

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 消失的味道[粵/英] 06:30 天生一對#31[粵/泰] 07:30 Go! Yama Girl 07:45 RUNNING MAN[粵/韓]	06:00 細味文明[粵/英] 07:00 行走山河之北緯三十度 及 環看東·西
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		09:30 吃貨攻略[粵/普]	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 及 開市速報 09:30 智富360
10:00 真情#225 10:30 三國機密之潛龍在淵#15[粵/普] 11:00 三國機密之潛龍在淵#16[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 Only You 只有您#8[PG]		10:00 樂勢力 11:00 血拼全世界[粵/普] 11:30 台灣潮點圖鑑[粵/普]	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 大行情報 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 #後生仔傾吓偈 12:30 姊妹淘 01:00 勁爆狗仔隊#1[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 01:30 環看東·西 01:35 智富360
02:10 宣傳易 02:15 3日2夜 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老友狗狗#11[PG] 03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		02:00 懷抱太陽的月亮#1[粵/韓] 03:00 王子的移動城堡[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 異動狙擊 03:40 智富360
04:15 妖怪手錶[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 屁屁偵探[粵/日] 05:50 財經新聞		04:00 超級勁歌推介 04:05 RUNNING MAN[粵/韓] 05:45 Go! Yama Girl	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 07:00 獨孤皇后#26[粵/普] 07:30 東張西望		06:00 天生一對#32[粵/泰] 07:00 冲遊泰國 07:30 愛玩客之移動廚房[粵/普]	06:00 職場制勝 及 環看東·西 06:30 行走山河之北緯三十度 07:25 遊世界看指數 07:30 科研妙想
08:00 愛·回家之開心速遞#755 08:30 黃金有罪#6[PG] 09:30 丫鬟大聯盟#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	08:30 最強生命線[粵/普] 及 環看東·西 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 美味天王#6		10:05 姊妹淘 10:35 勁爆狗仔隊#2[粵/韓][PG] 11:30 橙迷狂熱	10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 行走山河之北緯三十度 及 大灣區·生活圈
12:55 宣傳易 01:00 高朋滿座#18 01:30 宣傳易 01:35 流行都市		12:00 愛玩客之移動廚房[粵/普] 12:30 超級勁歌推介 12:35 早着先機[馬會] 01:45 安樂蝸	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 3日2夜 02:50 無間音樂 03:45 Only You 只有您#8[PG]		02:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 姊妹淘 03:35 懷抱太陽的月亮#1[粵/韓]	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 科研妙想

04:40 上門教煮燴
04:50 上門教煮燴
05:00 是日播映完畢

04:30 勁爆狗仔隊#2[粵/
韓][PG]
05:30 冲遊泰國

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 07:40 環球新聞檔案 07:45 香港早晨 及 交通消息		06:00 愛玩客之移動廚房[粵/普] 06:30 天生一對#32[粵/泰] 07:30 小明星大跟班[普]	06:00 最強生命線[粵/普] 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 食在好源頭 III[粵/普] 及 環看東·西
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		08:30 寵物大本營[粵/日] 09:30 冲遊泰國	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 及 開市速報 09:30 智富360
10:00 真情#226 10:30 三國機密之潛龍在淵#17[粵/普] 11:00 三國機密之潛龍在淵#18[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 Only You 只有您#9[PG]		10:00 無間音樂 11:00 橙迷狂熱 11:30 搵食飯團	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 大行情報 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 #後生仔傾吓偈 12:30 姊妹淘 01:00 勁爆狗仔隊#2[粵/韓][PG]	12:00 早市戰報 12:15 樓市點睇 及 大灣區·生活圈 12:45 午市進擊 及 開市速報 01:00 智富360 01:25 交易現場 及 環看東·西 及 瞬間看地球 01:35 智富360
02:10 宣傳易 02:15 學是學非 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老友狗狗#12 03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		02:00 懷抱太陽的月亮#2[粵/韓] 03:00 王子的移動城堡[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 異動狙擊 03:40 智富360
04:15 妖怪手錶[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 花漾精靈[粵/日] 05:50 財經新聞		04:00 超級勁歌推介 04:05 小明星大跟班[普] 05:00 寵物大本營[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 醫生與你[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#33[粵/泰]	06:00 樓市點睇 及 環看東·西 06:30 型廚走天涯
07:00 獨孤皇后#27[粵/普] 07:30 東張西望		07:00 冲遊泰國 07:30 愛玩客之移動廚房[粵/普]	07:00 型廚走天涯 07:25 遊世界看指數 07:30 傳承 第二季
08:00 愛·回家之開心速遞#756 08:30 黃金有罪#7[PG] 09:30 丫鬟大聯盟#12		08:00 娛樂新聞報道 08:30 環遊慶典世界 09:20 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 09:35 #後生仔傾吓偈[PG]	08:30 無耆不有[粵/普] 及 環看東·西 09:00 日日有樓睇 及 大灣區·生活圈 09:30 家居·築則[粵/普] 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 美味天王#7		10:05 姊妹淘 10:35 勁爆狗仔隊#3[粵/韓][PG] 11:30 血拼全世界[粵/普]	10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 型廚走天涯 11:30 型廚走天涯 及 大灣區·生活圈
12:55 宣傳易 01:00 高朋滿座#19 01:30 宣傳易 01:35 流行都市		12:00 愛玩客之移動廚房[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 學是學非 02:50 無間音樂 03:45 Only You 只有您#9[PG]		02:15 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 02:35 #後生仔傾吓偈[PG] 03:05 姊妹淘 03:35 懷抱太陽的月亮#2[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 型廚走天涯

04:40 大廚出馬
05:05 大廚出馬
05:30 心大心細

04:30 勁爆狗仔隊#3[粵/
韓][PG]
05:30 冲遊泰國

04:00 型廚走天涯
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 07:40 環球新聞檔案 07:45 香港早晨 及 交通消息		06:00 愛玩客之移動廚房[粵/普] 06:30 天生一對#33[粵/泰] 07:30 Go! Yama Girl 07:45 花樣爺爺 IV[粵/韓]	06:00 無耆不有[粵/普] 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 二十世紀構建者[粵/英] 及 環看東·西
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		09:30 沖遊泰國	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 及 開市速報 09:30 智富360
10:00 真情#227 10:30 三國機密之潛龍在淵#19[粵/普] 11:00 三國機密之潛龍在淵#20[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 Only You 只有您#10		10:00 無間音樂 11:00 環遊慶典世界 11:50 遊吓遊吓7分鐘[粵/英]	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 大行情報 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 #後生仔傾吓偈[PG] 12:30 姊妹淘 01:00 勁爆狗仔隊#3[粵/韓][PG]	12:00 早市戰報 12:15 家居·築則[粵/普] 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 環看東·西 及 瞬間看地球 01:35 智富360
02:10 宣傳易 02:15 台灣原味道 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老友狗狗#13[PG] 03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		02:00 懷抱太陽的月亮#3[粵/韓] 02:55 舞動少女團#9[粵/韓] 03:35 舞動少女團#10[粵/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 妖怪手錶[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 花漾精靈[粵/日] 05:50 財經新聞		04:00 花樣爺爺 IV[粵/韓] 05:40 天生一對#34[粵/泰]	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 韓國乾坤四維遊[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣		06:30 賽馬直擊[粵/英][馬會]	06:00 家居·築則[粵/普] 及 環看東·西 06:30 情迷西班牙[粵/英]
07:00 獨孤皇后#28[粵/普] 07:30 東張西望			07:25 遊世界看指數 07:30 奇異的世界[粵/英]
08:00 愛·回家之開心速遞#757 08:30 黃金有罪#8[PG] 09:30 丫鬢大聯盟#13			08:30 歷史的拐點 及 環看東·西 09:00 日日有樓睇 及 大灣區·生活圈 09:30 創科導航[粵/普] 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 美味天王#8		11:05 勁爆狗仔隊#4[粵/韓][PG]	10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 情迷西班牙[粵/英] 及 大灣區·生活圈
12:55 宣傳易 01:00 高朋滿座#20 01:30 宣傳易 01:35 流行都市		12:00 搵食飯團 12:30 超級勁歌推介 12:35 賽後你點睇[馬會] 01:45 濕身兄弟去搵食[粵/英]	12:00 歷史的拐點 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 台灣原味道 02:50 無間音樂 03:45 Only You 只有您#10		02:10 濕身兄弟去搵食[粵/英] 02:40 #後生仔傾吓偈[PG] 03:05 漫遊南美 03:35 懷抱太陽的月亮#3[粵/韓]	02:30 無綫財經新聞 02:35 歷史的拐點 03:00 創科導航[粵/普] 03:30 無綫財經新聞 03:35 奇異的世界[粵/英]

04:40 神山
05:05 神山
05:30 趣眼看人生

04:30 勁爆狗仔隊#4[粵/
韓][PG]
05:30 背遊中亞

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 「耆」妙餐廳[粵/韓]

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 夜宵磨 06:30 天生一對#34[粵/泰] 07:30 帶班o靚仔去冒險[粵/英] 07:45 超人回來了[韓] 09:30 安樂蝸	06:00 職場制勝 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 宅人食堂II[粵/普] 及 環看東. 西 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 及 開市速報 09:30 智富360
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 快樂長門人 09:55 真情#228		10:00 無間音樂 11:00 S級旅行團	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 大行情報 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
10:25 行政長官答問會[粵/英] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 Only You 只有您#11		12:00 #後生仔傾吓偈[PG] 12:30 出走地圖[粵/普] 01:00 勁爆狗仔隊#4[粵/韓][PG]	12:00 早市戰報 12:15 創科導航[粵/普] 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 環看東. 西 及 瞬間看地球 01:35 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		02:00 懷抱太陽的月亮#4[粵/韓] 03:00 美麗魔法[粵/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
02:10 宣傳易 02:15 識玩旅行團 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老友狗狗#14 03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		04:00 超級勁歌推介 04:05 超人回來了[韓] 05:35 帶班o靚仔去冒險[粵/英]	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
04:15 妖怪手錶[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 忍者亂太郎[粵/日] 05:50 財經新聞		06:00 天生一對#35[粵/泰] 07:00 冲遊泰國 07:30 北海道海之幸[粵/日]	06:00 創科導航[粵/普] 及 環看東. 西 06:30 糕點大都會[粵/英] 07:25 遊世界看指數 07:30 島嶼情懷III[粵/英]
06:00 議事論事[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣		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 動物超感應[粵/英] 及 環看東. 西 09:00 日日有樓睇 及 大灣區. 生活圈 09:30 理財有道 及 瞬間看地球
07:00 獨孤皇后#29[粵/普] 07:30 東張西望		10:05 姊妹淘 10:35 勁爆狗仔隊#5[粵/韓] 11:30 台灣潮點圖鑑[粵/普]	10:00 十點無綫財經 10:55 遊世界看指數 11:00 糕點大都會[粵/英] 及 大灣區. 生活圈
08:00 愛. 回家之開心速遞#758 08:30 黃金有罪#9[PG] 09:30 丫鬢大聯盟#14		12:00 北海道海之幸[粵/日] 12:30 超級勁歌推介 12:35 S級旅行團 01:35 愛玩客之自遊神[粵/普]	12:00 動物超感應[粵/英] 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
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 美味天王#9		02:35 #後生仔傾吓偈 03:05 姊妹淘 03:35 懷抱太陽的月亮#4[粵/韓]	02:30 無綫財經新聞 02:35 動物超感應[粵/英] 03:00 理財有道 03:30 無綫財經新聞 03:35 島嶼情懷III[粵/英]
12:55 宣傳易 01:00 高朋滿座#21 01:30 宣傳易 01:35 流行都市			
02:20 識玩旅行團 02:50 無間音樂[PG] 03:45 Only You 只有您#11			

翡翠台

Viu96

J2

高清翡翠台

04:40 搵個好男人[PG]
05:05 搵個好男人[PG]
05:30 中華福地

04:30 勁爆狗仔隊#5[粵/
韓]
05:30 冲遊泰國

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 北海道海之幸[粵/日] 06:30 天生一對#35[粵/泰] 07:30 樂遊約克郡	06:00 「耆」妙餐廳[粵/韓] 06:30 智富錦囊 06:45 財經焦點 07:00 放眼世界360[粵/英] 及 環看東·西
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		08:15 叢林的法則[粵/韓] 09:30 沖遊泰國	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 及 開市速報 09:30 智富360
10:00 真情#229 10:30 三國機密之潛龍在淵#21[粵/普] 11:00 三國機密之潛龍在淵#22[粵/普] 11:30 宣傳易 及 新聞提要 11:35 交易現場 11:45 Only You 只有您#11		10:00 無間音樂[PG] 11:00 愛玩客之自遊神[粵/普]	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 大行情報 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 #後生仔傾吓偈 12:30 姊妹淘 01:00 勁爆狗仔隊#5[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 01:30 環看東·西 01:35 智富360
02:10 宣傳易 02:15 仁心友行 02:40 交易現場 及 深港滬通 02:45 老友狗狗#15[PG] 03:45 櫻桃小丸子[粵/日] 及 交易現場		02:00 懷抱太陽的月亮#5[粵/韓] 03:00 美麗魔法[粵/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 妖怪手錶[粵/日] 04:50 Think Big天地 05:20 忍者亂太郎[粵/日] 05:50 財經新聞		04:00 超級勁歌推介 04:05 樂遊約克郡 04:35 叢林的法則[粵/韓]	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 中國故事V[港台] 及 新聞檔案 06:30 六點半新聞報道 06:55 天氣		06:00 浮士德的微笑#1[粵/普]	06:00 理財有道 及 環看東·西 06:30 長城：中國的故事[粵/普]
07:00 獨孤皇后#30[粵/普] 07:30 東張西望		07:00 沖遊泰國 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]
08:00 愛·回家之開心速遞#759 08:30 黃金有罪#10[PG] 09:30 丫鬢大聯盟#15		08:00 娛樂新聞報道 08:30 血拼全世界[粵/普] 09:00 台灣潮點圖鑑[粵/普] 09:35 #後生仔傾吓偈[PG]	08:30 港式婚姻[粵/普] 及 環看東·西 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
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 美味天王#10		10:05 姊妹淘 10:35 勁爆狗仔隊#6[粵/韓][PG] 11:30 出走地圖[粵/普]	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
12:55 宣傳易 01:00 高朋滿座#22 01:30 宣傳易 01:35 流行都市		12:00 消失的味道[粵/英] 12:30 超級勁歌推介 12:35 早着先機[馬會]	12:00 港式婚姻[粵/普] 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 仁心友行 02:50 樂勢力 03:45 Only You 只有您#12		02:05 綠茵闖蕩 02:35 #後生仔傾吓偈[PG] 03:05 姊妹淘 03:35 懷抱太陽的月亮#5[粵/韓]	02:30 無綫財經新聞 02:35 港式婚姻[粵/普] 03:00 職場制勝 03:30 無綫財經新聞 03:35 邊走邊吃III[粵/法]

04:40 掌故王
05:05 掌故王
05:30 盾精眼企

04:30 勁爆狗仔隊#6[粵/
韓][PG]
05:30 冲遊泰國

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 科技新思維[粵/英]

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#125[粵/日] 06:15 笑天家#126[粵/日] 06:35 安樂蝸 07:05 RUNNING MAN[粵/韓]	06:00 港式婚姻[粵/普] 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 無耆不有[粵/普] 09:40 尋藝九州[粵/日]		08:45 美麗魔法[粵/韓] 09:40 大戀愛~致忘了我的妳#8[粵/日]	08:00 日日有樓睇 08:30 啟動天才腦 09:30 樓計專家
10:00 尋藝九州[粵/日] 10:15 小馬寶莉[粵/英] 10:45 小火車迪迪寶[粵/韓] 11:00 小火車迪迪寶[粵/韓] 11:15 每日媽媽[粵/日] 11:50 宣傳易		10:35 消失的味道[粵/英] 11:05 王子的移動城堡[粵/普] 11:55 搵食飯團	10:00 周末時事多面睇 10:30 歷史的拐點 11:00 巨匠[粵/英]
12:00 生活100錯 12:30 #一屋後生仔 01:00 午間新聞 01:10 瞬間看地球 01:15 美女廚房團年飯		12:30 S級旅行團 01:30 舞動少女團#11[粵/韓]	12:00 傳承 第二季 01:00 無耆不有[粵/普] 01:30 動物超感應[粵/英]
02:20 Do姐去Shopping 02:50 Do姐去Shopping 03:20 最佳女主角 03:55 勁歌金曲		02:05 舞動少女團#12[粵/韓] 02:45 濕身兄弟去搵食[粵/英] 03:15 濕身兄弟去搵食[粵/英] 03:45 花樣爺爺 IV[粵/韓]	02:00 樓計專家 02:30 再見舊英倫II 03:30 島嶼情懷III[粵/英]
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 精算小魔女[粵/韓] 05:15 精算小魔女[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 歷史的拐點 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#125[粵/日] 06:15 笑天家#126[粵/日] 06:35 小明星大跟班[普]	06:00 型廚走天涯 06:30 型廚走天涯
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] 07:30 傳承 第二季
08:00 愛 . 回家之開心速遞#760 08:30 2019年度勁歌金曲頒獎典禮		08:30 機場飲食攻略 08:50 遊吓遊吓7分鐘[粵/英] 09:00 出走地圖[粵/普] 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 港式婚姻[粵/普] 09:30 家居 . 築則[粵/普]
11:30 晚間新聞 11:45 天氣 及 瞬間看地球 11:50 美味天王#11		10:35 女醫神Doctor X 6#9[粵/日][PG] 11:30 #溫哥華後生仔傾吓偈	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 高朋滿座#23 01:35 宣傳易 01:40 冒險王衛斯理#6[PG]		12:00 聖門少女翔[粵/日][PG] 12:35 胆識過人[馬會]	12:00 啟動天才腦[粵/英] 01:00 歷史的拐點 01:30 周末時事多面睇
03:20 美女廚房團年飯		02:05 出走地圖[粵/普] 02:35 女醫神Doctor X 6#9[粵/日][PG] 03:30 #溫哥華後生仔傾吓偈	02:00 科研妙想 03:00 奇異的世界[粵/英]
04:15 Do姐去Shopping 04:45 Do姐去Shopping 05:10 民間傳奇#39		04:00 舞動少女團#11[粵/韓] 04:40 舞動少女團#12[粵/韓] 05:05 搵食飯團 05:30 聖門少女翔[粵/日][PG]	04:00 新聞透視[粵/普] 04:30 東盟十國新發展 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:鴻運高照[PG] 07:45 都市閒情		06:00 笑天家#127[粵/日] 06:15 笑天家#128[粵/日] 06:35 出走地圖[粵/普] 07:05 #溫哥華後生仔傾吓 偈 07:35 北海道是咁的[粵/ 日] 07:45 叢林的法則[粵/韓]	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 藝文誌 09:30 快盜戰隊VS警察戰隊[粵/ 日]		08:45 美麗魔法[粵/韓] 09:40 少女時代1979#6[粵/韓]	08:00 「耆」妙餐廳[粵/韓] 08:30 愛爾蘭和平之路 09:30 歷史的拐點
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		11:00 世界第一等[粵/普]	10:00 體育新世界 10:30 動物超感應[粵/英] 11:00 邊走邊吃III[粵/法]
12:00 區區開伙 01:00 午間新聞 01:10 瞬間看地球 01:15 賭聖[PG]		12:00 賽馬直擊[粵/英][馬會]	12:00 奇異的世界[粵/英] 01:00 樓計專家 01:30 島嶼情懷III[粵/英]
03:25 一分鐘·一份情 03:30 星級超常任務 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 體真啲[粵/英] 05:15 體真啲[粵/英] 05:30 麵包超人[粵/日]		05:15 北海道是咁的[粵/ 日] 05:30 橙迷狂熱	04:00 巨匠[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 瞬間看地球		06:00 笑天家#127[粵/日] 06:15 笑天家#128[粵/日] 06:35 機場飲食攻略	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 超人回來了[韓]	07:00 樓計專家 07:30 邊走邊吃III[粵/法]
08:00 愛·回家之開心速遞#761 08:30 學是學非 09:00 台灣原味道 09:30 流行經典50年		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 仁心友行 11:30 晚間新聞 11:45 天氣 及 瞬間看地球 11:50 美味天王#12		10:45 鐵手怪傑#7[粵/日] 11:45 搞乜鬼!美術部[粵/日]	10:00 職場制勝 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
12:55 宣傳易 01:00 財經透視[粵/普] 01:30 宣傳易 01:40 狼王子#1[粵/普]		12:15 台灣潮點圖鑑[粵/ 普] 12:35 賽後你點睇[馬會]	12:30 港式婚姻[粵/普] 01:00 星期日檔案[粵/普] 01:30 糕點大都會[粵/英]
02:45 狼王子#2[粵/普] 03:30 粵語晨片:春滿乾坤福滿門		02:05 安樂蝸 02:35 鐵手怪傑#7[粵/日] 03:30 背遊中亞	02:30 樓計專家 03:00 愛爾蘭和平之路
05:25 開心俱樂部		04:00 橙迷狂熱[粵/普] 04:30 搞乜鬼!美術部[粵/日] 05:00 是日播映完畢	04:00 財經透視[粵/普] 04:30 帶你逛街市II[粵/法] 05:30 星期日檔案[粵/普]