

C6H12O6 C6H12O6

Il glucosio è uno zucchero semplice

È un anello a forma di esagono

Te lo mangi ogni giorno con l'amido

Nella pasta nel riso nel pan

Nella pasta nel riso nel pan

C6H12O6 C6H12O6

Il fruttosio è uno zucchero semplice

Della frutta lo dice anche il nome

Albicocche pesche banane

Se le mangi ti fan proprio ben

Se le mangi ti fan molto ben

C6H12O6 C6H12O6

Saccarosio è un zucchero doppio

È glucosio e fruttosio legati

Nel caffè e dentro i dolci lo metti

Poi la vita ti piace di più

È lo zucchero che tira su

C6H12O6 C6H12O6

Il lattosio è uno zucchero doppio

Galattosio e glucosio legati

La mattina lo bevi nel latte

Che regalo la mucca ti fa

Che regalo la mucca ti fa

C6H12O6 C6H12O6

Cellulosa si trova nell'erba

La mucca la mangia ogni giorno

Lei la rumina e la digerisce

Io la elimino invece nel cess

Io la elimino invece nel cess

C6H12O6 C6H12O6

Il glicogeno è una riserva

Dentro fegato e muscoli sta

Se tu devi fare una corsa

In glucosio si trasformerà

In glucosio si trasformerà

C6H12O6 C6H12O6

Pasta e pane li mangi ogni giorno

La farina di amido è fatta

La catena di zuccheri semplici

Che energia ogni giorno ti dà

Che energia ogni giorno ti dà

C6H12O6 C6H12O6