



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!