



**薬膳**  
**お野菜のミニ蒸籠付き 巡り膳 1,300円**  
 7月は「とうもろこしのお粥」。胃腸が弱りやすい夏は消化器系に優しいとうもろこしのお粥をぜひ。

**カラダを巡る優しい薬膳旬の野菜と漢方で元気に**

7月は彩り鮮やかな旬の夏野菜と「巡り」の作用がある食材で、むくみや消化器系を整えるお粥ランチを用意。日々忙しく過ごす方を気遣ったオーナーお手製のお膳を食べて、胃腸に優しく元気に過ごそう。

- Menu**
- 巡り膳 .....1,300円
  - いろは膳 .....1,100円
  - 基本の膳 .....970円

**特典**  
 ● 巡り膳薬膳おやつセットが...1,670円→**1,600円**(7月末まで)

爽涼ほろにが漢方ゼリー熱中症対策にピッタリな季節限定おやつ。

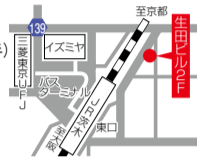


月4回ほど店舗でセミナー、ワークショップを開催。詳細、予約はHPにて。

**巡りごはんいろは**

茨木駅前1-3-9 2F  
 営/ランチ11時~15時(L014時)  
 おやつタイム14時~16時(L015時半)  
 ディナーは木・金(要予約)  
 不定休

☎072-648-5950  
<http://iroha-michi.com/>



**牛肉のロースト&三元豚の香草パン粉焼 ~2種のソースで(平日限定)1,500円→1,250円**

シティライフ読者限定のプレートランチ。牛肉は赤ワイン、三元豚はトマトのソースで。牛スジのグラタン、苜とさつま芋のサラダ、ご飯orパン、本日のポタージュ、コーヒーor紅茶又はミニソフトクリーム付(7/1~7/31まで)

焼肉ランチ人気の賑わいランチ。和牛カルビ・赤身ロース・ホルモンのトマトだれなどの厳選肉が堪能できるメニュー。

**お得にちょっぴり贅沢 読者限定ランチに注目**

上質な厳選肉に加え、洋食出身の料理長が腕を振るう洋テイストの美食を堪能できるオシャレな焼肉店。今なら読者限定でちょっぴり豪華なプレートランチほか、焼肉ランチが特別価格!ランチ



はサラダ・ご飯・パンお替り自由。この機会にぜひ!



**特典**

- この記事持参で下記焼肉ランチが特別価格に。
- お値打ちランチ .....1,450円→**1,300円**
  - 彩りランチ .....1,850円→**1,600円**
  - 賑わいランチ .....2,500円→**2,200円**(7/1~8/31まで)※焼肉ランチは土日祝も対応

**和幸亭 茨木店**

(ワコウテイ)  
 茨木市双葉町7-20  
 営/ランチ11時半~15時(L014時半)  
 ディナー17時~23時(L022時半)  
 ☎072-635-7500



# ランチ!

家族やママ友と、おいしい時間を過ごすランチスポットをご紹介! バリエティに富んだラインナップの中から、あなたのお気に入りを見つけてください。



**ワンプレートランチ 1,100円**

本日のエビ料理と鶏の香味ソースがけは甘みと辛みが絶妙なバランスで箸が止まらなくなる本格中華。

**大人気の本格中華ワンプレート 中華を食べて暑さと戦う**

エビと鶏の2つの本格中華を楽しめるとあって女性やビジネスマンに大人気なのが、ワンプレートランチ。人気のエビ料理は日替わりのため、来店してからのお楽しみ。今年誕生した「DXランチプレート」は同店自慢の麻婆豆腐も一緒に味わえるボリュームセット。中華で暑さを乗り越えよう。

- Menu**
- 日替わりランチ .....900円
  - ワンプレートランチ .....1,100円
  - DXワンプレートランチ...1,580円

**特典**  
 「シティライフを見た」で食事利用の方  
**ごま団子1個サービス**  
 (7月末まで)



**いろどり中華 たけ**

茨木市西駅前町4-35 2F  
 営/11時~14時半(L014時)  
 18時~23時(L022時)  
 ※日曜は17時~21時半(L021時)  
 水曜定休  
 ☎072-665-9979



エビマヨ、サラダ、若鶏の香味ソースがけ、ごはん、スープ、ドリンク



同店の麻婆豆腐は4種類。奥深い味でごはんが進む。



**ウナギのひつまぶし御膳 3,000円→2,500円**

ふっくら香ばしいウナギのひつまぶしや新鮮食材の天ぷらなど大満足な内容の御膳。特典利用で食後のコーヒー・デザート付に。

**彩りも美しい京の味わいランチで気軽に堪能して**

和の趣あふれる京町屋で本格派の「京の味」を気軽に楽しめると評判の同店。好評の予約ランチ御膳は、ウナギのひつまぶしをはじめ、見た目も華やかな口取りプレートなど、伝統的な調理法で仕上げる豪華な全7品。くつろぎの空間は、ママ友会にも人気!

- 特典**  
 「シティライフを見た」と前日までの予約で  
 ●【ランチ限定】ウナギのひつまぶし御膳 .....3,000円→**2,500円**  
 【口取りプレート/ウナギのひつまぶし(出汁・薬味付)/海老と夏野菜の天ぷら/茶碗蒸し/香の物】  
 ●さらに**食後のコーヒー、デザートをサービス!**  
 (7月末まで)

**京ごはんとろばたやき 京月 高槻店 (きょうげつ)**

高槻市紺屋町7-8  
 営/11時半~14時半(L014時)  
 17時~23時(L022時半)  
 日曜日は22時まで(L021時半)  
 ☎072-685-2929



4~50名まで対応可能な個室もあり。慶弔時向け会席も予算に合わせて相談可。

**リゾートランチ**



**ブルメリアランチ(スペアリブ)1,500円**  
 迫力のあるスペアリブをメインにスープとバゲット(orライス)のついたシェフ押しメニュー。満足すること間違いなし。

**1周年記念 迫力の新メニュー続々誕生 カフェでゆっくりリゾート気分を**

JR高槻駅前の隠れ家的リゾートの同店が1周年を記念にメニューをリニューアル。大人気のスペアリブは迫力を増して生まれ変わった。そのほかにも女性に嬉しいメニューやリゾート感漂うメニューが充実。リゾート気分ですっきり過ごしてみよう。

- Menu**
- ランチ...850~1,500円
  - ディナーコース...3,000円~ ※価格はすべて税別

**特典**  
 「シティライフを見た」でランチ・ディナー利用の方  
**カップソフトクリームサービス**  
 (7月末まで)

**隠れ家カフェダイニング プルメリアリゾート**

高槻市芥川町1-7-25  
 営/ランチ11時半~15時  
 カフェタイム14時~17時  
 ディナー18時~22時  
 月曜定休  
 24時間WEB予約▶  
 ☎072-681-0969



夏限定のタピオカジュース(500円) take out OK!!



バリ島直輸入のアジアン家具が揃っている。テラス席は店外からの視線を気にせずゆっくりできる。

**ランチコースB(全7品) 2,700円**

前菜3種/ブレッド&サラダバー/チーズ薫るポロネーゼ/彩り野菜ソースで食べるローストビーフ/アフタヌーンデザート/食後のドリンク ※要予約

**アフタヌーンティー付 優雅なランチコース**

ゆったりした空間でリッチ感ある料理が楽しめる同店。登場以来人気のフォトジェニックなアフタヌーンティーセット付きのランチコース。名物ローストビーフに焼きたてパン&新鮮サラダバー、食後のコーヒー付きで何とも優雅。女子会やママ友会にもピッタリ!



家族連れや女子会利用も多いビアガーデンが絶賛開催中!専用コースは飲み放題付で4,000円。要予約、利用は2名様~。



**イタリア料理**

- Menu**
- ランチコースA(要予約).....2,200円
  - 前菜3種/ブレッド&サラダバー/チーズ薫るポロネーゼ/彩り野菜ソースで食べるローストビーフ/食後のドリンク

**特典**  
 この記事持参で、お会計から**10%OFF**(コースの場合は要予約) ※上限5,000円、他券との併用不可(8月末まで)

**GARDEN TERRACE LION**

立命館いばらきフューチャープラザ店 (ガーデンテラスライオン)

茨木市岩倉町2-150  
 立命館いばらきフューチャープラザ1階  
 営/11時半~15時、17時~22時  
 ※提携駐車場あり 禁煙  
 ☎072-645-5590

