Frutta e verdura sono buone da far paura

se mangi la frutta e la verdura la tua vita sarà meno dura

se bene ci nutriamo più forte cresciamo

quando mangi qualcosa di non sano il tuo corpo reagisce in modo strano

se più energia vorrai i dolci e i fritti evitare dovrai

per una merenda perfetta meglio un frutto di una pizzetta

per una merenda vera mangiamo una pera

per una merenda perfetta meglio un frutto di una pizzetta

per un contorno sfizioso meglio mangiare le carotine delle patatine

mangiamo frutta e verdura a volontà così il nostro corpo non ingrasserà

infatti se bene vuoi mangiare il fritta di devi scordare

chi male mangerà il suo corpo felice non sarà

se mangi sani alimenti saranno contenti anche i tuoi denti

infatti se mangi sano non starai più sul divano

perché frutta e verdura del tuo corpo si prendono cura

se guardi troppa televisione diventerai un pigrone

se più energia vorrai i dolci eviterai

comprate la frutta stagionale che non fa mai male

w la frutta e la verdura!!!