



**松茸など、秋の旬を味わう
本格京料理のランチ限定御膳**

趣あふれる京町屋で、ちょっぴり優雅に“京の味”を楽しんでみてはいかが? オススメのランチ御膳は、松茸香る土瓶蒸しに加え、お造りや季節感あふれる天ぶらの盛り合わせなどが、ボリュームも十分。本格京料理で秋の味覚を堪能してみたい。

京ごはんはとろはたやき

京月 高槻店 (きょうげつ)

高槻市紺屋町7-8
 営/11時~14時半(L.O14時)
 17時~23時(L.O22時半)
 日曜は22時まで(L.O21時半)
 ランチタイム禁煙

☎072-685-2929



特典

「シティライフを見た」と前日までの予約で
 ●松茸の土瓶蒸しと秋の旬菜御膳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)/
 海老と夏野菜の天ぶら/茶碗蒸し/香の物】※ランチ限定
 ●さらに**食後のコーヒー、デザート**をサービス!
 (10月末まで)



大阪府中央卸売市場 仲買直営

リニューアル後も「海鮮ランチなら銀蔵でしょ」

新米の炊きたてご飯に焼き立ての旨い秋刀魚の定食「旬の北海道産秋刀魚定食」(1,380円)が登場。さらに「旬の秋刀魚とイクラちゃんセット」(1,780円)も。10/5(土)6(日)の2日間はリニューアルオープン第一弾「銀蔵祭り」開催。定食lunch1,000円~!小野原店本店は改装工事の為、9/27~10/4まで休業。※10/5~営業。

(上)サンマは焼き、刺身、天ぶら、フライから2種選べる。ご飯、味噌汁、小鉢もセットに。

Menu

今月のおすすめ一品
 ●新物秋刀魚お造り、天ぶら、フライ、塩焼き各480円
 ●旨いイクラ(salmonキャビア)小鉢...680円 イクラ丼...1,380円
 「リニューアルオープン祭り」第一弾は5(土)6(日)の2日間、第二弾は19(土)20(日)の2日間、第三弾は26(土)小野原本店限定
 篠田鮮魚バイヤーによる鮮魚激安販売を開催!

銀蔵 (ギンゾウ)

営/昼10時(箕面駅前店は11時)~15時(L.O14時半)
 平日夜 18時~21時半(L.O21時)日祝夜 17時~21時半(L.O21時)
 土・祝日前夜 17時~22時(L.O21時半)

【小野原本店】 【箕面駅前店】(予約可)
 箕面市小野原東5-2-1 箕面市箕面6-4-24サンクスのみ105
 Pあり 禁煙 Pなし(近隣に有料Pあり) 禁煙
 ☎080-1400-3527 ☎080-3846-7899



おいしく食べて健康に

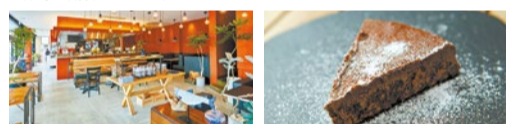
「タニタカフェ」

監修のコラボカフェ



人気だったニノバル・ウオッシュ・カフェが、タニタカフェとのコラボレーションカフェとしてリニューアルオープン! タニタの管理栄養士と共同開発したこだわりのメニューがずらりと揃う。和食以外にもパスタやピッツァも充実。薬膳ではないけれど、食べ慣れている日常食にちょっとイものを入れた“おいしく食べて健康になれる”食事をぜひ楽しんで!

1日に必要とされる1/3量(5.7g)の食物繊維が摂れるVEGE PLATE。丸の内タニタ食堂減塩みそで仕上げた「長いき味噌汁」は、ダイエットや美肌などの効果も期待できるそう。



明るくナチュラルな店内でゆったり。デザートもカロリー控えめなので気兼ねなく食べられる!

Menu

●タニタカフェ共同開発 VEGE PLATE1,290円(税別)
 ●パスタ&ライスボウルプレート1,190円~(税別)
 ●ナポリピッツァ850円~(税別)
 ●タニタカフェ共同開発 1/2日分の野菜(175g)ボウル...890円(税別)
 ●タニタカフェグリーンカムージー700円(税別)

特典

この記事持参で、(10月末まで)
 ●**タニタカフェ*デザート3種から1つプレゼント**

食堂カフェpotto×タニタカフェ

吹田紫金山公園店
 吹田市岸部北4丁目15-2
 営/11時~22時(L.O 21時半)
 店内50席、テラス12席
 無料P15台あり

☎06-6155-4910

Instagram:
 @potto_tanitacafe.shikinzan



グルメの街で 見つけた 絶品Menu /
 Go round the Good Gourmet
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
 お気に入りのお店を見つけてください



最高級国産ふぐを堪能できる人気コース

「秋のふぐ祭り」10月から始まる

熊本県天草産の最高級とらふぐをこの値段で味わえるのは、高槻の老舗専門店「ふぐ義」だけ。いけすで泳いでいる秋ふぐを注文ごとにさばくから抜群の鮮度と歯ごたえを楽しめる。ゆずが香る自家製ポン酢で味わうてっさは格別!6名からプラス2,000円ですつけることができる飲み放題や宴会向きの個室もあり、様々なシーンで利用できる。

1番人気 ふぐ義コース2人前

香ばしいひれの香りに食が進む

特典

●活てっちりコース(てっちり、てっさ、湯びき、煮ごこり、雑炊)4,580円→**3,980円**
 ●人気二代目 ふぐ義コース 5,980円→**4,980円**
 (てっちり、てっさ、湯びき、煮ごこり、唐揚げ、雑炊)
 ●ふぐしゃぶコース(要予約) 7,980円→**6,980円**
 (てっちり、てっさ、湯びき、煮ごこり、唐揚げ、ふぐしゃぶ、皮しゃぶ、雑炊、デザート)
 ※特典併用不可、価格は1名様で税別(10月1日~10月末まで)

高槻活ふぐ料理専門店

二代目 ふぐ義

高槻市高槻町11-21
 営/17~23時(入店21時まで)
 月曜定休(祝日の場合は営業)

☎072-681-9515



月替わり秋の収穫祭ランチ

税抜2,000円~(※平日ランチ限定/前日までの要予約)
 食欲の秋、旬の食材を使った特別メニューが新登場!定番のステーキ、特製ハムはそのままだ、遊び心をプラスした前菜はここでしか味わえないメニュー。新しい三田屋をお楽しみください。



三田屋ハムサラダ・アールグレイとかぼちゃのムース(レモンとマスカルポーネのソース)・ビーフコンソメスープ・ステーキ・ご飯・梅干し・季節のデザート・コーヒー又は紅茶

ステーキ 三田屋本店 www.sandaya.com/ 営/11時半~22時(L.O21時)

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



CityLife Gourmet

フォトコンテスト

インスタに投稿して景品GET!

最新号に掲載のお店で撮影しよう

step 1 フォローする
 @citylife_gourmet
 シティライフ公式
 インスタグラム
 アカウントフォローはこちら!

step 2 撮影する
 最新号に掲載のあるお店の料理写真ならOK!

step 3 投稿する
 「#シティライフグルメ」
 「#撮影店舗名」
 指定の2つのハッシュタグをつけて投稿する!

フォトコンテストに参加していただいた方の中から毎月3名様に特別招待券をプレゼント!!
 お問い合わせ詳しくは特設ページへ

北摂の「おいしい」が見つかるグルメサイト

「北摂グルメ」がリニューアルしました。
CityLife GOURMET



「北摂グルメ(シティライフグルメ -CityLife GOURMET-)」は、地域情報紙シティライフがわざわざ行きたくなるお店を紹介!

http://citylife-new.com/gourmet/
 各店の詳しい情報はQRコードからチェック!