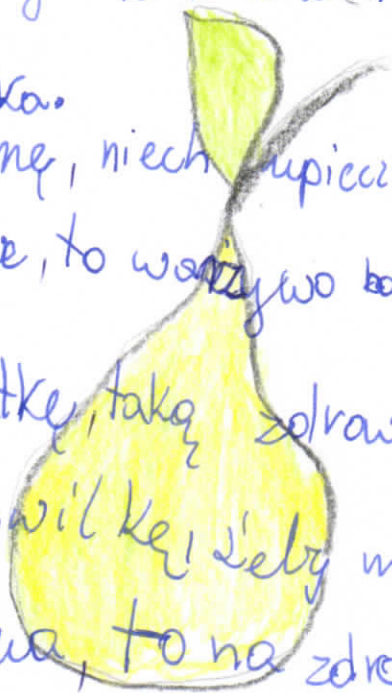


"W zdrowym ciele zdrowy duch"

Chcesz być zdrowy i wesóły to owoc weź do szkoły.
A na obiad trochę warzyw to ^{weź} brokuły i buraka,
bo to całkiem nieźle paka.
A na deser poproś mamę, niech kupi coś zdrowego.
Może ciasto marchewkowe, to warzywo bardzo zdrowe.
Na kolację zjedz sałatkę, taką zdrową, kolorową.
Później poświęć sobie chwilkę, żeby mieć wesołą
minę.
Jedz owoce i warzywa, to na zdrowie dobrze
wpływa. Chcesz być szczupły i wesóły, to na pewno
jedz do szkoły!



"In a healthy body, healthy mind"

If you want to be healthy and cheerful, take fruit to school.

And for lunch- vegetables, take some broccoli and beets,

Because they're good for kids.

And for dessert, ask your mom, let her bake something good.

Maybe carrot cake, it's a very healthy food.

For dinner eat a salad, so fit and colorful.

Then practice for a moment to be cheerful.

Eat fruit and vegetables, they're good for your mood.

If you want to be slim and fit, then go to school on foot!
