

Le choix des couleurs

(Sop)

On va pas vous faire un roman
Il faut varier les aliments

Quitte à passer pour un psychopathe
Mon truc à moi, tu sais, c'est les pâtes
La vie orange, chez moi ça vibre
Riz, blé, patates, glucides et fibres

Quitte à passer pour un carnassier
Moi c'est poisson, poulet, cochon, gibier
Les protéines, il m faut ma dose
Le fer c'est in, c'est bleu ou rose

Pour bien manger, padam pam pam
Faut mélanger, padam pam pam
Les couleurs sur ta palette
Les valeurs dans ton assiette
On va pas vous faire un roman
Il faut varier les aliments

J'suis pas sectaire, soyons sérieux
S'il y a du vert, c'est pas dégueu
Kiwi, broco' au garde à vous!
Faire le poireau, c'est blette comme chou
Si vous mettiez, avec le jaune
Les produits lai-tiers sur le trône
Sans vouloir en faire un from'ton
Le calcium ici donne le ton

Pour bien manger, padam pam pam
Faut mélanger, padam pam pam
Les couleurs sur ta palette
Les valeurs dans ton assiette
On vous raconte pas de salades
Sans mélanger, la vie est fade

Pour vivre mieux et sans problème
Cholestérol, anémie, constipation, insomnie
Y'en reste un peu, j'vous l'mets quand même
Surpoids, pâleur, fatigue, carence, nausée, hyperphagie
Euh non merci, ça ira, merci bien

**Pour bien manger, padam pam pam
Faut mélanger, padam pam pam**

**Pour bien manger, padam pam pam
Faut mélanger, padam pam pam
Les couleurs sur ta palette
Les valeurs dans ton assiette
On va pas vous faire un roman
Il faut varier les aliments**

**On va pas vous faire la morale
Diversifier, c'est capital**