



1. ལ་ལག                      food
2. རྒྱལ་ལག                      food (H)
3. གསོལ་ཆོགས་                      food (H)
4. ཇ་ཁང་                      tea shop (syn: ཇ་འཁྱུང་ས་)
5. ཆང་ཁང་                      bar
6. རྩམ་བ་                      tsampa, roasted flour
7. འཐེན་ལྷག                      handmade noodle soup
8. ལྷག་བ་                      soup, noodles
9. རྩམ་ལྷག                      soup made out of tsampa
10. བཞེས་ལྷག                      soup (H)
11. མོག་ལྷག                      momos in soup
12. ཐང་                      soup
13. མོག་མོག                      momos, dumplings
14. བཞེས་མོག                      momos (H)
15. ཤ་                      meat
16. ཤ་མེད་                      vegetarian
17. རྫོག་ལོག                      potato
18. འབྲས་                      rice
19. ཤ་བག་ལེབ་                      meat bread
20. སི་བན་                      chili
21. ཆལ་                      vegetable
22. གྲང་ཆལ་                      salad
23. ཚཱང་                      onion



24. སྒོག་པ་	garlic
25. ཤ་མོ་	mushroom
26. སྒོ་ང་	egg
27. ལྷུ་མ་	oil
28. ཤིང་རྟོག་ཁུ་བ་	fruit juice
29. ཆང་	chang, rice beer, barley beer
30. ཆབ་	water (H)
31. རྩོ་བ་	taste, flavour
32. སྤྱོན་བདག་	patron, restaurant owner // sponsor, benefactor
33. འབས་ཁུ་བ་	waiter
34. འབས་ཁུ་མ་	waitress
35. རྩོད་ཁོག་	stomach
36. མ་བྲན་	cook
37. ཐབ་ཆང་	kitchen
38. སྒོར་མོ་	unit of any currency
39. ཐང་བག་	plate, dish
40. རོར་བ་	bowl
41. གྲི་	knife
42. ཀླང་ཏྲ་	fork
43. ཐུར་མ་	spoon
44. ཁོ་ཅེ་	chopsticks
45. ཏྲ་ཡང་	pot, pan
46. ཆལ་ཐོ་	menu



47. སྐད་གཏོང་བ་ to call over, to invite (ཐ་དད་པ་)
48. ཁ་ལག་བཟོ་བ་ to make food, to prepare food (ཐ་དད་པ་)
49. ཁ་ལག་མངག་པ་ to order food (ཐ་དད་པ་)
50. མཚོད་པ་ to eat, to drink // to offer (H)
51. འཐུང་བ་ to drink (ཐ་དད་པ་)
52. རྩིས་རྒྱག་པ་ to calculate, to bring the bill (ཐ་དད་པ་)
53. མང་དྲགས་པ་ to be too much, to be excessive (ཐ་མི་དད་པ་)
54. ལུ་ཚུགས་རྒྱག་པ་ to insist (ཐ་དད་པ་)
55. འཐུང་བ་ to wash (ཐ་དད་པ་)
56. བགས་པ་བཟུ་བ་ to peel the skin (ཐ་དད་པ་)
57. ལ་ཤད་རྒྱག་པ་ to grate (ཐ་དད་པ་)
58. རྫོང་བ་ to fry (ཐ་དད་པ་)
59. མེ་གཏོང་བ་ to put the fire/stove on (ཐ་དད་པ་)
60. དཀྲག་དཀྲག་གཏོང་བ་ to stir (ཐ་དད་པ་)
61. འཚོག་པ་ to get burned (ཐ་མི་དད་པ་)
62. ཨ་སློག་རྒྱག་པ་ to turn upside down (ཐ་དད་པ་)
63. གཏུབ་པ་ to cut, to chop (ཐ་དད་པ་)
64. བཟུ་བ་ to melt, to get melted (ཐ་དད་པ་)
65. འཚོད་པ་ to cook (solid food) (ཐ་དད་པ་)
66. སྐླ་བ་ to boil (liquids) (ཐ་དད་པ་)
67. གྲོད་ཁོག་སྟོགས་པ་ to feel hungry (ཐ་མི་དད་པ་)
68. གྲོད་ཁོག་རྒྱགས་པ་ to feel full, to be satisfied (ཐ་མི་དད་པ་)
69. རག་པ་ to get, to receive, to be available (ཐ་མི་དད་པ་)



- 
- |                           |                                |
|---------------------------|--------------------------------|
| 70. ལྟ་བུ་བདེ་པོ་         | simple, convenient, handy      |
| 71. གཅང་མ་                | clean                          |
| 72. ཚ་ཁུ་                 | salty                          |
| 73. ལ་ཚ་པོ་               | spicy                          |
| 74. སོས་པ་                | fresh (food, vegetables, etc.) |
| 75. མགྱོགས་པོ་            | fast, quickly, soon            |
| 76. ཤ་མེད་རྒྱུད་རྒྱུད་    | exclusively vegetarian         |
| 77. སྔོན་ལ་               | before, in the beginning       |
| 78. ལྟ་ན་འགྲིག་གི་རེད་པས་ | is it fine if..., may I?       |
| 79. ལྟག་མ་                | left, left over                |
| 80. དང་པོ་                | first, at first                |
| 81. ཡོད་དང་ཡོད་           | Of course! Certainly!          |
| 82. ཏྲག་ཏྲག་རེད་          | Perfect! Exactly!              |
| 83. མཚམས་མཚམས་ལ་          | occasionally, once in a while  |
| 84. རྗེས་ལ་               | after that, later              |
| 85. བྱུང་བསྟོམས་          | in total, the sum of           |