La carne y el pescado (Meat and fish)

La ternera – Beef
Las gambas - Prawns
El filete – Steak
El atún - Tuna
La langosta – Lobster
El cordero - Lamb
El bacalao – Cod
Las albóndigas - Meatballs
El cerdo – Pork
El pollo - Chicken
Las costillas – Ribs
La salchicha – Sausage
Los nuggets de pollo – Chicken Nuggets

Other foods

El espagueti – Spaghetti
La salsa – Gravy/sauce
La pizza de pepperoni – Pepperoni pizza
El pastel – Pie
El bocadillo - Sandwich
El pudin de yorkshire – Yorkshire pudding
El pan con ajo – Garlic bread
Los fideos – Noodles
El pan - Bread
El relleno – Stuffing
Las hamburguesas - Burgers
Los huevos – Eggs
El queso - Cheese

La fruta y las verduras (Fruit and vegetables)

La pera – Pear
La Sandía - Watermelon
La piña – Pineapple
La naranja - Orange
La ensalada – Salad
La aceituna - Olive
La patata – Potato
La manzana - Apple
El puré de patatas – Mashed potato
La patata asada – Roast potato
La coliflor – Cauliflower
El brócoli – Brocolli
El pepino - Cucumber
El aguacate – Avocado
Los guisantes – Peas
Las judías – Runner bean
Las alubias al estilo inglés – Baked beans
El ajo – Garlic

Palabras claves (Key words)

Deberías comer más
You should eat more
Deberías comer menos
You should eat less
Fibra
Fibre
Proteina
Protein
Hidratos de carbono
Carbohydrates
Sal
Salt
Azúcar
Sugar
Verduras
Greens

Bebidas (Drinks)

El batido – Milkshake
La leche - Milk
El batido de frutas – Smoothie
El zumo de naranja – Orange juice
El zumo de manzana – Apple juice
El té – Tea
El té helado – Iced tea
El café – Coffee
El agua - Water
La bebida gaseosa – Fizzy drink
El chocolate caliente – Hot chocolate

Menú de postres (Desserts)

Las tortitas – Pancakes
El pastel - Cake
El helado– Ice cream
Vainilla - Vanilla
La gelatina – Jelly
El chocolate - Chocolate
La ensalada de fruta – Fruit salad
El pastel de queso – Cheese cake
El gofre – Waffle
El yogur – Yoghurt
Una magdalena – Cupcake
Una galleta – Cookie/Biscuit
Las palomitas - Popcorn