

## A. "Sound of music-Theme"

4/4 | /B $\flat$  *Cresc* | E $\flat$  | D/E $\flat$  | E $\flat$  |  
 | A $\flat$ /C B $\flat$ 7 | E $\flat$  | D/E $\flat$  |  
 | E $\flat$  A $\flat$ /C | *rit* E $\flat$ /B $\flat$  B $\flat$ 7 |

B. Vallpojken satt på en alp och tralla (Lei-hodelei-hodelei-hi-ho)  
 Joddlade gjorde han men's han valla (Lei-hodelei-hodelo)  
 Folket i stan hörde låten skalla (Lei-hodelei-hodelei-hi-ho)  
 Jodderlandet gjorde dom glada alla (Lei-hodelei-hodelo)

B $\flat$ <sup>0</sup> - C<sup>1</sup>  
 2/2 | E $\flat$  | E $\flat$ <sup>4</sup> | E $\flat$  | E $\flat$ <sup>4</sup> |  
E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$ /E $\flat$	E $\flat$
E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$	E $\flat$  B $\flat$ <sup>11</sup>
E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$ /E $\flat$	E $\flat$
E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$	E $\flat$

C. Oho-lei-hodeleidi, oho-lei-hodelei  
 Oho-lei-hodeleidi-lei-hodeleidi-lo

B $\flat$ /D B $\flat$	E $\flat$	B $\flat$ /D B $\flat$	E $\flat$
B $\flat$ /D B $\flat$	E $\flat$		
B $\flat$ /F F	B $\flat$ . /B $\flat$ . /C. /D.		

D. Flickan som hörde ett lockrop kalla (Lei-hodelei-hodelei-hi-ho)  
 Joddlar när känslorna börja svalla (Lei-hodelei-hodelo)  
 Mamman blev arg så hon spydde galla (Lei-hodelei-hodelei-hi-ho)  
 "Stopp med det där!" hördes hon befalla (Lei-hodelei-hodelo)

E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$ <sup>7</sup>sus<sup>4</sup>/F B $\flat$ <sup>7</sup>	E $\flat$
E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$ <sup>7</sup>sus<sup>4</sup>/F B $\flat$ <sup>7</sup>	E $\flat$  B $\flat$ <sup>11</sup>
E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$ <sup>7</sup>sus<sup>4</sup>/F B $\flat$ <sup>7</sup>	E $\flat$
E $\flat$	A $\flat$ /E $\flat$	B $\flat$ <sup>7</sup>sus<sup>4</sup>/F B $\flat$ <sup>7</sup>	E $\flat$

E. Oho-lei-hodeleidi, oho-lei-hodelei  
 Oho-lei-hodeleidi-lei-hodeleidi-lo

B $\flat$ /D B $\flat$	E $\flat$	B $\flat$ /D B $\flat$	E $\flat$
B $\flat$ /D B $\flat$	E $\flat$		
B $\flat$ /F F	B $\flat$ .		
A. /B. /C#.			

## "Det bästa jag vet"

F. Hängiga rövar och magar som dallrar  
 bilringar många om övervikt skvallrar  
 Mullig och go men ändå inte fet  
 alltsammans hör till det bästa jag vet

A<sup>0</sup> - B $\flat$ <sup>2</sup>  
 3/4 | Dm | Dm | Dm | Dm | *Nytt tempo*  
Dm	Dm	Dm	Dm
B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>
Gm<sup>7</sup>	C<sup>7</sup>	Am	B $\flat$ /D
F/C	B $\flat$	Em<sup>7(-5)</sup>	A<sup>7</sup>

G. Gräddiga såser och feta små kakor  
 Tårta och godis ger nya små hakor  
 Mjuka små gäddhäng till inget förtret  
 det tillhör också det bästa jag vet

Dm	Dm	Dm	Dm
B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>
Gm<sup>7</sup>	C<sup>7</sup>	Am	B $\flat$ /D
F/C	B $\flat$	Em<sup>7(-5)</sup>	A<sup>7</sup>

H. Pluffsig kinder och skavsår på låren  
 ännu en bakelse till kaffetåren  
 goda praliner och ingen diet  
 det tillhör också det bästa jag vet

D<sup>Δ</sup>	D<sup>Δ</sup>	D<sup>Δ</sup>	D<sup>Δ</sup>
D<sup>Δ</sup>	D<sup>Δ</sup>	D<sup>Δ</sup>	D<sup>Δ</sup>
G<sup>Δ</sup>	G<sup>Δ</sup>	G<sup>Δ</sup>	G<sup>Δ</sup>
Gm<sup>7</sup>	C<sup>7</sup>	Am	B $\flat$ /D
F/C. ♯ ♯ ♯	B $\flat$ . ♯ ♯ ♯		
Em<sup>7(-5)</sup>. ♯ ♯ ♯	A<sup>7</sup>.		
♯ Dm/F. ♯ ♯	Dm	♯ A<sup>7</sup>/E. ♯ ♯	A<sup>7</sup>
♯ Dm. ♯ ♯	Dm/A	B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>
B $\flat$ <sup>Δ</sup>	B $\flat$ <sup>Δ</sup>	G<sup>7</sup>/B	G<sup>7</sup>/B
F/C	C<sup>11</sup>	C<sup>7</sup>. ♯ ♯ ♯	C<sup>13</sup>

## I. LCHF? Börja banta?

Tvingas gå på gym  
 Nej, jag tänker blott på det bästa jag vet  
 och då blir jag glad på nytt

**"Då-ren min"**


**J.** Låt se nu, hur gör man från början  
 Jag tror att vi gör så här  
 om ett alfabet börjar ABC  
 börjar skalan med namnen Do Re Mi (do re mi)  
 Do Re Mi -det blir en liten melodi  
 Do Re Mi -Do Re Mi Fa So La Si

Maria: Jag ska försöka göra det lite lättare för er

**K.** Do -var det som hände då  
 Re -är repet som man drar  
 Mi -en mil att orka gå  
 Fa - är farfars farfars far  
 So -små blommor på en äng  
 La -kan har man i sin säng  
 Si - är si men inte så  
 och sen upp till nästa do-o-o-o

**L.** Do -var det som hände då  
 Re -är repet som man drar  
 Mi -en mil att orka gå  
 Fa - är farfars farfars far  
 So -små blommor på en äng  
 La -kan har man i sin säng  
 Si - är si men inte så  
 och sen upp till nästa do-o-o-o  
 och sen upp till nästa do-o-o-o

Hej-hå

Bb<sup>0</sup> - Bb<sup>1</sup>  *Piano*





4/4 | F<sup>1</sup> - F<sup>8</sup> o.s.v | F<sup>8</sup> |




| F<sup>8</sup> | F<sup>8</sup> |





| F<sup>8</sup> | F<sup>8</sup> |





| F<sup>8</sup> | F<sup>8</sup> | F<sup>8</sup> |

| F<sup>8</sup> | F<sup>8</sup> | F<sup>8</sup> |

| F<sup>8</sup> | F<sup>8</sup> | /F Bb  Cm  Dm  Eb  |

F  Gm  F<sup>7</sup>  ♯ |

| ♯ ♯ ♯ ♯ | /F  Bb  F<sup>7</sup>  Gm  |

F  Eb  Dm  Cm  |

| Bb | Bb |

| F<sup>7</sup> | F<sup>7</sup> |

| Bb | Bb |

| F<sup>7</sup> | F<sup>7</sup> |

| Bb<sup>7</sup> | Eb |

| C<sup>7</sup> | F |

| D<sup>7</sup> | Gm Gm/F |

| Eb F<sup>7</sup> | Bb |

| Bb | Bb |

| F<sup>7</sup> | F<sup>7</sup> |

| Bb | Bb |

| F<sup>7</sup> | F<sup>7</sup> |





| Bb<sup>7</sup> | Eb |





| C<sup>7</sup> | F |




| D<sup>7</sup> | Gm Gm/F |

| Eb F<sup>7</sup> | Bb |

| Eb | F<sup>7</sup> |

| /Bb  Bb  F<sup>7</sup>  Gm  | *Piano*

F  Eb  Dm  Cm  |

| Bb  /F  /Bb  ♯ || *Tutti*