

北摂のカフェ
をめぐる旅



P30からの続き



いい一日のカフェ [12]

カフェラテ 620円
エスプレッソをミルクで割って。夏に飲みたい一杯。テイクアウトも可。また店内には旬の野菜や果物を使った無料のデトックスウォーターも。



Apsara Cafe [11]

果実酢の豆乳割り 530円
店内の厨房で丁寧に漬けた果実酢を豆乳で割ったヘルシードリンク。他ソーダ、紅茶(ともに490円)で割っても。疲労回復にもオススメの1杯。



LOHAS cafe [10]

LOHAS cafe
グリーンスムージー 400円
小松菜・リンゴ・バナナなどが入っていて、果物の栄養をまるごと味わえるスムージー。女性に嬉しい栄養素を手軽においしく摂取!



Organic Kitchen Anatelier [09]

右)自家製ジンジャエール 600円
左)豆乳とオーガニックハニーのスムージー 680円
旬の果物や野菜を使った手作りの冷たいドリンクが勢揃い。スムージーにはシアード入りで美容効果たっぷり。



cafe palette [16]

上)アイスカフェモカ 580円
下)カフェマキアート 580円
自慢のエスプレッソに、ほろ苦いチョコレートシロップとミルクを加えたカフェモカはちょっとした贅沢を楽しみたい人におすすめ。



タンネカフェ [15]

タンネ珈琲 400円
オリジナルのブレンドコーヒー。これまで多くの人に愛され続けたタンネ珈琲はスッキリとブレンドされている。ケーキとの相性もバッチリ。



CAFE OVEST Minoh [14]

アーモンドチョコフラッチェ 680円
夏にピッタリのフローズンコーヒー。シャリヤリとした食感を生かし、自慢のエスプレッソを使い、甘過ぎず飲みやすく仕上げた。



かや [13]

雪香 200ml 900円
バラ酒 イヴレス・ロゼ 900円
一宮酒造(島根県大田市)の女性社氏がつくる、やわらかなスパークリング日本酒の雪香と、酸味・甘味・薔薇の香りが程よく調和されたイヴレス・ロゼ。

LOHAS cafe

(ロハスカフェ)



身体に優しく、新鮮で安心安全なランチを堪能

毎日市場で仕入れた食材を使った多岐なおかずが並ぶランチプレートは日替り。肉or魚のメイン料理、具だくさんのスープやサラダ、玄米ご飯もセットになっていて、ヘルシーながらもボリューム満点!+200円でドリンクを、+400円でドリンクとデザートをつけることも可能。



本日のランチプレート 1,000円
玄米ご飯と丁寧に手作りされた数種類の日替わりのおかずがワンプレートに。もっちり玄米と具だくさんのスープも。



ナチュラルで温かみのある店内

Menu	
● ふんわりオムライス	800円
● チーズたっぷりドリア	800円

特典
「シティライフを見た」で
▶ 本日のランチプレートご注文の方
ミニスムージーサービス
(6月末まで)



摂津市千里丘1-13-23
営/モニング8時半~、ランチ11時半~
営業は16時まで 日祝定休

☎06-6155-6830 <http://lohascafe.citylife-new.com/>



Organic Kitchen Anatelier

(オーガニックキッチンアナトリエ)



栄養士が作るオーガニックランチ
リニューアル記念で読者特典有

能勢の契約農家などから届くオーガニック野菜を中心に丁寧に調理したお惣菜がなんと7品も。旬やその日の仕入れによって変わる色とりどりの小鉢は目でも楽しめる。ベビーカーOK、ベビーベット、子ども椅子も完備なので子連れママもぜひ。緑いっぱいの店内で癒しのひとときを。



カラダにやさしい7品のランチプレート 1,000円
7品のお野菜お惣菜の他、有機玄米のお味噌汁、雑穀ごはん、調味料もオーガニックなどこまごまで身体にやさしくおいしい。



上山手シフォンケーキ 680円。平飼い自然卵とてんさい糖使用、ベーキングパウダー不使用で安心。塩キャラメルと紅茶の自家製ソースを添えて。

Menu	
● ごろごろ温野菜のオムライス(食べる野菜スープ付)	1,000円
● 気まぐれランチ	1,000円
● 本日のタルト、ケーキなど	
● オーガニック自家製レモネード	580円

特典
「シティライフを見た」で
リニューアル記念 ランチ飲食された方
▶ ドリンク&プチデザート無料サービス。
(6月末まで)



吹田市上山手町63-15
メノンド・山手1F
営/11時~17時30分 (LO17時)
日曜定休
※1,000円以上飲食で近隣コインP1時間(200円)サービス
☎06-7174-4154

いい一日のカフェ

(いいいちにちのカフェ)



いい一日を過ごせるように。
空間から料理までこだわって

フィンランドのカフェからヒントを得たという、明るく開放的な同店は、この4月にオープン。いいカフェランチでは農家から直接仕入れるオーガニック野菜とメイン料理、雑穀米がバランスよくいただける。店内のデトックスウォーターは好きなだけ飲むことができる。4名以上の予約でミニスイーツプレゼントも。つい長居したくなる心地よさでおすすめ。



箕面市箕面6-4-17 箕面市営駅前駐車場1F
営/月~木 8時~22時、金・土・日・祝前日 8時~23時
※モニング8時~11時、ランチ11時~15時
年中無休
※2,000円以上ご飲食で
箕面駅前第一駐車場30分サービス
☎072-723-1133

いいカフェランチ(ドリンク付) 1,200円
時々のお野菜たっぷり。この日はあやめ雪コップ、スナップエンドウ、ベビーリーフなど。2週間でメイン料理は変更。

Menu	
● パスタランチ	1,100円
● カレーランチ	1,100円
※いずれもサラダ、ドリンク付き	
● いい一日のフルーツグラノーラのセット	680円
※モニングメニュー、ドリンク付き	

野菜とつぶつぶ Apsara Cafe

(アプサラカフェ)



旬の畑の恵みたっぷり
一汁三菜の健康定食を

農協の直販所から仕入れる地場の農家の新鮮野菜とプチプチの雑穀米のヘルシーな定食を味わると女性に評判。一番人気のアプサラ定食は日替わり。スパイスを炒ったりハーブをすりつぶすところから手作りのカレーもお勧め。アジアの雰囲気漂う店内は机も壁もスタッフの手作り。夏野菜たっぷりのランチで 心も身体も満たされて。



アプサラ定食 ランチ時 1,090円 / ディナー時 1,300円
※ディナーは食前酢+デザート付

夏野菜のきゅうり、ピーマン、かぼちゃなどを使ったメニューが登場!



パフェ(620円)
デザートも玄米や野菜・甜菜糖を使用した健康&美容にもうれしい手作りメニューがズラリ。

特典
この記事持参で
▶ セットドリンクプレゼント
※食事注文をした人のみ (6月末まで)



豊中市本町6-1-3 195ストリートビル1F
営/11時~21時(LO20時半)
水曜定休
☎06-6854-5188
<http://foodpia.geocities.jp/apsaracafetoyonaka/index.html>

Menu	
● シェフの気まぐれ丼	950円~
● キッズプレート	410円
● セットデザート	150円