



L I D O
Em, 05 / 08 / 10
Assessoria de Plenário

CÂMARA LEGISLATIVA DO DISTRITO FEDERAL GABINETE DO DEPUTADO ROBERTO LUCENA

PROJETO DE LEI Nº PL 1621 / 2010 (Do Deputado Roberto Lucena PR)

Ano Setor de Protocolo Legislativo para registro e em seguida à CCJ e:

CACF CAS CDD CDDHCEDP
 CAP CDD CDEG CDDHCEDP

Em _____

Itamar Pinheiro Lima
Chefe da Assessoria de Plenário

Inclui a carne de peixe do tipo pescada no cardápio da merenda escolar da Rede Pública de Ensino do Distrito Federal.

A Câmara Legislativa do Distrito Federal, decreta:

Art. 1º - Fica incluída a carne de peixe do tipo pescada no cardápio da merenda escolar da rede pública de ensino do Distrito Federal.

Art. 2º - Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Art. 3º - Revogam-se as disposições em contrário.

Assessoria de Plenário e Distribuição
Ano Setor de Protocolo Legislativo para registro e em seguida à CCJ e:
para análise de mérito e distribuição, observado o art. 122, III, do Regimento Interno.
Em, 09 / 08 / 10

JUSTIFICAÇÃO

Itamar Pinheiro Lima
Chefe de Assessoria de Plenário

Nome popular: Pescada **Nome científico:** *Cynoscion spp*

Praça Municipal, Quadra 02, Lote 05. Gabinete 20 – Brasília - DF

Setor Protocolo Legislativo

PL Nº 1621/2010

Folha Nº 01 *Paula*

ASSASSORIA DE PL. C. A. U. PROT. 04492010 17:23



CÂMARA LEGISLATIVA DO DISTRITO FEDERAL GABINETE DO DEPUTADO ROBERTO LUCENA

Habitam toda a faixa litorânea do Brasil, onde costumam freqüentar locais pedregosos com corais onde se alimentam basicamente de pequenos crustáceos e pequenos peixes. Existem mais de trinta espécies deste peixe, sendo que as mais conhecidas são: Pescada branca, Pescada amarela, Calafate e Terezinha.

Além de saboroso, o consumo de peixe é muito nutritivo e deveria estar sempre em nossa alimentação. Para começar, o peixe é rico em proteínas, como qualquer outra carne. Por isso, quem quer deixar de lado a carne vermelha, estará bem nutrido comendo peixe. Além disso, tem grande quantidade de minerais, entre eles cálcio, fósforo, iodo e cobalto, e é também fonte das vitaminas A, D e B.

E a melhor notícia é que peixe tem pouca gordura! É claro que existem algumas espécies gordurosas, mas, em geral, o peixe tem bem menos gordura do que carne vermelha e frango, e isso faz com que sua digestão seja mais rápida.

E peixe é ótimo para quem quer perder peso e controlar o nível de colesterol no sangue! Algumas espécies de peixe, principalmente aqueles de água fria, são ricos em ômega-3, que é um tipo de gordura bastante benéfica à nossa saúde.

Por isso, o peixe é um excelente alimento para o desenvolvimento escolar de crianças e adolescentes e não pode faltar na alimentação dos idosos, já que diminui o risco de desenvolvimento do mal de Alzheimer, demência e cansaço mental.

Esta proposição visa contribuir para a melhoria da qualidade de vida na nossa sociedade.

Diante do exposto, aguardo de meus nobres pares a aprovação deste projeto.

Sala das Sessões, em _____ de _____ de 2010


ROBERTO LUCENA
Deputado Distrital

Praça Municipal, Quadra 02, Lote 05. Gabinete 20 – Brasília - DF

Setor Protocolo Legislativo

PL Nº 1621/2010

Folha Nº 02 Paula