

Des rimes au petit déjeuner...

À l'heure du petit déjeuner,
je ne suis pas bien réveillé.
Mais si je n'ai pas bien mangé
très vite, mon corps va réclamer !
Ventre creux n'a pas d'oreilles,
alors je suis les bons conseils...



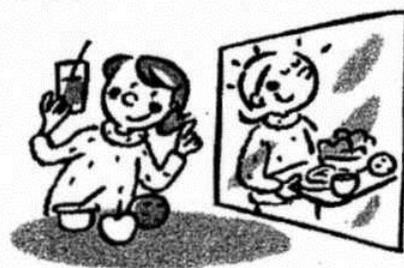
Pour faire la toilette de l'estomac
avant ce repas...
Un petit verre d'eau
c'est rigolo.

Pour avoir de l'énergie
Jusqu'à midi
Un bon bol de céréales
c'est l'idéal.

Pour faire mon maximum
voilà du calcium
Boire ou manger du lait
cela me plaît.



Pour avoir une bonne mine
jusqu'à la cantine
Jus ou compote de fruits
et c'est parti !



Et pour éviter la faim
sur le chemin
Miel, beurre ou confiture sur du pain
C'est très malin.