

No.	日本語	読み	品詞	レベル	翻訳
1	調理器具・調理方法	ちょうりきぐ・ちょうりほうほう			ဟင်းချက်ကိရိယာ၊ ဟင်းချက်နည်း
2	電子レンジ	でんし-レンジ	名	N3	မိုက်ခရိုဝေ့
3	温める	あたためる	動	N3	နွေးသည်
4	加熱〈する〉	かねつく〈する〉	名/動	N2	အပူပေးသည်
5	チンする		動	–	မိုက်ခရိုဝေ့ဖြင့်နွေးသည်
6	炊飯器	すいはんき	名	N3	ထမင်းပေါင်းအိုး
7	ご飯	ごはん	名	N5	ထမင်း
8	炊く	たく	動	N2	ထမင်းချက်သည်
9	なべ		名	N3	ဒယ်အိုး
10	ゆでる		動	N2	ပြုတ်သည်
11	煮る	にる	動	N2	ချက်သည်
12	煮込む	にこむ	動	–	အချိန်ကြာကြာချက်သည်
13	蒸す	むす	動	N2	ပေါင်းသည်
14	フライパン		名	N3	အကြော်ဒယ်အိုး
15	焼く	やく	動	N4	ကင်သည်
16	炒める	いためる	動	N2	(ဟင်းသီးဟင်းရွက်စသည်တို့ကို)ကြော်သည်
17	揚げる	あげる	動	N3	(ဆီများများဖြင့်ကြက်စသည်တို့ကို)ကြော်သည်
18	ガスコンロ		名	–	ဂတ်စ်မီးဖို
19	オーブン		名	N3	မုန့်ဖုတ်စက်
20	まな板	まないた	名	N3	စဉ်းတီတုံး
21	包丁	ぼうちょう	名	N3	အသားလှီးဓား
22	切る	きる	動	N5	လှီးဖြတ်သည်၊ ညှပ်သည်
23	皮	かわ	名	N3	အခွံ
24	むく		動	N2	အခွံခွါသည်
25	みじん切り	みじん-ぎり	名	–	နတ်နတ်စင်းသည်
26	乱切り	らん-ぎり	名	–	မညီမညာလှီးသည်
27	千切り	せん-ぎり	名	–	အမျှင်၊ အချောင်းပုံစံလှီးသည်
28	輪切り	わ-ぎり	名	–	အဝိုင်းပုံစံလှီးသည်
29	ピーラー		名	–	အခွံနှာသည့်ကိရိယာ
30	計量カップ	けいりょう-カップ	名	–	ပမာဏချိန်တူယ်သည့်ခွက်
31	計量スプーン	けいりょう-スプーン	名	–	ပမာဏချိန်တူယ်သည့်ဇွန်း
32	量る	はかる	動	N2	ချိန်တူယ်သည်
33	調味料・味	ちょうみりょう・あじ	–	–	ဟင်းခတ်အရသာပစ္စည်း၊ အရသာ
34	しょうばい		い形	N3	ငန့်သော

35	辛い	からい	い形	N4	စပ်သော
36	すっぱい		い形	N3	ချဉ်သော
37	甘い	あまい	い形	N4	ချိုသော
38	塩	しお	名	N5	ဆား
39	タバスコ		名	–	TABASCOတံဆိပ်အချဉ်ရည်
40	酢	す	名	N3	ရှာလကာရည်
41	砂糖	さとう	名	N5	သကြား
42	みりん		名	–	ဟင်းချက်ရာတွင်အသုံးပြုသည့်ဆန်အရက်
43	しょうゆ		名	N4	ပဲငံပြာရည်
44	みそ		名	N4	ဂျပန်ပဲငပိအနှစ်
45	酒	さけ	名	N3	အရက်
46	だし(汁)	だし(-じる)	名	–	ဟင်းခတ်မှုန့်(ဟင်းရည်)
47	コショウ		名	N4	ငရုပ်ကောင်း
48	ソース		名	N4	ဆော့စ်
49	ケチャップ		名	N4	ခရမ်းချဉ်သီးဆော့စ်
50	マヨネーズ		名	N4	မရောနိစ်
51	入れる	いれる	動	N4	ထည့်သည်
52	加える	くわえる	動	N2	ထပ်ပေါင်းထည့်သည်
53	混ぜる	まぜる	動	N3	ရောနှောသည်
54	かける		動	N2	မီးဖိုပေါ်တင်သည်
55	下線に入ることばを変えてみよう				မျဉ်းတားထားသောနေရာတွင်ထည့်ရမည့်စကား
56	肉	にく	名	N5	အသား
57	ジャガイモ		名	N4	အာလူး
58	キュウリ		名	N4	သခွားသီး
59	ニンジン		名	N4	မုန်လာဥနီ
60	リンゴ		名	N4	ပန်းသီး
61	キャベツ		名	N4	ဂေါ်ဖီထုပ်
62	玉ネギ	たまネギ	名	N4	ကြက်သွန်နီ
63	さらに表現を広げよう				ပိုပြီးအသုံးနှုန်းကိုကျယ်ပြန့်အောင်လုပ်ရအောင်
64	火加減	ひ-かげん	名	–	မီးပြင်းအား
65	とろ火	とろ-び	名	–	မီးပြင်းအားအလွန်နည်းနည်း
66	弱火	よわ-び	名	–	မီးပြင်းအားနည်းနည်း
67	中火	ちゅう-び	名	–	မီးပြင်းအားအလယ်အလတ်
68	強火	つよ-び	名	–	မီးပြင်းအားများများ
69	さっと		副	N1	အလျင်အမြန်

70	じっくり		副	N1	သေသေချာချာ
71	小さじ	こ-さじ	名	–	စားပွဲတင်ဇွန်အသေး
72	大さじ	おお-さじ	名	–	စားပွဲတင်ဇွန်အကြီး
73	2杯	2-はい	名	N3	၂ခွက်
74	少々	しょうしょう	副	N3	အနည်းငယ်
75	1/2カップ	にぶんのいち-カップ	名	–	ခွက်တစ်ဝက်စာ
– 料理の作り方を説明してみよう					ဟင်းချက်နည်းကို ရှင်းပြကြည့်ရအောင်
– (材料) を (大きさ・形) に切っておきます。					(ကုန်ကြမ်းပစ္စည်းများ)ကို (အရွယ်အစား၊ပုံသဏ္ဌာန်)ကြမ်းပစ္စည်းများ)ကို (အရွယ်အစား၊ပုံသဏ္ဌာန်)ကြမ်းပစ္စည်းများ)ကို (လှီးပုံလှီးနည်း) လှီး
– (材料) を (切り方) にしておきます。					(ကုန်ကြမ်းပစ္စည်းများ)ကို (လှီးပုံလှီးနည်း) လှီး
– (材料) を (調理器具) で (調理方法)。					(ကုန်ကြမ်းပစ္စည်းများ)ကို (ဟင်းချက်ကိရိယာ)
– (温度・火加減) で (調理方法) 。					(အပူချိန်၊ မီးပြင်းအား) ဖြင့် (ဟင်းချက်နည်း)
– (調味料) を (分量) 入れます／加えます。					(ဟင်းခတ်အရသာမှုန့်) ကို (ပမာဏ) ထည့်မည်၊