I- Meta meta meta, diz a branca, diz a preta A loirinha, a morenita, ao som do acordeon Ai meta meta e depois aperta aperta Vá seguindo em linha recta, todas dizem que é tão bom

O meta meta, meus amigos não é treta
P'rá gente as levar à certa, parece que está a dar
O Santo António, O S. Pedro e o S. João
É melhor meter a mão aonde a mulher mandar
Até no baile da aldeia ou da cidade
Meu amigo se não sabe, então eu vou-lhe ensinar
REFRÃO: Meta meta meta e não páre de meter
Ai meta meta, pois é tudo o que ela quer
Meta meta meta e aperte sem ter dó
A mãozinha na chupeta e a perninha no forró

Meta meta meta e não páre de meter Ai meta meta, pois é tudo o que ela quer Meta meta meta e aperte sem ter dó A mãozinha na chupeta e a perninha no forró

"José Malhoa"