**Τόσο λάθος διατροφή**

**Μουσική/Στίχοι: Τατιάνα Ζωγράφου**

Η ντομάτα και τ`αγγούρι  
στο στομάχι μου τ`αχούρι  
τι να πρωτοκαθαρίσουν,  
από πού λοιπόν ν`αρχίσουν  
τόση ζάχαρη γιομάτο  
και αλάτι ως τον πάτο.

Φέρτε σκούπες φτερωτές  
μαρουλόβεργες και βλήτα  
και φωνάξτε στην προβλήτα  
όλες τις καλές τροφές.

Σύκα, μήλα, πορτοκάλια  
και σταφύλια και τ` αχλάδια  
κι όλα τα λαχανικά,  
πριν να είναι πια αργά,  
πάρτε, πάρτε μακριά  
τ` αλμυρά και τα γλυκά.

Σοκολάτα μου γλυκιά !  
Αχ πώς λιώνεις, πώς ζυγώνεις  
μου λιγώνεις την καρδιά.

Γαριδάκια, πακοτίνια,  
μπισκοτάκια και κριτσίνια  
κολυμπάτε μες στ` αλάτι  
και μου κλείνετε το μάτι.  
Πώς να πάω στο κρεβάτι ;

Και το γάλα φοβερό,  
ψάχνει χώρο και αυτό,  
μα δε βρίσκει απ` τ` αλάτι  
και ας έχει φέρει χάρτη  
ούτε μια σπιθαμή στην  
κοιλιά μας καθαρή.