



わくわくだより



【たまきな幼稚園】TEL 0968-72-5810 <http://tamakina.ed.jp> 文責 たまきな幼稚園 近藤明枝

たまきな幼稚園は、子どもが元気に育つため「毎日の食事」はとても大切だと考えています。子どもたちが「わくわく」「楽しく」ごはんを食べ、のびのび成長しますように！

朝は「気楽に」 ごはんのみそ汁

朝はパンより「ごはん」を食べましょう。

パンには砂糖と油が含まれており、
ものによっては添加物もたっぷり。
常食（＝毎日食べる）は好ましくありません。

朝から料理せず、前日の残りでOK！！
「ごはんのみそ汁」を
食べましょう。

おうちで、お子さんと
作ってくださいね♪

～包丁いらす！5分で作る、みそ汁～

- ① お鍋に水を入れ、
切干大根とお麩を入れる。
- ② 火をつけて、沸騰したら
乾燥ワカメとかつお節を入れる。
- ③ 火を止めて、味噌を溶かす。
できあがり！



給食食材の取引先その⑤

「やまいち」

「子どもたちに本物のお出汁を味わってほしい」

との想いで、たまきな幼稚園にも、
素材にこだわった「昆布」や「削り節」を
届けてくださっています。

おだし教室も開催。

「出汁の文化」を継承して日本の食生活を守り、
医療に頼らない健康で心豊かな未来に
していきたいと、がんばっておられます。



たまきなの給食は、お出汁のきいた、おみそ汁

たっぷりの昆布や削り節で
お出汁をとっています。
出し殻で佃煮を作ること！

園のインスタで、毎日の
給食の写真を見れますよ♪

