

PROJETO CONSUMO SAUDÁVEL DENTRO E FORA DAS ESCOLAS

ALIMENTO NATURAL: É A MELHOR REFEIÇÃO!

Letra e música: Amauri Artimos da Matta

Eu queria te dizer
Como é fácil aprender
A criança na escola
E em casa é com você
O alimento natural
Vem das plantas e dos animais
Não sendo artificial
Só faz bem e não faz mal
Minimamente processado
Ele é comercializado
Ao ponto de ser preparado
Cru, cozido ou refogado
Frutas, verduras e legumes
Carnes, peixes e ovos
Com arroz e feijão
É a melhor refeição
(Repete 2 vezes)
Assim é o meu cafezinho
Que eu faço na roça bem cedinho
Depois de colhido, seco e descascado
Limpo, torrado e moído
E o leite gostoso tirado da vaca
Eu bebo pasteurizado