

a gsundes essn

Text und Musik: Harald Riederer

i schteh ^C auf in da frua und ^F hob gonz vagessn
^G wos kann i gsundes zum früschstück jetzt ^C essn
^C wann i so nochdenk, donn foits ma scho ei
und damit ^{G7} i mas meak, sing is aa ^C glei:

1 2 3 4 ^C bessa schtott semmeln a ^F voikoanbrot
 ^{G7} schtott honig pops müsli mit ^C hofaschrot
 ^{C7} a bissl a obst von net so weit hea
^G net nua kakao, weul a tee bessa ^C wea ^G ^C

^C jetzt is es zwölf und i ^F hob gonz vagessn
^G wos kann i gsundes zu mittog jetzt ^C essn
^C wann i so nochdenk, donn foits ma scho ei
und damit ^{G7} i mas meak, sing is aa ^C glei:

1 2 3 4 ^C gemüse und bohnen san ^F sicha kaa föla
 ^{G7} kartoffln und nudln ghean aa aufn tölla
 ^{C7} net jedn tog fleisch aufn mittagstisch
^G und vü salot, schee knackig und frisch ^C

^C und am nochmittog hob i ^F vagessn
^G wos kann i gsundes zua ^F jausn jetzt ^C essn
^C wann i so nochdenk, donn foits ma scho ei
und damit ^{G7} i mas meak, sing is aa ^C glei:

1 2 3 4 ^C äpfel und bianan schtott ^F mango, papaya
 ^{G7} des woxt bei uns und is aa net so teia
 ^{C7} kiaschn und eadbean wanns as bei uns gibt
^G monchmoi ^C eis oda kuchn is aa sea beliebt ^C

^C boid geh i schlofn und ^F hob gonz vagessn
^G wos kann i gsundes am obnd jetzt ^C essn
^C wann i so nochdenk, donn foits ma scho ei
und damit ^{G7} i mas meak, sing is aa ^C glei:

1 2 3 4 ^C a buttabrot mit kaas und ^F radieschen dazua
 ^{G7} aa guate suppn, donn hat ma boid ^C gnu
 ^{C7} nua net zu vüh, dann schlofst bessa ei
 ^G und am nächtn tog fühlst di wieda ^C wie neu ^C