

Rymowanki zachęcanki o jedzeniu

Na zdrowko

Na zdrowko dobra to rada
- dużo owoców zjadaj!
W owocach są witaminki
- to zdrowia okruszynki.

Pamiętaj łakomczusku

Pamiętaj dziś łakomczusku
o małym swoim brzuszku,
bo lubi czasem ten brzusek
zjeść także trochę jabłuszek.

Warzywa jedz od dziś

Chcesz być zwinny jak wiewiórka?
Chcesz być szybki jak zajączek?
Chcesz być silny tak jak miś?
Więc warzywa jedz od dziś!

Mniam mniam

Mniam mniam mniam owoce zjadam,
bo za nimi wprost przepadam.
Już śliweczki i jabłuszka
lecą wprost do mego brzuszka.

Kto chce

Kto chce małym być siłaczem,
zjada wszystko i nie płacze!
Kto się długo bawić chce
- ten śniadanie pięknie zje.
Kto chce posiąść siłę lwa,
ten obiadek je raz dwa.
A kto zje też podwieczorek,
ten wspinały ma humorek.

Jeśli wszystko zjesz

Mały misiu dużo je
chce być silny - to się wie.
Mały lisek dużo je
chce być sprytny - to się wie.
Mała małpka dużo je
chce być zwinna - to się wie.
A ty - jeśli wszystko zjesz
- będziesz tym, kim tylko chcesz!

Suróweczka

Do ziemniaków suróweczka
to jest pomysł doskonały,
bo dodaje moc zdroweczka
oraz uśmiech na dzień cały.

Kotlecik

Ten, kto mięska nie chce jeść,
będzie słaby no i cześć.
Dziś kotlecik chętnie zjem,
bo jest zdrowy - ja to wiem!

Zupka jarzynowa

Por, marchewka i pietruszka
już wskoczyły do garnuszka.
Jeszcze seler i ziemniaczki
i fasolka i buraczki.
Szybko zupka jest gotowa
- jarzynowa, bardzo zdrowa!

Dzielny przedszkolaczek

Każdy dzielny przedszkolaczek
żegna mamę i nie płacze.
Potem - tak jak każdy zuch
z talerzyka je za dwóch.
Z dziećmi ładnie się pobawi
i porządek tu zostawi.