

三餐在東京

流浪客

若問我在東京，每天三餐如何打發，不用說，那還不好算。香港、台灣、日本，這三地，雖然都是吃米，但吃法的不同，卻是天淵之別。在東京，三餐的吃法，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗味噌湯，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗味噌湯，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗味噌湯，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是東京的三餐。簡單，健康，且極其美味。

南方人的胃口

流浪客

若以南方人的胃口，來吃北方人的飯，那是不吃就是。北方人的飯，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是北方人的三餐。簡單，健康，且極其美味。

北京「大三元」

信

北京「大三元」，是北京的一間名店。它位於北京的前門外大街，是京城的著名景點。這間店，是經營北京傳統菜餚的。它的菜餚，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是北京「大三元」的三餐。簡單，健康，且極其美味。

山皇玉江浙

信

山皇玉江浙，是江浙地區的一間名店。它位於江浙地區的一處風景名勝區，是江浙地區的著名景點。這間店，是經營江浙傳統菜餚的。它的菜餚，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是山皇玉江浙的三餐。簡單，健康，且極其美味。

苦脈菜炒黃鱔

客

苦脈菜炒黃鱔，是一道江浙名菜。它是由江浙地區的一間名店所創製的。這道菜，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是苦脈菜炒黃鱔的三餐。簡單，健康，且極其美味。

紹酒何以名花雕

信

紹酒何以名花雕，這是一個老問題了。紹酒，是江浙地區的一種名酒。它是由江浙地區的一間名店所創製的。這酒，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是紹酒何以名花雕的三餐。簡單，健康，且極其美味。

飯炒州揚談也

信

飯炒州揚談也，是揚州地區的一間名店。它位於揚州地區的一處風景名勝區，是揚州地區的著名景點。這間店，是經營揚州傳統菜餚的。它的菜餚，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是飯炒州揚談也的三餐。簡單，健康，且極其美味。

客陵廣

信

客陵廣，是廣東地區的一間名店。它位於廣東地區的一處風景名勝區，是廣東地區的著名景點。這間店，是經營廣東傳統菜餚的。它的菜餚，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是客陵廣的三餐。簡單，健康，且極其美味。

掌故

掌故，是江浙地區的一間名店。它位於江浙地區的一處風景名勝區，是江浙地區的著名景點。這間店，是經營江浙傳統菜餚的。它的菜餚，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是掌故的三餐。簡單，健康，且極其美味。

紅燒豆腐

紅燒豆腐，是一道江浙名菜。它是由江浙地區的一間名店所創製的。這道菜，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是紅燒豆腐的三餐。簡單，健康，且極其美味。

豆燴鯉魚

豆燴鯉魚，是一道江浙名菜。它是由江浙地區的一間名店所創製的。這道菜，是極其簡單，且極其健康。早餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。午餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。晚餐，是吃一碗粥，配上一個煎蛋，再加上一碗白飯。這就是豆燴鯉魚的三餐。簡單，健康，且極其美味。

美華眼鏡公司

隱形眼鏡中心

NEW VISION OPTICAL LTD. CONTACT LENS CENTRE

喜士定東街328號 電話：681-0305

鏡薄架靚價錢平
美華為你配好鏡

大批 1985 年新款眼鏡任君選擇

SINGLE VISION 白玻璃或膠鏡 UP TO 士六百度 眼鏡架連鏡片 每對 \$32.88

特別介紹 有彈性眼鏡架 FLEXIBLE 每對 \$19.99

全日可戴軟性隱形眼鏡 SOFT CONTACT LENSES 特價每對 \$98.99

你想有更美麗的藍色眼珠嗎？請來一試

特別介紹 名店鏡架：

PLAYBOY, Christian Dior, VIENNA LINE, 100% design, CARRERA, Silhouette, KLEIN

僑信參茸國藥行

溫哥華參茸第一家

重金禮聘：
*廣東名醫李鶴傳 中國廣州中山醫學院全科畢業
於奇化街二六二號總行
*上海名醫黃欣賢 江蘇醫學院全科畢業
於片打東街一四一號分行

專人選辦
●地道藥材 ●花旗洋參 ●中國成藥
●高麗人參 ●吉林鹿茸 ●燕窩海味

為僑胞服務，免費解答中藥問題

取價公道 品質上乘
零沽批發 無任歡迎

總行：261 KEEFER ST. (奇化街) VAN. B.C. CANADA V6A 1X6 電話：(604) 682-2621
分行：141 E. PENDER ST. (片打東街) VAN. B.C. CANADA V6A 1T6 電話：(604) 669-1834 669-1843