

חגיגה בצלחת

בצלחת של גילי בכל ארוחה,
חמשת הצבעים נפגשים למסיבה.

צנון, צנונית, פלפל אדום, עגבנייה

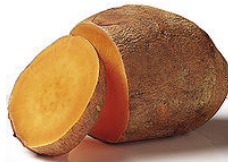
כולם באים מאותה הקבוצה,



הקבוצה האדומה.

אחרי הקבוצה האדומה

מגיע תורה של **הקבוצה הכתומה**



גזר, בטטה, דלעת וגם תירס צהוב

כולם רוצים לקחת חלק בשמירה על החוק.

"חוק הגיוון" הוא חוק חשוב,

העוזר לגילי לשמור על בריאות הגוף.



ואיך אפשר ללא הקבוצה הגדולה

הרי זו **הקבוצה הירוקה**

תרד, חסה, ברוקולי, שמיר ואפונה ירוקה

והרשימה עוד לא הסתיימה.

קפצו שום, כרובית ובצל **מהקבוצה הלבנה**

אל תשכחו אותנו

תנו הזדמנות גם לנו

לשמור על "חוק הגיוון"

כי הוא עוזר לגילי לשמור על הכוון.





ואיך אפשר לוותר על קבוצת **הצבע הסגול**
סלק, חציל וכרוב סגול
במרץ הם צועדים
כי בצלחת של גילי גוון של צבע הם מוסיפים.



צלחת של גילי גדלה וגדלה עד שאימא
של גילי שמחה ואמרה : כוח הצבע הוא כוח הטבע
חמסה של צבעים לבריאות ולאריכות ימים!

אז תאכל בכל ארוחה סלט
שיכלול **חמישייה הפותחת!**
ואל תשכח להוסיף לצלחת
גם דגנים, חלבונים, שומנים
ולקינוח
גם תפוח !

