



今回のおススメは「たっぷり造り七種定食」と「天ぷら七種定食」

旨い魚を食べたいと思ったら地元常連客にも人気の一豊。毎日大阪中央卸市場直送で色々な種類の魚が味わえる。お造りだけでお腹いっぱいになりたい!という人に「たっぷり造り七種定食」、天ぷらをふんだんに味わいたい人は「天ぷら七種定食」がおススメ。どちらもお値打ち七種類のネタの大満足定食だ。昼のみ数量限定で白米を十六穀米に変えられるのも嬉しい(先着順)。単品メニューも充実で米粉で作ったベジタブルソースが特徴の「自家製クリームコロッケ」はコクがあるのにあっさりしていて子どもから大人まで大好評の一品。

上:たっぷり造り七種定食【お造り7種盛合せ、小鉢2種、ごはん(昼のみ十六穀米or白米)、味噌汁、香の物】左下:天ぷら七種定食【天ぷら7種、小鉢3種、ごはん、味噌汁、香の物】右下:ずわい蟹クリームコロッケ(1個380円)、えびクリームコロッケ(1個280円)

- Menu**
- たっぷり造り七種定食 1,800円
 - 天ぷら七種定食 1,500円
 - 昼のみ定食(全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 ※詳しくはホームページにて

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 禁煙(店外に灰皿)

☎06-4798-5113
http://ichi-ho.co.jp



(上)月替わりのカツオのたたき定食(1200円)。7/6(土)からスタート。食欲が落ちる夏にこそぜひ。



(左)KENTOヘルシーセット(1200円)。ごはんは白米と雑穀米が選べる。

- Menu**
- かるしおカツオのたたき定食(7/6から) 1,200円
 - KENTOヘルシーセット 1,200円
 - 本日のパスタセット 850円
 - 女子会コース(全6品、要事前予約) 2,980円

特典

この記事を見て予約の方
● **おススメ野菜ジュース1本プレゼント**
(一人1本、7/15(月)まで、他券併用不可)

夏にぴったり、食欲そそるかるしお「カツオのたたき定食」が7/6(土)から新登場

北摂では珍しい、国立循環器病研究センター認定の健康メニュー「かるしお定食」が食べられる同店。低カロリー&減塩なのに、ボリュームもしっかりあると大好評!7月のはかるしお「カツオのたたき定食」が新登場。サラダ仕立てで野菜がたくさん食べられ、さっぱりしたポン酢で食欲がすすむ。蒸し茄子やおからサラダなど体に嬉しい小鉢も付いて、1食600kcal以下、塩分2g以下。カフェタイムはコーヒーお替り自由なのでゆっくりくつろげる。

ヘルシーフィールド

キッチンKENTO<ケント>

吹田市岸部新町5-45
VIERRA岸辺健都2F
営/11時~21時(予約は14時以降)
不定休 P施設駐車場あり 禁煙
(当店利用で2時間無料サービスあり)

☎06-6310-1649
https://healthyfieldkitchen-kento.com



鰻のひつまぶし風わっぱ飯。まずはそのまま、だし汁をかけて2度楽しめる。



人気ナンバーワンのランチプレートはドリンク込で980円。甘み、サン、柔らかさが絶妙な四元豚のサイコロステーキも夏限定で登場!

夏限定、鰻のわっぱ飯 3世代、ママ友との集いに気軽に集える和食処

昼はお得なランチメニュー、夜は居酒屋メニューも豊富な気軽な和食処。掘りごたつの個室や半個室のテーブル席が充実し、子連れでも気兼ねなくゆったり過ごせる。夏時期は脂がのった鰻のひつまぶし風わっぱ飯が登場、美味しい鰻でスタミナをつけよう。小学生以下は100円でソフトドリンク飲み放題なのも嬉しい。

- Menu**
- <限定10食> 週替わりプレートランチ 980円
 - 鰻のひつまぶし風わっぱ飯 1,080円
 - 当日飲み放題 1,500円

特典

この記事持参で
● <昼のみ>980円以上のご膳 **100円OFF**
※1グループ全員OK/セット除く/他券併用不可
● <夜のみ>お会計より **10%OFF**
※割引上限1,000円/他券併用不可
※全て税別表記 (7月未まで)

ごちそう村 豊中上野田

豊中市上野田4-29-3
営/ランチ11時半~15時(L014時半)
ディナー17時~23時(L022時半)
金土祝前日は~23時半(L023時)

☎06-6155-4147



大阪府中央卸売市場仲買直営 今年の真夏は「海鮮ランチなら銀蔵でしょ」

元気に体力をつけてもらいたいという思いから、7月の食材のテーマは昨年登場したスタミナが付くといわれる「ながもん(長物)」、鰻(うなぎ)、鱧(はも)、タコ、穴子、太刀魚(たちうお)の魚たちに決定!「鰻の仕入れを担当する山田専務がまたもや鰻を仕入れ過ぎたため価格も値上げ無しで行きます!」とのことだ。さらに銀蔵初の鰻重弁当の販売も始めるそう。レンジ対応だから自宅でも楽しめる。さらに7月は土用の丑の日を控え、鰻の店頭販売も開始!



(上) 左下から反時計回り 鰻井W定食1,800円(通常1,200円)+600円でWに変更)、鰻定食1,580円、定食セットのみそ汁やご飯、刺身など、単品メニューの鰻白焼き、たこの唐揚げ。

(左) 鰻重弁当1,200円の販売も開始。レンジ対応。

- Menu**
- 肉厚旨い鰻 880円
 - 天然鰻湯引き、天ぷら 680円
 - 鰻白焼き1尾 3,000円、ハーフ 1,580円
 - 淡路島穴子天ぷら 580円
 - 淡路島太刀魚天ぷら 480円
- 7/13(土)、14(日)、15(月)、26(金)、27(土)、28(日)は鰻の店頭販売
※27日のみ炭焼き鰻(2,800円)販売(予約OK)
● 五郎鰻 1,800円
● 特大国産鰻 1,980円

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 禁煙
【箕面駅前店】(予約可) 箕面市箕面6-4-24サンクスのお105 Pなし(近隣に有料Pあり) 禁煙

☎080-1400-3527 ☎080-3846-7899



焼きたてピザとフォカッチャのテイクアウト専門店がOPEN

有機のトマトソース、豚肉と塩だけでつくったドイツ産ベーコン、減農薬野菜など安全で美味しい食材を使用したフォカッチャとピザの持ち帰り専門店。おすすめはジャガイモを練りこんだフォカッチャ生地で焼き上げた「フォカッチャピザ」。モチモチの食感で公園などへのお出かけや土産にもぜひ。一番人気の「4種のチーズと林檎フォカッチャピザ」は必食の逸品!



(上) フォカッチャは8種類以上を用意。季節限定メニューも見逃さない。(左) フォカッチャの生地で作った「有機トマトソースのマルゲリータ」(580円)。

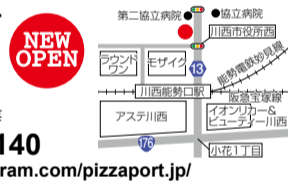
- Menu**
- プレーンフォカッチャ 180円
 - アップルシナモンのフォカッチャ 280円
 - パインコナツツのフォカッチャ 380円
 - ドイツ産ベーコンとトマトのフォカッチャ 380円
 - 南イタリア産ポテトのフォカッチャピザ 580円
 - 4種のチーズと林檎のフォカッチャピザ 780円
 - ピザ 各種680円~
- ※すべて税別

PIZZA PORT

<ピザポート>

川西市栄町1-1
営/10時~21時
日曜定休 ※祝日は営業

☎072-757-3140
https://www.instagram.com/pizzaport.jp/



一つ一つが最高傑作 素材をいかした こだわりパン

最高級的小麦粉は、フランス産・カナダ産・北海道産、北海道産全粒粉など、パンの種類によって変えている。マーガリンは一切使わず、北海道よつ葉バターのみを使用。そんなこだわりが詰まった同店の一番人気は山食。ごまかしの効かないシンプルなものだから、素材本来の美味しさが伝わる。よつ葉の生クリームを使ったふわふわの食感なので、最初は手でちぎって食べてほしい。その他、季節の食材をいかした新作パンも続々登場!中央市場から届く新鮮な食材、厳選の塩で作る惣菜系や見た目も美しいスイーツ系もおすすめ。



早日は午前中で売り切れてしまう山食。オープン以来人気No.1の商品。

カマンベール・ルージュ/ハーフ:フランス産小麦粉を使った生地に赤ワインを練りこみ、カマンベールチーズにはちみつとブラックペッパーをトッピングした大人な美味しさ。



モダンな雰囲気店内。80種類以上のパンがズラリ。

- Menu**
- NIJUGO山食 450円
 - カマンベール・ルージュ 320円(ハーフ/160円)
 - 北海道産全粒粉リュスティック 250円(プチリュスティック/160円)
 - ミルクケット 230円
- 全て税別

NIJUGO(ニジュゴ)

吹田市千里山東2-28-2
営/10時半~19時
日・月定休

☎06-6388-0058
Instagram: @nijugo_25



登録2秒!ポイントカードいらずのお得なレシートクーポン発行中。
500円で1ポイント、
20ポイント集めて**500円割引**
※詳しくはスタッフまで

From CityLife

新店情報募集

※掲載基準があります。詳しくはお問合せください。

北摂・神戸阪神間で新しく「お店をOPENする」という店に朗報です!情報紙City Lifeが運営するwebサイト「CityLife News」に無料で情報をご掲載させていただきます。掲載ご希望の方はCity Life編集部までご連絡ください。

[お問合せ先] 06-6338-0640 [メール] info@citylife-new.com