

Na horta da minha avó
Andava a passear
Encontrei uma ervilha
Que se pôs logo a conversar.

Eu sou a Ervilha verdinha
Venho aqui para te dar alegria
Faço bem aos teus olhinhos
E dou-te muita energia!



Convidou-me para a horta visitar
Lá vi: couves, tomates, alfaces, cenouras e feijões,
É uma horta muito variada
Que abre o apetite aos comilões.

Também encontrei árvores de frutos
Uma tinha laranjas sumarentas,
Uma rebolou até mim
Queria fazer parte das ementas.

Eu sou a laranja, laranjinha
Estou aqui para te ajudar
Se não queres ficar doente
O meu sumo deves tomar.

Dou vitaminas ao teu corpo
Faço bem ao teu coração
Assim cresces muito forte
Com energia de um leão!



Na horta da minha avó
Gosto de investigar
Quais os melhores alimentos
Que nos podem ajudar.

Para seres forte e saudável
De tudo deves comer
Faz uma alimentação responsável
Para melhor poderes crescer!