



季節野菜天ぷらイクラ丼セット(1,980円)と春のシラス丼セット(1,680円)

## 大阪府中央卸売市場仲買直営 3月は「春セットで景気と運氣アップ」

「春が来た。イメージしてください、少し肌寒いですが春の海風は心地いいですよ。3月は毎朝漁港に行っています。」ということで、3月は春漁の始まるシラスを使用した「春のシラス丼セット(お造り付)」と「季節の野菜、淡路産穴子の天ぷらイクラ丼セット(手巻き海苔付)」。店長曰く「一緒に景気・運氣を上げていきましょう」とのこと。



蟹職人だった古川店長オスマー品。「うまい!」店内茹で本スワイ片身1,380円。

Menu	
淡路産穴子の天ぷら	580円→480円
淡路産太刀魚の天ぷら(増量中)	480円
あご落とし明太子	398円/天ぷら 450円
トラフグ刺し、アラ唐揚げ	980円/W1,880円
大阪名物ガッチョの唐揚げ	380円
お持ち帰り北海道産いくら	3,980円
新作! 銀蔵鯉めし	1,980円(予約OK)
新物! イカナゴのくぎ煮	入荷次第販売

**銀蔵 (ギンゾウ)**  
 営/昼 10時(箕面駅前店は11時)~15時(L014時半)  
 平日夜 18時~21時半(L021時) 日祝夜 17時~21時半(L021時)  
 土・祝日前夜 17時~22時(L021時半)

**【小野原本店】** 箕面市小野原東5-2-1 Pあり  
**【箕面駅前店】(予約可)** 箕面市箕面6-4-24サンクスみのお105 Pなし(近隣に有料Pあり)

☎080-1400-3527 ☎080-3846-7899



## 彩り鮮やかな野菜寿司が 春の訪れを告げてくれる

店名通りの、野菜尽くしでヘルシーなランチが評判の同店。これまで年2回の特別商品で予約完売必至だったベジフル手まり寿司が、リーズナブルなセットメニューとして登場。「え? マグロ!?」と見間違えそうな赤パプリカやこんにゃく旨煮、小松菜のめはり寿司風など、どのネタも目からウロコの楽しさ。果実酢で仕込む玄米の酢飯など細部にまでこだわっており、ヘルシー度も頼もしい。



↑ベジフル手まり寿司9貫にお惣菜3種、汁物が付く。(※写真はイメージです。)

←栄養バランスがしっかり計算され、淡黄色野菜に緑黄色野菜、根菜、海藻類など多品目の野菜を摂れるバランスセット。

デザートはすべて手作り! → 野菜のシフォンのほか、卵・乳・白砂糖不使用のパウンドも。

Menu		特典	
月替わりバランスセット	各1,320円(税別)	「シティライフを見た!」とお食事の方、全メニュー	10%オフ
日替わりパスタセット			(3月末まで)
菜譜キーマカレーセット			
neneサラダセット			

**菜園レストラン&ベーカリー nene <ネネ>**  
 豊中市新千里東町1-4-3  
 営/11時~17時30分 (ランチL014時30分)  
 月曜定休(※祝日の場合火曜)  
 ☎06-6155-1241  
<https://ship-hf.co.jp/nene-senri/>



## 好みのスイーツを食べ尽くそう 熱々パスタや限定メニューも好評

15周年を迎えたスイパラが創業当時の価格1,000円で営業中! 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多彩なスイーツ約30種類がずらりと並ぶ。アツアツの自家製生パスタやカレーなども人気!

Menu		特典	
大人(中学生以上、50分)	1,000円	この記事持参で大人ドリンク	パー付ご利用の方は、
大人(ドリンクパー付、70分)	1,204円	ハーゲンダッツ・イルジェラート	食べ放題サービス
小人(4歳~小学生、ドリンクパー付)	797円		(3月末まで)
3歳以下、無料			
※全て税別			

**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(L021:30) 無休  
 P4,100台  
 ☎06-4860-6453

# 弁当・オードブル 宅配専門店

法要や慶事からちょっとした集まりまで、さまざまなシーンでご利用いただける近江牛などを中心にお肉にこだわったお弁当やおオードブルをご家庭や職場までお届けします。

※お弁当のご注文は合計10,000円以上から承ります。配送料はかかりません。

おもてなし肉料理  
**中乃屋**  
 吹田市山田東1-9-1  
 受付/平日10時~18時  
 TEL 06-6170-5114  
 FAX 06-6170-5140  
 詳細はこちらへ  
 中乃屋 弁当 で検索

黒毛和牛のヘルステーキ膳 2,200円(税別)

「春の集いやお祝いに」  
 春のにぎわい弁当 1,800円(税別)

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



## 定食690円~の天ぷら専門店 季節限定「山の春定食」が登場

カウンター越しに揚がった順番で天ぷらを提供してくれる天ぷら定食専門店。おすすめはサワラ、金目鯛、菜の花などがついた「山の春定食(写真左、1,100円)」.+100円で追加できる「そば」も人気で、吹田グリーンプレイス店では、定食に小そばを追加するか、ご飯の代わりに大そばにするかを選ぶ。箕面本店では小そば10時~15時まで、大そば平日15時以降の提供。

Menu		特典	
野菜定食(季節の野菜7種)	690円	この記事持参で箕面本店のみ	特製蒸しプリンをサービス
海老定食(海老・キス・イカ・野菜3種)	730円		(平日のみ、数量限定、箕面本店のみ、3月末まで)
山定食(海老・キス・イカ・豚ロース・野菜3種)	930円		
穴子定食(穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種)	950円		

**天ぷらの山** <http://yama-yama.com/>

**【箕面本店】**  
 箕面市船場東3-9-2-1F  
 営/10時~21時(L020時半頃)  
 全62席(カウンター38席、テーブル4席)  
 店舗前専用駐車場全11台 不定休  
 ☎072-730-2290

**【吹田グリーンプレイス店】**  
 吹田市片山町2-3-3  
 営/11時~21時(L020時半頃)  
 全45席(カウンター21席、テーブル4席)  
 施設内駐車場有 不定休  
 ☎06-6389-1190



## ロコミ&リピーター殺到 今、魚好き大注目の魚食処

じわじわとロコミが広がり、業界で話題の一豊。毎日大阪中央卸市場から直送&独自ルートで様々な種類の魚を仕入れている。イチオシは宮城県のブランド魚として有名な、金華さばを使った「金華さば(半身)定食」。700g超えの大型さばは、上質な脂が乗って美味しい!「えび天5本定食」はオープン当初からの人気メニュー。天然えびをこのボリュームでリーズナブルに食べられるのは同店ならではの、コースメニューもあるので歓送迎会にもぜひ!



[上]えび天5本定食(天然えびの天ぷら、厳選小鉢三種、ごはん、お椀、香の物) [下]金華さば(半身)定食(金華さばの焼き、厳選小鉢三種、ごはん、お椀、香の物)

鯛出汁スープで炊きこんだ「鯛釜めし」のせ(980円)。生米から炊き上げて時間がかかるので早めの注文を。

Menu	
金華さば(半身)定食	1,300円
えび天5本定食(昼限定)	1,000円
昼のみ定食(他8種)	1,000円
季節の旬魚コース(前菜3品、季節の一品、お造り5種、焼物又は煮物、茶碗蒸し、揚げ物、お食事、デザート)	3,200円
※全て税別	

**魚食処 一豊**  
 <かずとよ> 服部緑地公園店  
 吹田市春日1丁目1-1 TATSUMI緑地公園101  
 営/昼11時~15時(L014時45分)  
 夜17時~22時(L021時45分)  
 月曜定休(月曜が祝日の場合翌火曜休)  
 駐車場3台あり  
 ☎06-4798-5113  
<http://ichi-ho.co.jp>

## 季節限定メニュー 三田屋 春のお祝いコース

春風薫る季節に、旬の桜鯛を前菜に仕立てた特別コースをご用意致しました。デザートには、いちごとクリームチーズ、粒あんを最中で挟んだ食感をお楽しみください。

**春のお祝いコース**  
 [ランチ] 3,000円(税別)~  
 [ディナー] 4,700円(税別)~

ハムのオードブル/春の前菜(桜鯛の昆布ダマとおおいが、甘エビの桜の泡醤油添え)/季節のサラダ/ビーフコンソメスープ/黒豆/ステーキ/ごはん/梅干/春のデザート(いちごとクリームチーズの最中大福)/コーヒー又は紅茶

**ステーキ 三田屋本店** [www.sandaya.com/](http://www.sandaya.com/)  
 営/11時半~22時(L021時)

【平日限定】ハンバーグランチコース 2,000円(税別)  
 ※ランチタイム(11時半~16時)  
 ※箕面小野原店、豊中店のみのメニューです

豊中 豊中市西泉丘3-8-12 P有 服部緑地北側 ☎06-6867-6780

箕面小野原 箕面市小野原東3-9-35 P有 ☎072-728-7878