FRUITES I VERDURES

En menjo cinc al dia
per fer-me gran i fort,
plàtan, préssec, taronja o síndria,
pera, poma o dos talls de meló.
M'aporten vitamines
faig salut i em sento bé.
Amb les mans les mandarines
per la taronja cal un ganivet.
Les fruites, que bones souv
i si alguna no m'agrada prou,
en menjo moltes vegades
fins que trobo el seu bon sabor. (bis)
En menjo cinc al dia
per tenir bona salut,
pastanaga a
l'amanida mongeta,
bleda, espinacs, coliflor.
Millor de temporada
les compro al mercat
els faig una rentada.
Són de la terra,
Verdures, que bones sou
i si alguna no m'agrada prou,
en menjo moltes vegades
fins que trobo el
seu bon sabor. (bis)