

යා කරමු.

උදෑසන ආහාරයට ගන්නා දෙයකි

එළවළු

දවල් ආහාරය සඳහා කන දෙයකි.

රොටි

කන්න ආස වුණත් නිතර කෑමට හොඳ නෑ.

බත්

රාත්‍රී ආහාරයට ගන්නා දෙයකි.

ඉදිආපේප

කැරට්,බෝංචි,වට්ටක්කා යනු

නුචිලස්