

Rechter- hand	Open	Strooi	Draai	Naar	Een beetje	Margarine
	Sluit	Snij	Smeer	Boven	Alle	Hagelslag
	Pak	Schep	Snel	Hard	Broodzak	Boterham
Linker- hand	Leg neer	Breng	Langzaam	Bord	Kuipje	Mond
	Hou vast	Druk	Naast	Tafel	Deksel	In vieren
	Laat los	Stop	Op	Mes	Doosje	