

Scenetă- alimentație sănătoasă

Sfatul legumelor

Prezentatorul:

Sunteți grași și prea nervoși
Palizi și somnoroși
Fără vlagă, plictisiți
De computer oboșiți?
Noi vă punem pe picioare
Și-o să ziceți , ce-o fi oare?
Că mă simt și eu copil
Energic, vesel, agil
Păi e simplu, dragi spectatori,
Mâncați varză, nu cârnăciori
Mâncați ceapă, usturoi
Sănătate întră-n voi
Mai mâncați și pătrunjel
Să vă-nveseliți nițel.

Varza:

Eu sunt domnița cu zeci de rochii
Ulcer vindec când de mine te
apropii,
De ești gras și hainele nu te mai
încap
Vino către mine și grăiește : hap!
Top modelele din toată lumea
Ciorbă din ale mele rochii mănâncă
întruna
Încât când te uiți la ele
Parcă-s blânde scheletele.

Pătrunjelul:

Am calciu, potasiu, fier
Vitamine vă ofer
Anemiile dispar deodată
În farmacie nu mai intri niciodată
Iar mâncăruri fără mine
Nu există-n astă lume!
Eu dorm la piață pe măsuțe
Și-aștept să cumperi ale mele
crenguțe.

Usturoiul:

De mă mănânci zi de zi
Răcelile vor fi doar fantezii
La mâncare eu dau gust
Și devii și mai robust
Nu un plângăcios școlar
Cu aspirina-n buzunar.
O prezint pe prietena mea ceapa,
Fără noi trăiți degeaba.
Dacă în fiecare zi ne mâncați
De boli o să uitați.

Ceapa:

Dacă eu n-aș fi pe lume
Pizza, gulaș, orez cu legume
N-ar fi existat vreodată
Și ați fi mâncat numai salată.
Eu cu amicul usturoi,
Chit că avem un miros greoi
Suntem regii bucătăriilor
Din întregul țărilor.

Prezentatorul:

Dacă voi ați ascultat
Ale noastre gânduri
Chiar ar fi de neiertat
Să mai mâncați chipsuri
Pline de E-uri criminale,
Chimicale bestiale
Că vă aduc în așa hal
Să fiți tot timpul la spital
Ascultați aceste sfaturi
Să trăiți în armonie
Cu sănătate, veselie
Sănătoși la trup și minte
Fără prea multe cuvinte.

