



### 圧倒的コスパの充実プラン 平日はママ会、週末は家族でも

選り抜き素材を使ったイタリアンの美味しさはもちろん、ボリュームに驚きのランチママ会プランが大好評! クリームソースに渡り蟹の甘みとトマトの酸味が溶け込んだ原価度外視「渡り蟹のトマトクリーム pasta」や、メインのジューシーな肉料理などが並び、パンとソフトドリンクは食べ飲み放題!

ランチママ会プラン 読者限定1,480円  
生ハムのイタリアンサラダ/前菜5種/鶏もものロースト~ハニーマスタードソース~/渡り蟹のトマトクリームパスタ/デザート/ソフトドリンク8種飲み放題/パン食べ放題  
※内容は季節によって異なる

teja cucina (テジャクッチーナ)

豊中市少路1-10-27-1階  
営/ランチ11時半~15時 (LO14時半)  
ディナー17時半~23時 (LO22時)

☎06-4866-5977  
http://www.ysf1994.com



「シティライフを見た」と前日までの予約で  
ランチママ会プラン(ソフトドリンク飲み放題)  
特典 ..... 1,980円→**1,480円**  
※+1,000円でアルコール飲み放題に変更可  
(7月10日まで、他券併用不可)



### 大満足のスイーツ食べ放題 熱々パスタや限定メニューも

定番のショートケーキから季節のケーキ、ゼリーに和菓子までバリエーション豊かなスイーツ約30種類がずらり。さらにアツアツ自家製麺の生パスタやカレーなどの軽食が並び、ピザや昼限定クロワッサン、夜限定ロイヤルチキンと同店だけの味も!

プラス200円で「ハーゲンダッツ」や「イルジェラート」30種類も食べ放題!  
※写真はイメージ

#### スイーツパラダイス ファクトリー

吹田市千里万博公園2-1  
ららぽーとEXPOCITY 1F  
営/11時~22時 無休 駐車場4,100台  
☎06-4860-6453  
http://www.sweets-paradise.jp/



Menu  
11:00~17:00 大人・1,680円  
小人(4歳~小学生)..... 900円  
3歳以下..... 無料  
17:00~22:00 大人・1,880円  
小人(4歳~小学生)..... 980円  
3歳以下..... 無料  
※バイキング時間は平日終日90分、土日祝11:00~17:00 70分/17:00~22:00 80分



### デコケーキで人気を博す眞面の名店 ケーキ&ジェラートの2号店をOPEN

#### Heartful 彩都店 (ハートフル)

オリジナルのデコレーションケーキが評判の「Heartful」が眞面彩都に新しく2店舗目をOPEN。デコケーキに加えケーキ屋さんならではの日替わりジェラートの販売もスタートし、より一層パワーアップ。季節によって種類は変わっていき、この時季ならフルーツ系が断然オススメ。ケーキも豊富に取り揃えており、記念日やお祝いごとにはデコケーキをぜひ。王道の実力派が手掛ける見た目にも楽しいケーキはどれも喜ばれること間違いなし!

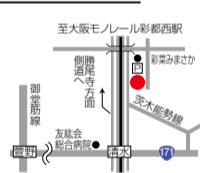


キャラクターだけでなく似顔絵ケーキもOK。お早目のご予約を!

Menu  
カットケーキ..... 300円~  
キャラデコケーキ3,450円~  
たまごロール..... 1,080円  
ジェラート..... 380円~

特典  
「シティライフ見た」で  
ジェラートのミニカップを  
プレゼント  
(6月末まで)

彩都店  
眞面市彩都栗生南1-16-26  
営/10時~18時  
月曜定休 Pあり  
☎072-727-3780  
https://www.sweet-heartful.jp/  
眞面 ハートフル で検索



季節のフルーツなど色とりどりのジェラートが揃う。定番ケーキや焼き菓子も充実! イートインも可。

西宿本店  
箕面市西宿3-16-1  
西宿ファミリーハイム1FA号  
営/10時~20時  
月曜定休(祝日の場合は営業) Pあり  
☎072-727-0810

Go round the good gourmet

## グルメの街で見つけた絶品メニュー 北摂のおすすめ グルメ

北摂の美味しいグルメ店を紹介します。  
お気に入りのお店を見つけてください。



### 大阪府中央卸売市場仲買直営 4年目を迎える銀蔵の特選お造り定食

「絶対に満足させます」「ご飯は必ずおかわりしてください!」と今度はおかわり推奨令を宣言した銀蔵。4年目の船出にふさわしい仲買社長が絶対の自信を覗かせるなんと豪快なお造り定食が登場。やっぱり仲買直営ならではの、「お値段以上」の満足度に胃袋を掴まれること間違いなし! 月曜日の営業もスタート、ランチも10時開店と勢いの止まらない銀蔵に今後も注目!

特選お造り定食  
数十種類の新鮮な魚を盛り合わせた大満足なお造り定食。

特典  
6月限定価格  
特選お造り定食  
..... 1,800円→**1,500円**  
(6月末まで)

銀蔵 (ギンゾウ)  
箕面市小野原東5-2-1  
営/昼 10時~15時(LO14時半)  
不定休 Pあり  
夜月~金 18時~21時半(LO21時)  
土・祝日前 17時~22時(LO21時半)  
日祝 17時~21時半(LO21時)



From CityLife

## 6/11(日) 限定! スリランカ名誉総領事が教えてくれる 本場スリランカ料理教室

[主催] シティライフ

カレーEXPOでおなじみ、スリランカ名誉総領事館の名誉総領事直々に伝授してくれる、スリランカ料理教室を開催します。  
本場のスリランカ料理はヘルシーで美味しい! スパイスの使い方から紅茶の作り方で丁寧に教えてくれます。奥深いスリランカの食文化に触れてみてください。

【料理教室の内容】  
カレー(チキン、マッルンの二種)と一緒に作ります。作った料理で食事会。そのあと本場のセイロン紅茶の茶葉の選び方、作り方、飲み方を教わり、紅茶を飲みながらスリランカの文化について紹介します。\*スパイス等の販売も用意します。

【講師】  
在大使スリランカ名誉総領事  
D. W. アルツガマゲ氏  
長野県ではスリランカ料理店も経営。

【日時】6月11日(日)  
10時半~14時頃

【場所】口ハスカフェ  
(摂津市千里丘1-13-23)

【参加費】3,500円  
(食事、紅茶代込み)

【参加申込】下記のメールアドレスにて、件名にスリランカ料理教室参加とご記入、本文に氏名と電話番号をご記入いただき送信をお願いします。  
curry@citylife-new.com  
※限定30名(申込多数の場合は先着順)

From CityLife

## 夢に一步近づくチャンス! [主催] シティライフ

### カフェ開業&体験セミナー in LOHAS café

「今すぐにでもカフェをオープンしたい!」「いつかカフェをやりたい!」という方へ、カフェ開業セミナーを行います。カフェ開業というあなたの「夢」が「実現」できる、シティライフがお手伝いします!

**COURSE 1 1DAY スタッフ体験**  
カフェ勤務が初めての方向けの体験。「LOHAScafe」でカフェスタッフとして1日働き、実際にお客からオーダー受けや厨房で料理の盛り付けなどを行います。  
5,400円

**COURSE 2 「いつかは」カフェ開業コース**  
今すぐではなく「いつかは」カフェを開業する意思がある方向けの講座。各方面のプロから格安で直接学べます。資金調達や接客マナーなど、専門的な知識を習得できます。開業後はシティライフもサポートを行います。  
全5回 108,000円(各回ランチ付き)

**COURSE 3 「1年以内」カフェ開業コース**  
カフェを開業する意思が強く、できるだけ早く開きたいという方向けの講座。知識や人脈がなくても、安心して開業へ進めるよう、仕入れルートや集客をサポート。開業前後はシティライフもサポートを行います。  
全6回 162,000円(各回ランチ付き)

**ロハスカフェでお店体験**  
さらに... 体験やセミナーで自信がついた方にもおすすめ  
「LOHAS cafe」で自分のお店を開くことができます!  
●可能日 日曜・祝日  
●料金 8~21時 21,600円  
※ランチのみ、ディナーのみの場合はご相談ください。

**まずは説明会にご参加ください**  
カフェ開業&体験セミナー 説明会  
●日程7月4日(火)or8日(土) 各日14時~17時  
①1DAYスタッフ体験..... 14時~14時半  
②「いつかは」カフェ開業コース..... 15時~15時45分  
③「1年以内」カフェ開業コース..... 16時~16時45分  
※日程が合わない方はご連絡ください  
●対象 カフェ開業を真剣にお考えの方  
●参加費 無料  
●定員 各回5名程度  
●開催場所 LOHAS cafe (摂津市千里丘1-13-23) ※JR千里駅より徒歩5分近くにコインパーキングあり

**Teacher**  
【講師紹介】  
木村美季 (オフィスわんさか代表)  
飲食店総合サポートコンサルタント(メニュー開発、資金調達、カフェ教育など専門講師の講座も開講する)  
飲食店経営15年の元女将。開業のサポート業として起業後、創作和食、カフェ、中華、おむすび屋など数々の開業サポートに携わる。

【申込・問】  
シティライフ  
TEL06-6338-0640  
(カフェ開業セミナー担当)