



### 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!

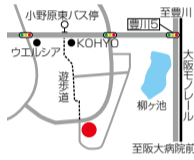


「バレンタインチョコ」は2/14までの期間限定!

／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)

／特典  
「シティライフを見た」でセットメニューが5%OFF (2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(L0.16時半)  
日曜定休 Pあり  
☎072-768-8881  
Instagram@borcafe



### 冬季限定「牡蠣のわっば飯」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、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ば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!季節のわっば飯ご膳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。鹿児島県産帝産皮栗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

／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(2月末まで)

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



### 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

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

今年は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。

**LOHAS café** (ロハスカフェ)  
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

LOHAScaféのLINE@ができました

「友だち追加→QRコード」で読み取り



**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** 全てランチ付

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!

年金問題どうする? 本当に必要な老後資金と準備の仕方

これ本当に必要? 生命保険の裏話

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

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。

お金が働く? 預金を上手に活用する方法

[開催日時] 各日先着 **20**名様  
**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)

[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

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

▶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、セミナー講師及び株式会社シティライフNEWを除く第三者に個人情報の開示はいたしません。