

संतुलित आहार

गोलु है बड़ा दमदार जी
रोज खाये संतुलित आहार जी
संतुलित आहार ! संतुलित आहार !
जो है पोषिक गुणों का भंडार जी
जो खाओगे तो बन जाओगे ताकतवर जी
तभी तो कहलाओगे समझदार भी