



GABINETE VEREADORA SONAIRA FERNANDES

PROJETO DE LEI N.º ____/2025 DA VEREADORA SONAIRA FERNANDES

Torna obrigatório o fornecimento de arroz e feijão, ao menos uma vez ao dia, durante todos os dias letivos, na alimentação escolar na rede pública de ensino do Município.

A Câmara Municipal de São Paulo **DECRETA**:

Artigo 1º - É obrigatório o fornecimento de arroz e feijão, ao menos uma vez ao dia, durante todos os dias letivos, na alimentação escolar da rede pública de ensino do Município.

Artigo 2º - O Poder Executivo implementará programas de conscientização acerca da importância do consumo de arroz e feijão diariamente, por suas propriedades nutritivas e prevenção de doenças.

Artigo 3º - Esta lei entra em vigor 60 (sessenta) dias após sua publicação.

**GABINETE VEREADORA SONAIRA FERNANDES****JUSTIFICATIVA**

A proposta tem como objetivo garantir a inclusão diária de arroz e feijão na alimentação das escolas públicas, assegurando uma nutrição adequada para crianças e adolescentes. Essa combinação é essencial para a saúde, pois o arroz fornece carboidratos para energia, enquanto o feijão é rico em proteínas, ferro, fibras, vitaminas e minerais que contribuem para o bom funcionamento do organismo, fortalecendo o sistema imunológico, prevenindo doenças e auxiliando no desenvolvimento infantil.

O feijão tem um forte vínculo cultural com os brasileiros, sendo um dos alimentos mais consumidos no país. De acordo com estatísticas do Ministério da Agricultura, sete em cada dez brasileiros comem feijão diariamente. Além disso, a tradição de plantar feijão nas escolas faz parte da experiência educativa de muitas crianças, estimulando o aprendizado sobre a natureza e a alimentação saudável. O Guia Alimentar Para a População Brasileira, do Ministério da Saúde, reforça a importância do consumo de alimentos naturais e variados, destacando que o efeito benéfico dos nutrientes é mais eficaz quando ingeridos em sua forma natural do que isoladamente em suplementos.

Historicamente, o arroz foi trazido ao Brasil pelos portugueses e incorporado à alimentação nacional junto ao feijão, formando uma combinação altamente nutritiva. A complementaridade dos aminoácidos presentes nos dois alimentos torna essa dupla uma excelente fonte de proteínas e outros nutrientes essenciais. Nutricionistas recomendam que crianças de quatro a oito anos consumam, diariamente, pelo menos duas colheres de sopa de arroz para cada colher de feijão, ajustando as quantidades conforme a idade e nível de atividade física.

**GABINETE VEREADORA SONAIRA FERNANDES**

Além de fornecer energia e promover saciedade, o consumo regular de arroz e feijão ajuda na manutenção da saúde intestinal, no fortalecimento dos ossos, no crescimento saudável e na prevenção de doenças como anemia e diabetes.

Considerando esses fatores, a proposta defende que essa combinação alimentar seja obrigatória no cardápio escolar diário, sem impacto financeiro adicional, visto que já há orçamento destinado à alimentação nas escolas públicas.

Diante de sua relevância nutricional, histórica e cultural, o projeto solicita a aprovação da medida pelos parlamentares, garantindo que crianças e adolescentes tenham acesso a uma alimentação saudável e balanceada durante sua formação escolar.

SONAIRA FERNANDES**VEREADORA – PARTIDO LIBERAL**