



# Das Pyramidenlied

September 2007

Text & Musik: Ewald Mayrbäurl

Notensatz: Siegfried Faderl



$\text{♩} = 94$  Moderato

**F** **C**

Die Er - nähr - ungs - py - ra - mi - de macht dich fit und gar nicht mü - de, wenn du

**F** **Crit.**

dich nur da - ran hältst und ge - sun - de Spei - sen wählst! Und das geht

**F** **B $\flat$**  **C** **F**

so:

1. Scho - ko - la - de sollst du mei - den und bei Zuc - ker bleib be - schei - den mehr Ge -  
 2. Nasch - er - ei - en sollst du mei - den und bei Kek - sen bleib be - schei - den we - nig  
 3. Fet - ten Kä - se sollst du mei - den und bei Chips da bleib be - schei - den täg - lich

**B $\flat$**  **C** **F**

mü - se, Brot und Reis, \_\_\_\_\_ das ge - hört zu je - der Speis. \_\_\_\_\_ Fett und  
 Fleisch, \_\_\_\_\_ ja mehr Fisch, \_\_\_\_\_ das muss öft - er auf den Tisch. \_\_\_\_\_ Fet - te  
 Obst \_\_\_\_\_ nicht ver - ges - sen, auch den Topf - en kannst du es - sen. Zu viel

**B $\flat$**  **C** **F**

Ö - le sollst du mei - den und bei Tor - ten bleib be - schei - den auch die  
 Würs - te sollst du mei - den und bei Ei - ern bleib be - schei - den die Ge -  
 Salz, das sollst du mei \_\_\_\_\_ den und beim Würz en bleib be schei \_\_\_\_\_ den Mar me

**B $\flat$**  **C** **F rit.**

Zuc - kerl nicht zu süß, \_\_\_\_\_ sag zum Gum - mi - bär - chen: „Tschüß!“ Die Er  
 trän - ke nicht zu süß, \_\_\_\_\_ sag zum Co - ca Co - la: „Tschüß!“  
 la de nicht zu süß, \_\_\_\_\_ sag zum Nu tel la: „Tschüß!“

**B $\flat$**  **C** **F**

Auch Be - weg - ung tut dir gut, das bringt Sau - er - stoff in's Blut