

## အရပ်မျက်နှာဝေါဟာရ

အရှေ့	East	ဟပံက်	ဟမွန်
အနောက်	West	ပလိုတ်	ပလွက်
တောင်	South	သျှင်ကျာ	စလုန်းကျား
မြောက်	North	သွပ်ကျာ	စမောကျား
အပေါ်	on, up	လွှဲ	လတောင်း (tao)
အောက်	down	သွပ်	စမော

### မီးပိုချောင်သုံး အစားအသောက်ဝေါဟာရများ

<u>မြန်မာ</u>	<u>အင်္ဂလိပ်</u>	<u>မွန်</u>	<u>အသံထွက်</u>
ထမင်း	cook rice	ပုင်	ပုန်း
ဟင်း	dish, curry	သွ	ခွ
အကြော်	fritter	ခွာ	ခနား
ဟင်းချို	soup	သွသောတ်	ခွစွပ်
ဟင်းလေး	meat on fish ned curry	သွအုတ်အုတ်	ခွချိုင်းချိုင်း
ဟင်းရည်	gravy	အုတ်သွ	ချိုက်ခွ
စပါး	paddy	ကြော်	စော့
ဆန်	rice	သု	ဟောက်
ဆန်ပြုတ်	boiled rice	ပုင်စိုတ်	ပုန်းပေါ့
ဆန်ဟင်းချို	rice soup	သွသောတ်သု	ခွစွပ်ဟောက်
ထမင်းရည်	gruel	အုတ်ချို	ချိုက်ချို
မုန့်တီ	rice noodles	ခုံ	ခနွမ်း
မုန့်ဟင်းခါး	rice noodle's gravy	အုတ်ဟင်	ချိုက်ဟင်
ခေါက်ဆွဲ	noodles	ခုံကြက်	ခနွမ်းကရုတ်
ကောက်ညှင်း	glutinous rice	ပလိုန်	ပလွိုင်း
ငါးဟင်း	fish curry	သွက	ခွက
ငါးပြုတ်ရည်	fish stock	အုတ်ကစိုတ်	ချိုက်ကပေါ့