



### 今年オープンしたばかりの自然派カフェ旬野菜を使ったランチが大好評

地元茨木の新鮮な折々の素材が味わえる。看板メニューの「satonoごはん」は季節替わりのおかずと里山の米を使ったおにぎりなどが入りボリュームも満点。お持ち帰りメニューもおススメ!



- Menu
- satonoごはん ..... 1,080円~  
(季節の素材により、価格は異なります)
  - 季節で味が変わるキーマカレー(サラダ付き) 900円
  - デザート+ドリンクset ..... +450円
  - 【テイクアウトのMENU】
  - おにぎり ..... 120円~
  - ランチボックス ..... 580円~
  - ドリンク類 ..... 400円~

#### 季節のごはんカフェ

**satono** (サトノ)  
茨木市新中条町1番30号1F  
営/11時~18時(L.O17時)  
※ご飯類L.O16時  
Pあり(500円以上で120分無料)  
☎072-627-8222



Good taste "今"食べたい

# 北摂グルメGUIDE

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

Good time



### ランチメニューリニューアルハンバーグメニューがさらに充実

ハンバーグが人気の「モビーディック」プロデュースのキッチンファームが12/1からランチメニューをリニューアルする。一番人気の黒毛和牛とさつまいも豚を使ったハンバーグランチに目玉焼きやチェダーチーズなどのトッピング付きが登場!カットステーキランチやパスタランチも揃う。全てのランチメニューに米粉パン、スープ、サラダバーが付いている。



- Menu
- ハンバーグランチ(全6種) ..... 1,320円~
  - カットステーキランチ(全2種) ..... 1,480円~
  - ゆであげパスタランチ(全5種) ..... 1,270円
  - ※価格は全て税別
- 特典  
オーダー時に「シティライフを見た」で  
● 食後のデザートプレゼント(ランチタイムのみ)  
(12月1日~12月20日まで)

#### グリル&バル Kitchen Farm

キッチンファーム  
茨木市双葉町3-27  
コヒメウイーター2F  
営/11時~15時(ランチ)  
17時~23時 L.O.22時(バル)  
☎072-652-5777



### こだわりのパニーニとコーヒー 駅前の隠れ家カフェでゆっくり

アロマショップHooが7周年のタイミングでカフェに生まれ変わった。高槻では珍しいパニーニは季節によって中身が変わるのでいついっても楽しめる。一杯一杯注がれるエスプレッソコーヒーは、独自ブレンドで酸味が少なく、コクがあるので飲みやすい。アロマ用品の販売も引き続きやっている。JR高槻駅からすぐの隠れ家カフェで買い物帰りやママ友会でゆっくりしては。

- Menu
- パニーニ ..... 680円
  - ワッフル ..... 580円
  - ハンドドリップコーヒー ..... 430円
  - エスプレッソ ..... 350円
- 特典  
「シティライフを見た」で  
● Hoo特製のミニ卓上カレンダープレゼント  
(12月未まで)

#### アロマ&カフェ Hoo

高槻市芥川町2-1-7  
営/10時~17時半  
(L.O17時)  
全・日曜定休 提携駐車場有り  
☎072-668-6511



人気グルメブログ プーさんの満腹日記の 旨いもんを喰らう!!

このコーナーは、美味しい店を知り尽くすグルメブロガー「プーさん」からの、おすすめグルメ情報を紹介していきます。ブログもチェックしてみてください。

vol.65 季節のにぎり10貫 お汁・茶碗蒸し付き

JR摂津富田駅前のジョイフル富田ビル1階にお寿司屋さんがオープンしたよって教えてもらったので、早速行ってきました。店内はカウンター7席だけの小さなお店です。まずは「茶碗蒸し」を。ちょっと硬めでしっかりした感じです。ではでは一口!ウルトラメチャ旨い!ではでは「季節のにぎり10貫」。ではでは一口!ウルトラメチャ旨い!ネタが大きくてシャリが小さめで、ネタとシャリのバランスが絶妙ですね。最後は玉赤で。これで2,170円は、大満足のディナーですね。まずは、お店に行ってお得なセットメニューを食べてみてくださいね。

取材協力 鮭ひびき

高槻市大畑町3-9 ジョイフル富田ビル1F  
営/ランチ11時半~14時(L.O.13時半)  
ディナー17時半~23時半(L.O.23時)  
水曜定休※ランチは月~土のみ  
☎090-9879-8646

ランチメニュー  
● 8貫+みそ汁 ..... 1,000円  
● 10貫+みそ汁 ..... 1,500円  
● 海鮮丼+みそ汁 ..... 1,500円

特典  
「シティライフを見た」で  
お会計から  
10%OFF!  
※ディナー限定  
(12月未まで)

CityLife Gourmet フォトコンテスト

3ステップで今すぐ応募

- step 1 フォローする @citylife\_gourmet
- step 2 CityLife掲載店の飲食物を撮影する
- step 3 投稿する #ハッシュタグ

フォトコンテストに参加して **ラーメンEXPO** (P.29~31参照) のチケットをゲットしよう!!

総額 5,000円相当

今月のシティライフ賞

- 入賞 @flamingo.2818 #cachecache チーズティ 美味しいチーズティ!ようやく飲みに行きた!
- 入賞 @kana\_ue #cachecache チーズとワイン 珍しいチーズたくさん飲んで嬉しかったー!

歳末感謝セール 第1弾12/5(木)~第2弾12/12(木)~第3弾12/19(木)~

洋食のいろは 榎本鮮魚店 おたふく  
新屋青果店 つづみ屋 ジュエリーアール  
八百伊食品 北岡園 新鮮野菜店  
くだもの 梨井 餅屋 衣きき専科  
ひらい果実店 ライフキッチン 衣きき専科

安心・新鮮・便利 センター街中央  
☎072-685-1755  
営/あさ10時~よる7時まで 毎水曜は定休

Food Net Mart 毎日 フードネットマート 安い!

高槻店 高槻市大蔵町3-14-4 ☎072-698-4130  
茨木店 茨木市元町8-1 ☎072-665-4567  
豊池店 豊中市豊池町2-4-17 ☎06-6843-0589  
桜の町店 豊中市桜の町3-5-8 ☎06-6151-2224  
山下店 川西市見野2-24-11 ☎072-795-1552  
石橋店 池田市豊島北2-4-6 ☎072-761-7777  
片山町サンザリア店 吹田市片山町3-32-3 ☎06-6380-6405

編集後記

CLポイントはより便利にご利用いただけるようバージョンアップをしました。それに伴い加盟店のシステムも刷新していただきました。幅広い世代の方に来場いただき、少しでも環境についての情報が広まれば良いなという思いと、自分の生活スタイルを考え直す良い機会となりました。出来る事から少しずつやっていこうと思います。(たろう)

11月16、17日に開催された「いばらき環境フェア」の担当をさせていただきました。幅広い世代の方に来場いただき、少しでも環境についての情報が広まれば良いなという思いと、自分の生活スタイルを考え直す良い機会となりました。出来る事から少しずつやっていこうと思います。(たろう)

12月号では、牛乳について取材させていただきます。普段から飲んでいる牛乳の種類や買い方を見直すようになりました。楽においしい牛乳が飲めることを知り、普段飲んでいる牛乳から変えて、子ども達も良く飲むようになり、買い物も楽になりました。他にも生活を楽にできることがないか探してみようと思います。(ぼんた)

12月といえば毎年恒例のラーメンEXPO(P.29~31)! 全国から選りすぐりのラーメンが一室に集まります。そして北摂も国内有数のラーメン激戦区。様々なジャンルのお店が集まる中、編集部おすすめの一杯を今月号ご紹介(P.28)。冷えた体に染み渡るアツアツのラーメン...最高です!(わっちゃん)