



ALIMENTAÇÃO

Eis a sagrada lei a saber;
Que o homem inteligente,
Deve sempre ter em mente,
Que não se vive para comer,
mas se come para viver.

Pense correto para atingir sua meta,
É tema de educação,
Modificar a dieta,
Para a saudável alimentação.

Avalie e pondere com frieza,
Coma com moderação,
O seu comportamento à mesa,
Reflete sua evolução.

Quem ama a comida,
E adora comer,
Come em excesso na vida,
Pedindo para morrer.

Pedro Léo