



總監俱樂部

會訊

2016年2月號

總監俱樂部全人恭祝各位

身體健康，龍馬精神，新年快樂！



龍躉兩味 \$350 翡翠炒斑球例牌 杞子雲耳蒸頭腩例牌

蠔皇澳洲三頭鮑魚優惠價每隻 \$260



銀杏鮮竹扒豆腐例牌 \$85



乾隆明蝦窩貼例牌 \$168



金菜鴨肉窩窩頭每份 \$70



京式素鵝每碟 \$55



豉油皇大虎蝦兩隻起每隻 \$55

如有任何查詢，
請致電 2730 8668



留意身體出現危險的信號

如果脾臟有了毒素表現在：

1. 面部長色斑。長斑的女性通常消化系統能力弱一些。
2. 白帶過多。脾主管體內排濕，如果濕氣過多，超出了脾的能力，就會出現體內濕氣過盛，白帶增多是其中的一個體現。
3. 脂肪堆積。脂肪在中醫裏另有一個名字：痰濕，是由於脾的消化功能不佳，不能及時把垃圾毒素排出體外而產生的。有效的減肥必須圍繞恢復脾胃正常代謝痰濕的主題來做，否則就會反彈。
4. 口氣明顯，唇周長痘或潰瘍。口唇周圍都屬於脾，當脾中的毒素無法排出體外，蓄積的毒素就要找機會從這些地方爆發出來。



怎麼排毒更順暢：

1. 吃酸助脾臟排毒

例如烏梅、醋，這是用來化解食物中毒素的最佳食品，可以增強腸胃的消化功能，使食物中的毒素在最短的時間內排出體外。同時酸味食物還具有健脾的功效，可以很好地起到「抗毒食品」的功效。

2. 按壓脾臟排毒要穴

這是指商丘穴，位置在內踝前下方的凹陷中，用手指按揉該穴位，保持酸重感即可，每次3分鐘左右，兩腳交替做。

3. 飯後走一走

運動可以幫助脾胃消化，加快毒素排出的速度，不過需要長期堅持，效果才會更好。

脾臟最佳排毒時間：

餐後是最容易產生毒素的時刻，食物如果不能及時的消化或是吸收，毒素就會積累很多。除了飯後走一走，因為甘味健脾，還可以在吃完飯1小時吃1個水果，幫助健脾、排毒。

有關資訊只可作參考，如有任何問題，
請向你的家庭醫生查詢



下期續……

新春佳節
俱樂部再推出
幸運鳥系列 — 梅洛

紅酒認購

Amelie Latourelle ~ Merlot (幸運鳥系列 — 梅洛)

農曆新年快將來臨，總監俱樂部再度推介法國紅酒 — 梅洛 Merlot。佳節當前，與志同道合的友人、又或與交淺言深的三兩知己歡聚、暢飲，此乃一大享受。

法國的華菲爾 (Fiee Des Lois) 是以生產中檔次葡萄酒聞名，其本土銷售是全國第一。華菲爾 (Fiee Des Lois) 酒廠其中一個有代表性的系列 ~ “幸運鳥系列” (Amelie Latourelle)，其中的梅洛 (Merlot) 特別適合香港人的口味，酒體中性，散發著櫻桃及紅梅香外，更帶有香料的芳香。以鮮味為主的菜式最為配合，海鮮及雞肉較佳，飲用前無需開瓶醒酒。雖然價格相宜，但品質絕不比價格高昂的高檔次葡萄酒遜色。

上述紅酒每箱【12支】定價為港幣 720 元，5 箱或以上 9 折優惠。如有興趣購買的會員，請致電 2957 6455 與俱樂部職員聯絡。



貴賓廳房最低消費

凡會員預訂貴賓廳房

飛鵝山廳 (V1)、白沙灣廳 (V2)
下花山廳 (V3) 及大欖涌廳 (V4)
最低消費以**每房**計算。

柴灣廳 (V5)、桐梓廳 (V6) 及大潭廳 (V7)
最低消費以**每席**計算。

中午時段的最低消費為港幣 2,100 元
晚飯時段的最低消費為港幣 2,500 元

敬請各會員留意。

會員注意！

為保障會員的利益，避免會員證被人盜用，請會員在會員證背面的簽名欄內簽名。當會員享用俱樂部設施時，方便職員核對，故會員證必須附有簽名方為有效。



金陶軒

發財春茗

團年夜飯

財運亨通宴

\$7,680

金玉滿華堂 鴻運乳豬件全體
發財添好市 發財蠔豉瑤柱甫
玉帶顯富貴 西芹百合炒花帶子
黃金滾滾來 百花炸釀蟹拑
鴻圖大展翅 紅燒蟹肉翅
財運包萬有 花菇扣原隻鮑魚翡翠
年年有盈餘 清蒸老虎斑
金鳳迎新歲 金陶軒脆皮雞
五穀同豐收 生炒臘味糯米飯
幸福永連綿 上湯水餃生麵
合家慶團圓 紅豆沙湯丸
萬紫映千紅 合時果盤

年年有餘宴

\$6,380

金豬賀豐年 鴻運乳豬件全體
發財大好市 發財蠔豉大利
翡翠藏珍寶 翡翠玉環瑤柱甫
金枝滿玉葉 北菇扒豆苗
喜鳳大展翅 紅燒竹笙雞絲翅
財運日日有 碧綠海螺片鵝掌
年年有餘慶 清蒸大老虎斑
金鳳迎新歲 金陶軒脆皮雞
珠璣盈滿盆 福建炒飯
福澤綿綿長 鮑汁燜伊麵
合家慶團圓 紅豆沙湯丸
萬紫映千紅 合時果盤

花開富貴宴

\$4,680

鴻運滿華堂 鴻運燒味拼盆
發財大好市 發財蠔豉大利
花開好富貴 西蘭花蚌片蝦球
黃金堆滿屋 沙律海鮮卷
鴻運大展翅 紅燒鮑參肚翅
金錢灑滿地 竹笙鮮菰豆苗
年年有餘慶 清蒸大老虎斑
金鳳迎新歲 金陶軒脆皮雞
金稻豐收年 鳳梨海鮮炒飯
幸福永連綿 菜苗燜伊麵
合家慶團圓 紅豆沙湯丸
萬紫映千紅 合時果盤

每席 (12 位用) 每席包：茶芥、生力啤酒四罐、可口可樂汽水十罐。

* 此優惠菜單、生日八折咭不能使用 *

如有任何查詢或訂座，請致電 2730 8668