

にんじゃ ひきゅうしょく
『忍者の日給食』の

はなし

※この資料に音声は
入っていません。



がっ にち
2月22日は

『にん(2)にん(2)にん(2)』で

にんじゃ ひ
忍者の日 です。

い が いがりゅうにんじゃ さと ゆうめい
伊賀は、伊賀流忍者の里で有名です。

きょう にんじゃ
今日は「忍者」に

こんだて
ちなんだ献立です!



しょうかい
紹介します!

にんじゃくろまい

忍者黒米ごはん

いろ くろ た もの ひと げんき こうか
色の黒い食べ物は、人を元気にする効果があると

いわれていて、^{にんじゃ}忍者も^{くろまい}黒米や^{くろまめ}黒豆を^た食べていたそう
です。

きゅうしょく
給食では、^{い が まい}伊賀米コシヒカリと^{い が さんくろまい}伊賀産黒米をブレ

^たンドし、炊きます。

にんじゃくろまい
忍者黒米ごはん

くろまい
黒米



た まえ
炊く前



た
炊きあがり



くろまい ごめ
黒米は、もち米です。もちもちでおいしいですよ!

うずらがくれの^{とり}鶏つくね

「うずらがくれの^{じゅつ}術」とは、うずらのようにうつぶせに
^{まる}丸まってかくれる^{じゅつ}術です。うずら^{たまご}卵を^た食べると「う
^{じゅつ}ずらがくれの術」がうまくなるといわれていました。

^{きゅうしょく}給食では、うずら^{たまご}卵を^{とり}鶏つくねに
かくし、オーブンで^や焼き^あ上げます。



とり
うずらがくれの鶏つくね

つく
ようす
作っている様子



木の葉がくれのみそ汁

「木の葉がくれの術」とは、忍者が木の葉や落ち葉

などで、身をかくす術です。

給食では、小松菜や白菜、わかめを

木の葉に見立てたみそ汁を作ります。



こはしる 木の葉がくれのみそ汁

うん しゅりけん かたち
運がよければ、手裏剣の形をしたにんじんが

はい
入っています。



あじ
味わっていただきますしょう。



おわり