

## MANGER éQUILIBRÉ

Ref : Pour êtr' en forme, grandir  
Il faut manger, Manger  
Pour êtr' en forme, faut réfléchir  
Il faut manger équilibré

P'tit déjeuner  
Kellogs et fruits  
Du pain aussi.  
P'tit déjeuner  
Du lait, de l'eau  
Tartin'choco  
Mais pas de trop !

Pour le dîner  
Steak, artichauts  
Ou haricots  
Pour le dîner  
Des salsifis  
Poulet rôti  
Et ça suffit

Pour le dessert  
Un' nectarine  
Ou mandarine  
Pour le dessert  
Un p'tit gâteau  
Au abricots  
Sur un plateau