



# だし



「だし」とは、煮干しやかつお節などに含まれるうま味成分を水の中で加熱して引き出した汁のことです。だしのうま味は、和食の基本となります。

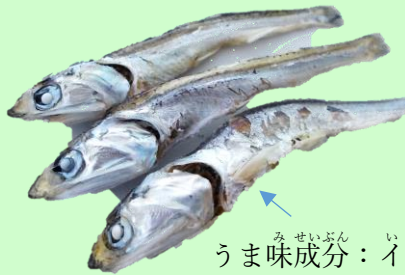
## だしの種類によってうま味成分が違います

こんぶ



うま味成分：グルタミン酸

煮干し



うま味成分：イノシン酸

かつお節



## 給食には、だしのうま味を生かした汁ものがたくさん出ます



臭だくさんみそ汁



わかめのみそ汁



とんじる豚汁



かきたま汁



さわに椀



キムチ汁



給食センターでは、おいしい汁ものを作るために、ゆっくり煮出して、だしをとっています。