



馮盈盈拿出手機，展示自己日前做的新冠肺炎檢測結果為陰性。

香港文匯報訊(記者梁靜儀)受新冠疫情影响，《2020香港小姐競選》的見營養師活動「最有營養嘅LIVE」STAY HOME昨日以網上直播形式進行，16位香港入圍佳麗，包括：侯嘉欣、何孟珊、麥詩晴、范倩雯、陳楨怡、源菲然、廖慧儀、郭柏妍、梁懿婷、謝恩靈、賴琦媛、連佳麗、黃婉恩、羅雪妍、陳煦凝、鄭美璇，在stay home情況下特別準備自己的晚餐，並向營養師請教意見，活動由師姐馮盈盈擔任主持。



梁懿婷晚餐竟是打邊爐，而妹妹因太餓，搶先進食。



郭柏妍透露自己頭髮乾燥。

「食得一族」被忠告多做運動

減肥佳麗 焗下焗下 欠均衡

活動開始前馮盈盈拿出手機，展示自己日前做的新冠肺炎檢測結果為陰性，並表示自己會乖乖地留在家中做直播，又分享自製的雪菜肉絲米。曾在大學修讀食物及營養學系的她，又重提到自己的花名：「雖然我有營養學背景，但唔知點解會畀大家稱為『蛋白質博士』，自覺受唔起，但都希望幫到大家，所以今日搵來當年參選的專業營養師Sally幫大家。」

由於歡迎網民即場sit堂，與佳麗一起隔空上course，更可向營養師提出發問，有網民問到盈盈喜歡吃什麼生果，盈盈大講有味笑話：「每朝起身最鍾意食條蕉，可令人朝氣勃勃。」濃妝上陣的羅雪妍(Uki)，被網民指她頭髮凌亂，有沒有洗頭？她解釋早上去了髮型屋洗頭，之後就趕住live。馮盈盈就替她解圍說：「唔緊要，凌亂。」

昨日16位候選佳麗分成兩人一組，展示自己準備的晚餐及向營養師請教關於飲食及瘦身的問題，由於競選在即，大部分佳麗的晚餐都是以焗西蘭花、焗雞蛋、三文魚及蔬菜等清淡菜式為主，營養師提醒佳麗們，女士若減肥過度會導致貧血、荷爾蒙失調、甩髮甚至停經，建議她們要有均衡的飲食，減肥不要倚靠節食，還要作適量運動。

「無飯一族」營養不均

大熱門廖慧儀(Jessica)表示平日不愛飯，愛生果，所以她的晚餐是三文魚、牛油果及蔬菜，以及少油為主，被營養師讚好，但建議她食適量

澱粉質，才不會易邊。Jessica又問到想皮膚好，應喝什麼湯水？營養師表示任何湯水都對皮膚好，如果用花膠就可提升蛋白質攝取。

源菲然(Casa)的晚餐是炒西蘭花及翠玉瓜加兩隻焗蛋，營養師批她的蛋白質勉強。正努力減肥的鄭美璇(Maise)，晚餐少得可憐，只有焗兩朵西蘭花、兩隻焗蛋及一個橙，但她仍堅稱覺得夠飽。營養師提醒她食物要多樣化，各方面都要均衡。

賴琦媛(Ivy)就被批西蘭花炒蝦纖維雖豐富，但只得4隻蝦是不足夠，可加適量澱粉質。Ivy又問如何減小肚腩，營養師提醒她除節制飲食，還要定時排便及做運動。

有港版子瑜之稱的郭柏妍和連佳麗出場，郭柏妍透露自己頭髮乾燥，除了蛋白質，食什麼食物可以令頭髮更有光澤？營養師叫她不要太偏食，食適量果仁和澱粉質，就會有生物素，要保持飲食均衡，而她就準備了炒米粉做晚餐，內有紅蘿蔔、木耳絲、青瓜、素肉、豆腐，營養師讚OK，建議可以用全麥意粉或蕎麥麵代替米粉。身材均稱的陳楨怡晚餐是藜麥、魚及沙律，不過她仍嫌手臂不夠結實，想增加肌肉。

減肥少食多餐做運動

連佳麗(Kelly)就準備了三文魚意粉，她解釋自己食不飽就會易頭暈，營養師建議她可加些蔬菜，及不用太大碟意粉。Kelly又問營養師自己容易邊，又想線條更弗，應食什麼？營養師建議她可進食果仁，至於易邊的問題，就建議她可去驗

血，看看有沒有貧血，因女性受經期影響，流失鐵質，可食紅肉補血。

18歲的謝恩靈，晚餐就豐富得多，有藜麥、南瓜及雞腩肉等，獲營養師大讚very good的她開心得舉起大拇指，又說：「yeah」。自言從小到大食嘢唔肥的范倩雯(Charmaine)，晚餐十分豐盈，竟然有滷水鴨片及半碗飯、雞腳木瓜湯及一個桃。營養師教她可少食多餐，並配合運動，增強肌肉。

梁懿婷(Sonia)的晚餐竟是減肥大忌打邊爐，她表示湯底是豬骨煲冬瓜湯，當營養師問她是否有腐竹，她竟將炸響鈴當腐竹，而直播期間最搞笑是她15歲的妹妹突然闖入並舉箸進食，Sonia解釋因為妹妹好肚餓，忍唔住要食。她又指妹妹等到18歲都會參選港姐，有網民大讚妹妹好可愛、天生麗質。

而麥詩婷(Ceci)及侯嘉欣、何孟珊則比較關心經期出現的水腫問題，營養師教她們減少進食鹹的食物。大熱門陳煦凝表示因本身食齋，加上昨日又是初一的關係，買了外賣北菇蒸雞做晚餐。



麥詩婷比較關心出現水腫問題。



連佳麗準備了三文魚意粉，因其食不飽就會頭暈。



鄭美璇要減肥，晚餐少得可憐。網上圖片



黃婉恩表示有肚脹問題。



陳楨怡晚餐是藜麥、魚及沙律。網上圖片

邱騰華祝賀許鞍華 獲金獅終身成就獎

香港文匯報訊(記者凡文)第77屆威尼斯影展宣布頒發「金獅終身成就獎」給予香港女導演許鞍華，是首位華人女導演獲此殊榮，商務及經濟發展局局長邱騰華昨日致詞祝賀。另曾合作過的演員都紛紛祝賀許鞍華。

邱騰華說：「許鞍華是近代香港以至亞洲電影業的先驅，這項殊榮印證了她對電影業的非凡貢獻。她以獨特的電影語言和視覺風格，成功地向世界各地觀眾展示香港電影製作人高水準、細膩而富有情懷的作品，她的成就讓我們引以為傲。」

邱騰華表示，香港電影業在過去一年面對嚴峻挑戰，為重新起動香港電影，政府透過「電影發展基金」預留約2億6,000萬元，推展五

項主要措施，以增加本地電影製作、培育新進導演和編劇人才，以及加強專業培訓，為業界增值，希望多管齊下協助業界渡過難關。

趙薇 彭于晏引以為傲

除邱局長外，趙薇、彭于晏等人也向許導祝賀。趙薇送上祝賀：「恭喜親愛的許鞍華導演，為您驕傲！」而許鞍華的新作《第一爐香》的幾位演員，得悉喜訊也透過社交平台向她送上祝賀，其中彭于晏說：「恭喜許鞍華導演，您對電影的熱情和執著一直感染著我們，期待電影《第一爐香》。」

張鈞甯：「全球首位獲此殊榮女導演，恭喜導演，衷心為您高興，曾有幸能兩次與您合作，也讓我受



許鞍華是香港七八十年代新浪潮導演之一。

益頗深。」白冰：「恭喜導演！溫暖的片場時光依舊歷歷在目，記得試鏡的時候，您說『我很像電影裏那個年代的人』，才有了這次的電影結緣。謝謝您的鼓勵和信任。」

彭皓鋒獲林國華賞識 新片預留角色演反派



彭皓鋒與阿Bob於劇中有段兄弟情。



彭皓鋒在《戰毒》飾演反派太子哥，角色好有發揮。

香港文匯報訊(記者凡文)劇集《戰毒》自7月初開播以來甚受歡迎，該劇主要演員黃宗澤、吳卓羲、羅蘭、吳嘉雯等固然受熱捧，而劇中的大反派彭皓鋒亦大受矚目，被網民稱為老戲骨，對其精湛入肉的演繹大加讚賞。

彭皓鋒一直活躍影視圈，以演活反派人物出名，參演作品有《捕獸師》、《滅狼行動》等，資深製作人林國華繼《戰毒》後，10月中開拍的一部警匪片再找彭皓鋒合作，彭皓鋒很感謝華

哥的厚愛：「《戰毒》的角色太子哥好有發揮，雖然是反派，但與阿Bob(林盛斌)有段兄弟情，同時亦孝順母親羅蘭，演反派有咁多描寫好開心，且亦受到網友歡迎，真係好多謝他！他10月份開戲亦預了我，傾過啦，如無意外應該夾得到，因我呢幾個月都在橫店開工，預埋返港隔離時間，可以趕到10月份向華哥報到。」他表示已跟對方傾過新片的角色編排，不過劇本仍在商訂中。

申請酒牌續期公告 阿一廚房餐廳

現特通告：胡光強其地址為新界屯門大欖涌385約245B地段地下，現向酒牌局申請位於新界屯門大欖涌385約245B地段地下阿一廚房餐廳的酒牌續期。凡反對是項申請者，請於此公告刊登之日起十四天內，將已簽署及申明理由之反對書，寄交新界大埔鄉事會街8號大埔綜合大樓4樓酒牌局秘書處。

日期：2020年7月22日

NOTICE ON APPLICATION FOR RENEWAL OF LIQUOR LICENCE 阿一廚房餐廳

Notice is hereby given that Mr. WU Kwong-keung of G/F., D.D.385, Lot 245B, Tai Lam Chung, Tuen Mun, N.T. is applying to the Liquor Licensing Board for renewal of the Liquor Licence in respect of 阿一廚房餐廳 situated at G/F., D.D.385, Lot 245B, Tai Lam Chung, Tuen Mun, N.T. Any person having any objection to this application should send a signed written objection, stating the grounds therefor, to the Secretary, Liquor Licensing Board, 4/F., Tai Po Complex, No.8 Heung Sze Wui Street, Tai Po, New Territories within 14 days from the date of this notice.

Date: 22nd July 2020

申請酒牌續期公告 百斗記雞煲小廚

現特通告：陳珍英其地址為新界元朗朗泰祥街14號發發大廈地下9號舖，現向酒牌局申請位於新界元朗朗泰祥街14號發發大廈地下9號舖百斗記雞煲小廚的酒牌續期。凡反對是項申請者，請於此公告刊登之日起十四天內，將已簽署及申明理由之反對書，寄交新界大埔鄉事會街8號大埔綜合大樓4樓酒牌局秘書處。

日期：2020年7月22日

NOTICE ON APPLICATION FOR RENEWAL OF LIQUOR LICENCE 百斗記雞煲小廚

Notice is hereby given that Chan Chun Ying of Shop 9, G/F., Shing Fat Building, 14 Yuen Long Tai Cheung Street, Yuen Long, New Territories is applying to the Liquor Licensing Board for renewal of the Liquor Licence in respect of 百斗記雞煲小廚 situated at Shop 9, G/F., Shing Fat Building, 14 Yuen Long Tai Cheung Street, Yuen Long, New Territories. Any person having any objection to this application should send a signed written objection, stating the grounds therefor, to the Secretary, Liquor Licensing Board, 4/F., Tai Po Complex, No. 8 Heung Sze Wui Street, Tai Po, New Territories within 14 days from the date of this notice.

Date: 22nd July 2020

申請酒牌續期公告 Labels Café + Bar

現特通告：黃煥東其地址為新界荃灣白田壩街45號南豐紗廠3樓305舖(部份)及306舖，現向酒牌局申請位於新界荃灣白田壩街45號南豐紗廠3樓305舖(部份)及306舖Labels Café + Bar的酒牌續期，其附加批註為酒吧。凡反對是項申請者，請於此公告刊登之日起十四天內，將已簽署及申明理由之反對書，寄交新界大埔鄉事會街8號大埔綜合大樓4樓酒牌局秘書處。

日期：2020年7月22日

NOTICE ON APPLICATION FOR RENEWAL OF LIQUOR LICENCE Labels Café + Bar

Notice is hereby given that Wong Chan Tung of Portion of Unit 305 & 306, 3/F., The Mills, 45 Pak Tin Par Street, Tsuen Wan, New Territories is applying to the Liquor Licensing Board for renewal of the Liquor Licence in respect of Labels Café + Bar situated at Portion of Unit 305 & 306, 3/F., The Mills, 45 Pak Tin Par Street, Tsuen Wan, New Territories with endorsement of bar. Any person having any objection to this application should send a signed written objection, stating the grounds therefor, to the Secretary, Liquor Licensing Board, 4/F., Tai Po Complex, No. 8 Heung Sze Wui Street, Tai Po, New Territories within 14 days from the date of this notice.

Date: 22nd July 2020

證券代碼：600639-900911 證券簡稱：浦東金橋、金橋B股 公告編號：臨2020-020

上海金橋出口加工區開發股份有限公司 關於2020年度第二期超短期融資券發行情況公告

特別提示 本公司董事會及全體董事保證本公告內容不存在任何虛假記載、誤導性陳述或者重大遺漏，並對其內容的真實性、準確性和完整性承擔個別及連帶責任。

上海金橋出口加工區開發股份有限公司(以下簡稱「公司」)第八屆董事會第十九次會議及2019年年度股東大會審議通過了《關於發行超短期融資券的議案》，同意公司向中國銀行間市場交易商協會(以下簡稱「交易商協會」)申請註冊發行不超過20億元的超短期融資券。2020年4月14日，公司收到交易商協會出具的《接受註冊通知書》(中市協注[2020]SCP223號)，交易商協會決定接受公司超短期融資券註冊。公司獲准面向全國銀行間債券市場機構投資者發行總額不超過15億元的超短期融資券，註冊額度自註冊通知書落款之日起2年內有效，詳見公司於2020年4月16日披露的《關於超短期融資券獲准註冊的公告》(編號：臨2020-003)。

2020年7月16日，公司發行2020年度第二期超短期融資券(簡稱「20金橋開發SCP002」，代碼：012002526)，本期實際發行金額6億元，期限為270日，起息日為2020年7月20日，兌付日為2021年4月16日，發行價格為100元，票面利率為2.68%。募集資金已於2020年7月20日全額到賬。

中國建設銀行股份有限公司為本期超短期融資券的主承銷商和簿記管理人，寧波銀行股份有限公司為本期超短期融資券的聯席主承銷商。本期超短期融資券發行的有關文件詳見中國貨幣網(www.chinamoney.com.cn)和上海清算所網站(www.shclearing.com)。

特此公告。 上海金橋出口加工區開發股份有限公司董事會 二〇二〇年七月二十二日

熱線：2873 9888 2873 9842 傳真：2873 0009

匯聚商機 廣告熱線：2873 9888 2873 9842 傳真：2873 0009