞
			05:45 樓市速遞
06:00 全港大專生機械人大賽2019[港台] 及 新聞檔案		06:00 天生一對#8[粵/泰]	06:00 樓市點睇
06:30 六點半新聞報道			06:30 華麗菜市場 II[粵/英]
06:55 天氣			
07:00 獨孤皇后#2[粵/普]		07:00 台灣潮點圖鑑[粵/普]	07:25 遊世界看指數
07:30 東張西望		07:30 愛玩客之移動廚房[粵/普]	07:30 傳承 第二季 及 無耆不有[粵/普]
08:00 愛．回家之開心速遞#727		08:00 娛樂新聞報道	09:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈
08:30 鳳弈#16[粵/普]		08:30 世界第一等[粵/普]	
09:30 多功能老婆#12		09:30 六合彩[馬會]	09:30 家居．築則[粵/普] 及 瞬間看地球
		09:35 #後生仔傾吓偈[PG]	
10:30 阿爺廚房 及 環球新聞檔案		10:05 姊妹淘	10:00 十點無綫財經
11:00 晚間新聞		10:35 名流真相#21[粵/韓][PG]	10:55 遊世界看指數
11:30 新聞檔案		11:30 兄弟幫	11:00 華麗菜市場 III[粵/英] 及 大灣區．生活圈
11:35 天氣			
11:40 瞬間看地球			
11:45 娛樂頭條			
11:50 律政新人王#17[PG]			
12:55 宣傳易		12:00 台灣潮點圖鑑[粵/普]	12:00 無耆不有[粵/普]
01:00 卡拉屋企#219		12:30 超級勁歌推介	12:30 無綫財經新聞
01:30 宣傳易		12:35 胆識過人[馬會]	12:35 日日有樓睇 及 家居．築則[粵/普]
01:35 流行都市		01:45 綠茵闖蕩[馬會]	01:30 無綫財經新聞
			01:35 十點無綫財經
02:20 今日VIP		02:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英]	02:30 無綫財經新聞
02:50 無間音樂		02:35 #後生仔傾吓偈[PG]	02:35 無耆不有[粵/普] 及 家居．築則[粵/普]
03:45 一屋老友記#18[PG]		03:05 兄弟幫	03:30 無綫財經新聞
		03:35 叢林的法則[粵/韓]	03:35 華麗菜市場 III[粵/英]

04:40 大廚出馬
05:05 大廚出馬
05:30 心大心細

04:45 出走地圖[粵/普]
05:15 和味住家[粵/日]
05:30 無極英雄T FORCE[
粵/日][PG]

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!

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 香港早晨 及 交通消息		06:00 天生一對#8[粵/泰]	06:00 無耆不有[粵/普]
07:40 環球新聞檔案		07:00 奇怪的拍檔#7[粵/韓][PG]	06:30 智富錦囊
07:45 香港早晨 及 交通消息			06:45 財經焦點
			07:00 二十世紀構建者[粵/英]
08:10 香港早晨		08:00 名流真相#21[粵/韓][PG]	08:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈
08:55 瞬間看地球		09:00 台灣潮點圖鑑[粵/普]	08:30 環球財經消息
09:00 交易現場		09:30 世界第一等[粵/普]	09:00 智富360
09:30 深港滬通			09:20 輪證追中
09:45 超級勁歌推介			09:30 開市速報 及 智富360
09:50 快樂長門人			09:45 法證攻防
			09:50 智富360
10:00 真情#207		10:30 無間音樂	10:05 交易現場 及 瞬間看地球
10:30 那年花開月正圓#120[粵/普]		11:30 #後生仔傾吓偈[PG]	10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數
11:00 那年花開月正圓#121[粵/普]			10:20 智富360
11:30 宣傳易 及 新聞提要			10:35 牛熊薈瑞
11:35 交易現場			10:45 智富360
11:45 一屋老友記#19			10:55 股海通勝
			11:05 異動狙擊
			11:15 匯市焦點
			11:30 智富360
12:40 宣傳易	12:00 兄弟幫	12:00 早市戰報	12:00 早市戰報
12:45 交易現場	12:30 姊妹淘	12:15 家居．築則[粵/普] 及 大灣區．生活圈	12:15 家居．築則[粵/普] 及 大灣區．生活圈
01:00 午間新聞	01:00 名流真相#21[粵/韓][PG]	12:45 午市進擊	12:45 午市進擊
01:15 瞬間看地球		01:00 開市速報 及 智富360	01:00 開市速報 及 智富360
01:20 流行都市		01:25 交易現場 及 瞬間看地球	01:25 交易現場 及 瞬間看地球
		01:35 智富360	01:35 智富360
02:10 宣傳易	02:00 奇怪的拍檔#7[粵/韓][PG]	02:25 匯市焦點	02:25 匯市焦點
02:15 今日VIP	03:00 超級勁歌推介	02:40 智富360	02:40 智富360
02:40 交易現場 及 深港滬通	03:05 勁歌金曲J2版	03:10 交易現場 及 瞬間看地球	03:10 交易現場 及 瞬間看地球
02:45 荃加福祿壽探案#8		03:15 樓市速遞	03:15 樓市速遞
03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		03:30 異動狙擊	03:30 異動狙擊
		03:40 智富360	03:40 智富360
04:15 小農夫拉比[粵/韓]	04:05 超人回來了[韓]	04:00 收市大檢閱	04:00 收市大檢閱
04:30 小農夫拉比[粵/韓]	05:35 天生一對#9[粵/泰]	04:55 遊世界看指數	04:55 遊世界看指數
04:50 Think Big天地		05:00 普通話新聞報道[普]	05:00 普通話新聞報道[普]
05:20 花漾精靈[粵/日]		05:25 普通話天氣[普]	05:25 普通話天氣[普]
05:50 財經新聞		05:30 無綫財經新聞	05:30 無綫財經新聞
		05:45 樓市速遞	05:45 樓市速遞
06:00 韓國乾坤四維遊[港台] 及 新聞檔案	06:30 賽馬直擊[粵/英][馬會]	06:00 家居．築則[粵/普]	06:00 家居．築則[粵/普]
06:30 六點半新聞報道		06:30 情迷西班牙[粵/英]	06:30 情迷西班牙[粵/英]
06:55 天氣			
07:00 獨孤皇后#3[粵/普]		07:25 遊世界看指數	07:25 遊世界看指數
07:30 東張西望		07:30 天空之城[粵/英] 及 社長作戰室	07:30 天空之城[粵/英] 及 社長作戰室
08:00 愛．回家之開心速遞#728		09:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈	09:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈
08:30 鳳弈#17[粵/普][PG]		09:30 創科導航[粵/普] 及 瞬間看地球	09:30 創科導航[粵/普] 及 瞬間看地球
09:30 多功能老婆#13			
10:30 阿爺廚房 及 環球新聞檔案	11:05 名流真相#22[粵/韓][PG]	10:00 十點無綫財經	10:00 十點無綫財經
11:00 晚間新聞		10:55 遊世界看指數	10:55 遊世界看指數
11:30 新聞檔案		11:00 新山新機遇[普] 及 大灣區．生活圈	11:00 新山新機遇[普] 及 大灣區．生活圈
11:35 天氣		11:30 情迷西班牙[粵/英]	11:30 情迷西班牙[粵/英]
11:40 瞬間看地球			
11:45 娛樂頭條			
11:50 律政新人王#18[PG]			
12:55 宣傳易	12:00 兄弟幫	12:30 無綫財經新聞	12:30 無綫財經新聞
01:00 卡拉屋企#220	12:30 超級勁歌推介	12:35 日日有樓睇 及 創科導航[粵/普]	12:35 日日有樓睇 及 創科導航[粵/普]
01:30 宣傳易	12:35 賽後你點睇[馬會]	01:30 無綫財經新聞	01:30 無綫財經新聞
01:35 流行都市	01:45 勁歌金曲J2版	01:35 十點無綫財經	01:35 十點無綫財經
02:20 今日VIP	02:40 #後生仔傾吓偈	02:30 無綫財經新聞	02:30 無綫財經新聞
02:50 無間音樂	03:05 兄弟幫	02:35 社長作戰室 及 創科導航[粵/普]	02:35 社長作戰室 及 創科導航[粵/普]
03:45 一屋老友記#19	03:35 超人回來了[韓]	03:30 無綫財經新聞	03:30 無綫財經新聞
		03:35 天空之城[粵/英]	03:35 天空之城[粵/英]
04:40 走過浮華大地 亞洲篇	05:00 漫遊南美	04:30 無綫財經新聞	04:30 無綫財經新聞
05:10 走過浮華大地 亞洲篇	05:30 無極英雄T FORCE[粵/日][PG]	04:35 十點無綫財經	04:35 十點無綫財經
05:30 中華福地		05:30 無綫財經新聞	05:30 無綫財經新聞
		05:35 幸福銀髮讚[粵/普]	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		06:00 天生一對#9[粵/泰]	06:00 職場制勝
07:40 環球新聞檔案		07:00 奇怪的拍檔#8[粵/韓][PG]	06:30 智富錦囊
07:45 香港早晨 及 交通消息			06:45 財經焦點
			07:00 宅人食堂II[粵/普]
08:10 香港早晨		08:00 名流真相#22[粵/韓][PG]	08:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈
08:55 瞬間看地球		09:00 有乜好過去camping 德國篇	08:30 環球財經消息
09:00 交易現場		09:30 世界正美麗[粵/普]	09:00 智富360
09:30 深港滬通			09:20 輪證追中
09:45 超級勁歌推介			09:30 開市速報 及 智富360
09:50 快樂長門人			09:45 法證攻防
			09:50 智富360
10:00 真情#208		10:30 無間音樂	10:05 交易現場 及 瞬間看地球
10:30 那年花開月正圓#122[粵/普]		11:30 #後生仔傾吓偈	10:10 通悉牛熊 及 遊世界看指數
11:00 那年花開月正圓#123[粵/普]			10:20 智富360
11:30 宣傳易 及 新聞提要			10:35 牛熊薈瑞
11:35 交易現場			10:45 智富360
11:45 一屋老友記#20			10:55 股海通勝
			11:05 異動狙擊
			11:15 匯市焦點
			11:30 智富360
12:40 宣傳易		12:00 兄弟幫	12:00 早市戰報
12:45 交易現場		12:30 台灣潮點圖鑑[粵/普]	12:15 創科導航[粵/普] 及 大灣區．生活圈
01:00 午間新聞		01:00 名流真相#22[粵/韓][PG]	12:45 午市進擊
01:15 瞬間看地球			01:00 開市速報 及 智富360
01:20 流行都市			01:25 交易現場 及 瞬間看地球
			01:35 智富360
02:10 宣傳易		02:00 奇怪的拍檔#8[粵/韓][PG]	02:25 匯市焦點
02:15 今日VIP		03:00 超級勁歌推介	02:40 智富360
02:40 交易現場 及 深港滬通		03:05 小明星大跟班[普][PG]	03:10 交易現場 及 瞬間看地球
02:45 荃加福祿壽探案#9			03:15 樓市速遞
03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場			03:30 異動狙擊
			03:40 智富360
04:15 小農夫拉比[粵/韓]		04:00 RUNNING MAN[粵/韓]	04:00 收市大檢閱
04:30 小農夫拉比[粵/韓]		05:45 和味住家[粵/日]	04:55 遊世界看指數
04:50 Think Big天地			05:00 普通話新聞報道[普]
05:20 忍者亂太郎[粵/日]			05:25 普通話天氣[普]
05:50 財經新聞			05:30 無綫財經新聞
			05:45 樓市速遞
06:00 議事論事[港台] 及 新聞檔案		06:00 天生一對#10[粵/泰]	06:00 創科導航[粵/普]
06:30 六點半新聞報道			06:30 糕點大都會[粵/英]
06:55 天氣			
07:00 獨孤皇后#4[粵/普]		07:00 背包女行[粵/普]	07:25 遊世界看指數
07:30 東張西望		07:30 北海道海之幸[粵/日]	07:30 秘境不思溢4 及 採訪最前線
08:00 愛．回家之開心速遞#729		08:00 娛樂新聞報道	09:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈
08:30 鳳弈#18[粵/普][PG]		08:30 愛玩客之自遊神[粵/普]	09:30 理財有道 及 瞬間看地球
09:30 多功能老婆#14		09:30 六合彩[馬會]	
		09:35 #後生仔傾吓偈[PG]	
10:30 阿爺廚房 及 環球新聞檔案		10:05 姊妹淘	10:00 十點無綫財經
11:00 晚間新聞		10:35 離婚萬歲!#1[粵/韓]	10:55 遊世界看指數
11:30 新聞檔案		11:30 兄弟幫	11:00 糕點大都會[粵/英] 及 大灣區．生活圈
11:35 天氣			
11:40 瞬間看地球			
11:45 娛樂頭條			
11:50 律政新人王#19			
12:55 宣傳易		12:00 背包女行[粵/普]	12:00 採訪最前線
01:00 卡拉屋企#221		12:30 超級勁歌推介	12:30 無綫財經新聞
01:30 宣傳易		12:35 Busking不停音樂	12:35 日日有樓睇 及 理財有道
01:35 流行都市		01:35 世界正美麗[粵/普]	01:30 無綫財經新聞
			01:35 十點無綫財經
02:20 今日VIP		02:35 #後生仔傾吓偈[PG]	02:30 無綫財經新聞
02:50 無間音樂[PG]		03:05 兄弟幫	02:35 採訪最前線 及 理財有道
03:45 一屋老友記#20		03:35 RUNNING MAN[粵/韓]	03:30 無綫財經新聞
			03:35 秘境不思溢4
04:40 搵個好男人		05:15 和味住家[粵/日]	04:30 無綫財經新聞
05:05 搵個好男人		05:30 無極英雄T FORCE[粵/日][PG]	04:35 十點無綫財經
05:30 內有愛犬			05:30 無綫財經新聞
			05:35 創科在韓[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 天生一對#10[粵/泰] 07:00 奇怪的拍檔#9[粵/韓][PG]	06:00 幸福銀髮讚[粵/普] 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 食物精明眼[粵/英]
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 離婚萬歲!#1[粵/韓] 09:00 背包女行[粵/普] 09:30 愛玩客之自遊神[粵/普]	08:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈 08:30 環球財經消息 09:00 智富360 09:20 輪證追中 09:30 開市速報 及 智富360 09:45 法證攻防 09:50 智富360
10:00 真情#209 10:30 那年花開月正圓#124[粵/普] 11:00 那年花開月正圓#125[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 一屋老友記#21		10:30 無間音樂[PG] 11:30 #後生仔傾吓偈[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 10:55 股海通勝 11:05 異動狙擊 11:15 匯市焦點 11:30 智富360
12:40 宣傳易 12:45 交易現場 01:00 午間新聞 01:15 瞬間看地球 01:20 流行都市		12:00 兄弟幫 12:30 姊妹淘 01:00 離婚萬歲!#1[粵/韓]	12:00 早市戰報 12:15 理財有道 及 大灣區．生活圈 12:45 午市進擊 01:00 開市速報 及 智富360 01:25 交易現場 及 瞬間看地球 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 荃加福祿壽探案#10[PG] 03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		02:00 奇怪的拍檔#9[粵/韓][PG] 03:00 超級勁歌推介 03:05 Busking不停音樂	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 異動狙擊 03:40 智富360
04:15 小農夫拉比[粵/韓] 04:30 小農夫拉比[粵/韓] 04:50 Think Big天地 05:20 忍者亂太郎[粵/日] 05:50 財經新聞		04:05 我們長大了[粵/普] 05:35 有乜好過去camping 德國篇	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 頭條新聞[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣 07:00 獨孤皇后#5[粵/普] 07:30 東張西望		06:00 天生一對#11[粵/泰]	06:00 理財有道 06:30 長城：中國的故事[粵/普]
08:00 愛．回家之開心速遞#730 08:30 鳳弈#19[粵/普][PG] 09:30 多功能老婆#15		07:00 吃貨攻略[粵/普] 07:30 消失的味道[粵/英]	07:25 遊世界看指數 07:30 邊走邊吃III[粵/法] 及 薪火商傳II
10:30 阿爺廚房 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 律政新人王#20		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	09:00 日日有樓睇 及 大灣區．生活圈 09:30 職場制勝 及 瞬間看地球
12:55 宣傳易 01:00 卡拉屋企#222 01:30 宣傳易 01:35 流行都市		10:05 姊妹淘 10:35 離婚萬歲!#2[粵/韓] 11:30 兄弟幫[PG]	10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 邊走邊吃III[粵/法] 及 大灣區．生活圈
02:20 今日VIP 02:50 樂勢力[PG] 03:45 一屋老友記#21		12:00 吃貨攻略[粵/普] 12:30 超級勁歌推介 12:35 早着先機[馬會]	12:00 薪火商傳II 12:30 無綫財經新聞 12:35 日日有樓睇 及 職場制勝 01:30 無綫財經新聞 01:35 十點無綫財經
04:40 極地狂奔 05:05 極地狂奔 05:30 開心俱樂部		02:05 綠茵闖蕩 02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 兄弟幫[PG] 03:35 我們長大了[粵/普]	02:30 無綫財經新聞 02:35 薪火商傳II 及 職場制勝 03:30 無綫財經新聞 03:35 邊走邊吃III[粵/法]
		05:00 有乜好過去camping 德國篇 05:30 無極英雄T FORCE[粵/日][PG]	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 品牌陷阱

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#105[粵/日] 06:15 笑天家#106[粵/日] 06:35 王子的移動城堡[粵/普] 07:30 台灣紅什麼[普]	06:00 薪火商傳II 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 科研妙想
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 大戀愛~致忘了我的妳#3[粵/日]	08:00 日日有樓梯 08:30 畜牧文化[粵/英] 09:30 樓計專家
10:15 小馬寶莉[粵/英] 10:45 恐龍的石器時代[粵/韓] 10:55 恐龍的石器時代[粵/韓] 11:00 恐龍的石器時代[粵/韓] 11:10 恐龍的石器時代[粵/韓] 11:15 生活100錯 11:50 宣傳易		10:15 台灣日食記[粵/普] 10:30 消失的味道[粵/英] 11:00 Busking不停音樂 11:55 搵食飯團	10:00 周末時事多面睇 10:30 新山新機遇[普] 11:00 細味文明[粵/英] 及 網絡新趨勢
12:00 季節限定 秋冬 12:30 #一屋後生仔 01:00 午間新聞 01:10 瞬間看地球 01:15 美女廚房		12:30 S級旅行團 01:30 舞動少女團#1[粵/韓]	12:00 傳承 第二季 01:00 無耆不有[粵/普] 01:30 採訪最前線
02:20 這個聖誕不怕冷 02:50 這個聖誕不怕冷 03:20 最佳女主角 03:55 超級勁歌推介		02:00 舞動少女團#2[粵/韓] 02:45 尋味塔斯曼尼亞[粵/英] 03:15 尋味塔斯曼尼亞[粵/英] 03:45 超人回來了[韓]	02:00 樓計專家 02:30 第四十九屆世界競技體操錦標賽 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 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:05 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:15 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:20 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:30 麵包超人[粵/日] 05:55 地球有問題[粵/英]		05:30 背遊中亞	04:30 社長作戰室 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 及 網絡新趨勢		06:00 笑天家#105[粵/日] 06:15 笑天家#106[粵/日] 06:35 大台冠軍[粵/日]	06:00 華麗菜市場 II[粵/英]
07:00 新聞透視[粵/普] 07:30 東張西望		07:30 寵物大本營[粵/日]	07:00 最強生命線[粵/普] 及 網絡新趨勢 07:30 傳承 第二季
08:00 學是學非 08:30 流行經典50年 09:30 香港美食一條街		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]	08:30 體育新世界 09:00 薪火商傳II 09:30 家居·築則[粵/普]
10:30 用愛站起來 11:00 勁歌金曲 11:30 晚間新聞 11:45 天氣 及 瞬間看地球 11:50 律政新人王#21[PG]		10:15 女醫神Doctor X 6#4[粵/日][PG] 11:15 台灣日食記[粵/普] 11:45 LET'S GO! 登山少女[粵/日]	10:00 理財有道 10:30 新聞透視[粵/普] 11:00 體育新世界 11:30 港生活·港享受
12:55 宣傳易 01:05 卡拉屋企#223 01:35 宣傳易 01:40 冒險王衛斯理#1[PG]		12:20 台灣潮點圖鑑[粵/普] 12:35 胆識過人[馬會]	12:00 格鬥熱戰MMA[PG] 01:00 社長作戰室 01:30 周末時事多面睇
03:20 美女廚房		02:05 出走地圖[粵/普] 02:35 女醫神Doctor X 6#4[粵/日][PG] 03:35 小明星大跟班[普]	02:00 科研妙想 03:00 天空之城[粵/英]
04:15 民間傳奇#93		04:30 自家手作[粵/韓] 05:00 台灣日食記[粵/普] 05:30 LET'S GO! 登山少女[粵/日] 05:45 LET'S GO! 登山少女[粵/日]	04:00 新聞透視[粵/普] 04:30 文明之源[粵/英] 05:30 星期日檔案[粵/普]

翡翠台	Viu96	J2	高清翡翠台
06:00 粵語晨片:天作之合 07:35 走過浮華大地 亞洲篇		06:00 笑天家#107[粵/日] 06:15 笑天家#108[粵/日] 06:35 王子的移動城堡[粵/普] 07:30 上海潮什麼[普]	06:00 科研妙想 07:00 記住鄉愁 第五季
08:00 藝坊星期天[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 自家手作[粵/韓] 09:30 少女時代1979#1[粵/韓]	08:00 幸福銀髮讚[粵/普] 08:30 歷史的宿命 09:30 社長作戰室
10:00 湊B同學仔[粵/日] 10:30 寵物大聯萌 11:00 講清講楚 11:30 食得好健康 11:55 宣傳易		10:50 勁歌金曲J2版 11:45 賽馬直擊[粵/英][馬會]	10:00 體育新世界 10:30 採訪最前線 11:00 邊走邊吃III[粵/法] 及 網絡新趨勢
12:00 食平DD 12:30 食平DD 01:00 午間新聞 01:10 瞬間看地球 01:15 審死官[PG]			12:00 天空之城[粵/英] 01:00 樓計專家 01:30 秘境不思溢4
03:20 一分鐘·一份情 03:25 星級打工時代 03:55 超級勁歌推介			02:30 糕點大都會[粵/英] 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 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:05 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:15 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:20 冰鎮企鵝仔[粵/韓] 05:30 麵包超人[粵/日]		05:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 05:30 背包女行[粵/普]	04:00 細味文明[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 及 網絡新趨勢		06:00 笑天家#107[粵/日] 06:15 笑天家#108[粵/日] 06:35 我們長大了[粵/普]	06:00 情迷西班牙[粵/英]
07:00 星期日檔案[粵/普] 07:30 一帶一路多精彩 07:35 東張西望			07:00 樓計專家 及 網絡新趨勢 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[PG]		08:05 帶班o靚仔去冒險[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 識玩旅行團 11:00 離地自由行 11:30 晚間新聞 11:45 天氣 及 瞬間看地球 11:50 律政新人王#22[PG]		10:45 鐵手怪傑#2[粵/日] 11:45 LET'S GO! 登山少女[粵/日]	10:00 職場制勝 10:30 最強生命線[粵/普] 11:00 2019-2020 世界盃場地單車賽 11:40 荷蘭甲組足球聯賽 2019/2020阿爾克馬爾 對 阿積士[直播][粵/英]
12:55 宣傳易 01:00 財經透視[粵/普] 01:30 宣傳易 01:40 唯一繼承者#15[粵/普]		12:05 LET'S GO! 登山少女[粵/日] 12:20 台灣潮點圖鑑[粵/普] 12:35 賽後你點睇[馬會]	
02:45 唯一繼承者#16[粵/普] 03:30 粵語長片:冷桃源		02:05 安樂蝸 02:35 鐵手怪傑#2[粵/日] 03:35 小明星大跟班[普]	02:00 格鬥熱戰MMA[PG] 03:00 星期日檔案[粵/普] 03:30 樓計專家
05:25 眉精眼企		04:30 LET'S GO! 登山少女[粵/日] 04:45 LET'S GO! 登山少女[粵/日] 05:00 是日播映完畢	04:00 財經透視[粵/普] 04:30 揭秘阿拉伯 05:30 星期日檔案[粵/普]