



大阪府中央卸売市場 仲買直営 「海鮮ランチなら銀蔵でしょ」

「海鮮ランチなら銀蔵でしょ」定食は価格に負けないくらいボリュームで、お腹がすいている人でも大満足!「幸せははみ出るくらいがちょうどいい」という社長の言葉からお膳に乗らないくらいの品数で、まるでコース料理のようなラインナップ。月ごとにシリーズが登場するから何度でも楽しめる。



(上)「海鮮ランチなら銀蔵でしょ」定食(1,980円)。本日のお造り、選べる煮付けか焼き魚、天ぷら、太刀魚南蛮漬、あごおとし、明太子、アラ汁、ご飯、フルーツ。(左)お持ち帰り用の揚げ物も販売開始300円～500円。

／Menu
毎月第4土曜日は「卸市(オロイチ)」開催
※祝日の場合は金曜開催、2月は2/22(土)に開催
100円均一あり、総菜、鮮魚の激安販売やイベントなど

銀蔵 (ギンゾウ)
箕面市小野原東5-2-1
営/昼 10時～15時(L014時半)
平日夜 18時～21時半、日祝夜 17時～21時半(ともにL021時)
土・祝日前夜 17時～22時(L021時半) Pあり 禁煙
☎080-1400-3527



バレンタインにぴったり 動画映え必至の限定チョコケーキ

SNS映え必至の「バレンタインチョコレートケーキ」が限定登場!周りのフィルムを外すと、たっぷりのホイップクリームが溶け出し、思わず動画に収めたい。また、ギフトにぴったりの「バレンタインチョコ」もおすすめ!



「バレンタインチョコ」は2/14までの期間限定!

／Menu
●バレンタインチョコレートケーキ
… セット1,000円(単品600円)
●バイクドチーズケーキ
… セット1,000円(単品600円)
●トーストサンドセット … 800円～
●自家製ミートソースパスタ … 1,200円(ドリンク付き)
●サンドイッチセット … 1,100円～(ドリンク付き)

Bor Cafe (ボルカフェ)
箕面市小野原東6-29-1
営/9時～17時(L0.16時半)
日曜定休 Pあり
☎072-768-8881
Instagram@borcafe



冬季限定「牡蠣のわっぱ飯」と 芯から温まる「アジアン鍋」

和食を中心に季節や流行に合わせて、旬の素材を活かした創作料理が豊富に揃う。同店。邑久牡蠣と牛しぐれのわっぱ飯はふっくらな牡蠣と、牛しぐれの旨味が絶妙にマッチした冬季限定メニュー。またこの季節にピッタリな「アジアン鍋フェスタ」も好評開催中!「四川麻辣火鍋」や「トムヤム餃子鍋」など、ピリ辛お鍋に身も心も温まる。店内には広々としたテーブル席や座敷、掘りごたつ個室も完備。冬にしか味わえない逸品を、仲間とゆっくり堪能しよう。

蒸し立ての美味しさをぜひ!季節のわっぱ飯ご膳1,250円



(左)台湾もつ鍋(1,080円)は白味噌仕立て、醤油仕立て、チゲ仕立ての3種類から選べる。(右)食後のデザートにおすすめ。鹿児島県産帝法皮菓のモンブランパフェ(550円)

／Menu
●<限定10食>週替わりプレートランチ 980円
●<限定15食>おすすめ膳 … 1,350円
●四川麻辣火鍋 … 880円
●当日飲み放題 … 1,500円

ごちそう村 豊中上新田店
豊中市上新田4-29-3
営/ランチ11時半～15時(L014時半)
ディナー月～金、祝前日18時～22時半(L022時)
土日祝日17時～22時半(L022時)
金土祝前日は～23時半(L023時) P有り
※2/12(水)はディナーのみ休業
☎06-6155-4147



無料

ママのためのファイナンシャルセミナー

知って得するお金の話

お金の勉強会と美味しいランチが無料で楽しめるスペシャル企画

5分で完了?
住宅ローン
簡単削減方法

女性ライフプランに
お金の悩みは付きもの…

目からウロコ!
子供の教育費を
賢く貯める方法

こんな話を
させていただきます!

学校では教えてくれないお金の話…
でも生活にお金の知識は欠かせません!

簡単!
誰でもすぐできる!
生活費削減方法

年金問題どうする?
本当に必要な老後資金と
準備の仕方

お金が働く?
預金を上手に
活用する方法

これらの悩みに
ファイナンシャルプランナーが
わかりやすくお伝えします。

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ます
お気に入りのお店を見つけてください

Good time



好みのスイーツを食べ尽くそう パスタや限定メニューも大好評

美味しく楽しいスイパラが創業当時の価格1,000円(税別)で営業中!定番ケーキから季節のスイーツが並ぶほか、熱々の自家製生パスタやカレーなども大人気!!



特典でハーゲンダッツとイタリアンジェラート協会認定の「イルジェラート」が食べ放題に!!

／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

スイーツパラダイス

吹田市千里万博公園2-1
ららぽーとEXPOCITY 1F
営/11時～22時(L021時半)
無休 P4,100台 禁煙
☎06-4860-6453
https://www.sweets-paradise.jp



／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**(2月未まで)

LOHAS café

カラダとココロにやさしく
おいしい時間をお届けします

LOHAS café特製 巻き寿司
1本400円(予約限定30本)2月3日(月)のみ販売

今年2月3日(月)の節分に、「LOHAScafé特製 巻き寿司」をご用意!すべて国産の材料を使ったこだわりの巻き寿司は30本の予約限定販売。2020年の恵方「西南西」を向き、無病息災を願いながらご賞味を。大阪府中央卸売市場で仕入れた国産野菜をたっぷり使った「日替わりプレートランチ」は、日替わりのおかずやもちもちの京丹後産玄米、お味噌汁もセットに。栄養満点で体に優しいランチも味わってみて。

日替わりプレートランチ
1,000円
※毎日メニューが替わります

LOHAScaféのLINE@ができました

「友だち追加→QRコード」で読み取り

LOHAS café (ロハスカフェ) 山田第2小支店

摂津市千里丘1-13-23
営/モーニング8時半～、
ランチ11時半～、営業は16時まで
日祝定休
☎06-6155-6830
JR千里丘駅 徒歩5分

各日先着 **20**名様

[開催日時]
2月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)
10:00～12:30 [受付開始 9:45～]

[開催場所]
LOHAS cafe [ロハスカフェ]
摂津市千里丘1-13-23
(JR千里丘駅西口より徒歩約3分)

特別ランチ

- ・本日のプレートランチ
- ・ドリンク(コーヒーor紅茶)
- ・デザート

[参加費]
無料

[対象年齢]
20歳～60歳まで

※30分以上の遅刻の場合、ご参加いただけませんので予めご了承ください
※途中退席、ランチのみのご参加はご遠慮ください
※お子様同伴の場合、お子様の食事は別途がかかります
※定員に達した時点で締切とさせていただきます

▶セミナー参加申し込みはこちら下記URLの応募フォームよりお申し込みください。
https://pro.form-mailer.jp/fms/d18ff9b7176734

[申込期限] 開催前日の15時まで [問合せ] 06-6338-0640(シティライフNEW)
※お客さまよりお預かりした個人情報は適切に管理し、セミナー受付時にのみ利用させていただきます。
また、セミナー講師及びシティライフNEWを除く第三者に個人情報の開示はいたしません。