

# 1月24日(金)の給食

1015 kcal

## 献立

献立	材料
ロコモコ風丼	米 牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 絹ごし豆腐 生パン粉 牛乳 ナツメグ 塩・こしょう キャベツ 卵 濃口しょうゆ 砂糖・みりん 水・片栗粉



切り干しツナ ぼんサラダ	花切り大根 人参 きゅうり ツナ ポン酢
焼きポテト	ポテト マジックソルト 粉チーズ ケチャップ
オレンジかん	オレンジジュース 寒天 砂糖 水 みかん
コンソメスープ	白菜 コーン パセリ コンソメスープ 塩・粒こしょう

## ロコモコ丼のこと

・ロコモコは、白飯の上にはamburger・ステーキなどをのせてソースをかけたハワイ料理のひとつである。  
・日本では「ロコモコ丼」と呼ぶこともあります。

### ～ロコモコの起源～

ロコモコのルーツは明らかになっていませんが、ハワイ大学のジェームズ・ハリ教授によれば、1949年にリンカーン・グリルという小さなレストランを営んでいたナソー・イノウエ氏が、発案されたことになっています。

### ～近年のロコモコ～

近年はテリヤキチキンなどのハンバーグ以外の具材を用い、それに合わせたソースなどのアレンジを加えたものもある。こうしたバリエーションをもつ新しい店では、レタスなどの生野菜が追加されることもある。

のっけるだけで簡単!!

人気のロコモコ丼!!

