



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。



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! 明るくナチュラルな店内でゆったり。コインランドリー併設型なのも便利。

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!

Menu

- タニタカフェ®共同開発 VEGE PLATE..... 1,290円(税別)
- パスタ&ライスポウルプレート.....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)ポウル.....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
大阪府吹田市岸部北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



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

美味しくて楽しいスイパラが創業当時の価格1,000円(税別)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種類がずらりと並び。アツアツの自家製生パスタやカレーなども人気!

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(L.O21:30) 無休
P4,100台 禁煙

☎ 06-4860-6453

あの「ハーゲンダッツ」とイタリアンジェラート協会認定の「イルジェラト」30種類が特典で食べ放題に!!



- ### Menu
- 大人(中学生以上、50分)..... 1,000円
 - 大人(ドリンクバー付、70分)..... 1,200円
 - 小人(4歳~小学生、ドリンクバー付)..... 790円
 - 3歳以下...無料
 - ※全て税別
- ### 特典
- この記事持参で大人ドリンクバー付ご利用の方は、ハーゲンダッツ・イルジェラート **食べ放題サービス** (10月末まで)

グルメの街で 見つけた 絶品Menu / 北摂のおすすめグルメ



秋にぴったりの新メニューが登場 素材を活かしたさつまいもケーキ

お芋好きにはたまらない、秋にもってこいの新メニュー「さつまいもケーキ」。米粉ベースの生地、さつまいもをたっぷり使用しているので、素材本来の甘みを味わえる。その他にも、ミックスサンドやパスタ、テイクアウト商品のレモンケーキなど人気のメニューがたくさん!

ケーキの上にはカラメルソースがかかり、プリンのような優しい味わい。

- ### Menu
- さつまいもケーキセット..... 1,000円
 - レモンケーキ..... 160円
 - お代わりブレンドコーヒー..... 200円

特典

「シティライフを見た」で
セットメニューが**5%OFF**
(10月末まで)

Bor Cafe (ボルカフェ)

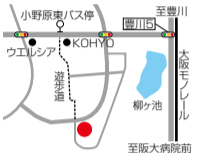
箕面市小野原東6-29-1
営/9時~17時、日曜定休
Pあり

☎072-768-8881

Instagram@borcafe



種類豊富な手作りクッキー1つ100円~も手土産におすすめ。



ALOHA CAFE Pineapple 北千里店

1周年記念

ALOHA CAFE Pineappleは10月3日で1周年を迎えます。
ささやかではありますが、
10月1日より先着で200組様にドリップパックをプレゼントいたします。
メニューもグレードアップした新メニューでお待ちしております!

ドリップ
コーヒーパック
2個プレゼント!!

(先着200組様)

dios北千里
1番館

(左)グリルチキンバーガー、(上)パイナップル、マンゴー、バナナの南国パンケーキ、(下)ダブルライススパイスカレー

自家製トマトソースの
ナポリタン

10/1 1周年記念 コーヒーの日 SALE!!

セール期間10月1日(火)~10月7日(月) コーヒー豆全品20%OFF
(コーヒー豆、ドリップパック、オレベース、リキッドコーヒー)

会場:北摂焙煎所本店/ cafe matin 北摂焙煎所 みのおキューズモール店

北摂焙煎所
箕面市船場東1-2-20 ウォールマンビル3F
営/8時~19時、第3水曜定休、P7台(カード式)
072-726-2266 http://matin-coffee.com

北摂焙煎所
スタッフ募集中! 詳細はお気軽にお問合せください。

10/1まで、1名計で1枚5名まで
店内飲食10%OFF

趣向を凝らした料理に遊び心を 手ごろな価格で本格和食が味わえる

“肩肘張らずに和食が愉しめる”と評判の同店。「あれもこれも足していくような着飾る料理はしたくない」という店主の想いから、一つ一つ意味のあるひと手間工夫を施したコース料理が魅力。そんな本格的な和食をリーズナブルに提供するのが、ランチメニューの「いろいろ遊膳」だ。14品と品数豊富で、その一品ずつの味から人気グルメブロガーに“北摂NO.1ランチ”と言われるほど。厳選の酒や単品メニューも充実。ランチも予約がベターだ。

旬の食材を使い見た目も美しく、店主の丁寧な仕事がかかえる「かなで会席」。

三軒又
大塚公園GS
大塚高校
市役所
大塚駅

Menu

[ランチ]
●いろいろ遊膳..... 1,500円
●ミニ会席..... 2,200円
[ディナーコース]
●なごみ会席...3,800円(前日までの予約で3,500円)
●かなで会席...5,800円(前日までの予約で5,500円)
●わかな会席..... 7,500円(3日前までに要予約)
※全て税別 ※おせちの予約受付中

わかな~和奏~

豊中市北桜塚3-8-26-101
営/11時半~14時、17時~23時
水曜定休、他不定休あり
周辺駐車場有

☎06-6858-6888

「いろいろ遊膳」はプラス300円でドリンクと手作りデザートが付けられる。

MY LIFE'S Good Season

50歳から愉しむ時間

50代からが人生の“グッドシーズン”。さあ輝く毎日を始めましょう。

旬の美味が並ぶ 大人の隠れ家で贅沢を

品格漂う雰囲気の中、上質感あふれる忘年会を楽しめる音羽山荘。都心近郊にありながら箕面国定公園内という自然豊かなロケーションが魅力。とらふぐのてっちりやかに味噌の茶碗蒸しなど、旬の新鮮素材を楽しめる料理の数々で、今年はワンランク上の優雅な年忘れはいかが。

特典 「シティライフを見た」でお食事の方に
お土産プレゼント
(2月末まで)

冬の味覚会席料理(飲み放題付6名~)
.....11,000円(税込)
※2019年12月1日~2020年2月29日、仕入れ状況により内容が一部変更の場合あり、8,800円~その他プランあり

明治の森 箕面 音羽山荘
(メイジノモリミノ オトワサンゾウ)

箕面市箕面公園1-3
箕面駅から徒歩8分 Pなし
営/11時半~22時
※前日17時までの予約制 火曜定休
※15名様以上で箕面駅までのバス送迎あり

☎072-721-3005

音羽山荘 で検索

ココが スバラシイ

ノスタルジックな 大人の隠れ家

大正期築の歴史ある邸宅を改築した空間は古き良き時代を今に伝えている。