

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	စဉ်တီတုံး
21 包丁	ほうちょう	名	N3	အသားလှီးစား
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	-	နုတ်နုတ်စင်းသည်
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	-	ပမာဏချိန်တူယံသည့်ခွက်
31	計量スプーン	けいりょう-スプーン	名	-	ပမာဏချိန်တူယံသည့်ဇွန်း
32	量る	はかる	動	N2	ချိန်တူယံသည်
33	調味料・味	ちょうみりょう・あじ	-	-	ဟင်းခတ်အရသာပစ္စည်း၊ အရသာ
34	しょっぱい		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	ဂျပန်ပဲငံအနှစ်
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	မရောနို့စ်
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				မျဉ်းတားထားသောနေရာတွင်ထည့်ရမည့်စကားလုံးကိုပြောင်းကြည့်ရအောင်
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 たまねぎ	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	-	စားပွဲတင်ဇွန်းအသေး
72	大さじ おお-さじ	名	-	စားပွဲတင်ဇွန်းအကြီး
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) လီးဖြတ်ထားမည်။
-	(材料) を (切り方) にしておきます。			(ကုန်ကြမ်းပစ္စည်းများ)ကို (လီးပုံလီးနည်း) လုပ်ထားမည်။
-	(材料) を (調理器具) で (調理方法)。			(ကုန်ကြမ်းပစ္စည်းများ)ကို (ဟင်းချက်ကိရိယာ) ဖြင့် (ဟင်းချက်နည်း)
-	(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၊ ပေါင်းထည့်မည်