**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.