



FRANGO COM GENGIBRE, SALSÃO E MAÇÃ

Ingredientes

1 colher (sopa) de creme vegetal doriana light/1/2 cebola picada/2 colheres (chá) de gengibre ralado/1/2 kg de filé de frango cortado em cubos médios/1/2 xícara (chá) de vinho branco seco/1/2 xícara (chá) de água/1/2 xícara (chá) de salsão picado/1 maçã verde grande, com casca picada/1 xícara (chá) de maionese hellmann's light.

Modo de preparo

Em uma panela média, derreta o creme vegetal doriana light e refogue a cebola e o gengibre por 1 minuto. Acrescente o frango e refogue até dourar. Junte o vinho branco e a água. Cozinhe em fogo médio por 10 minutos ou até ficar macio. Adicione o salsão e a maçã. Cozinhe por mais 5 minutos, mexendo de vez em quando. Adicione a maionese hellmann's light e misture. Sirva em seguida.

FRANGO XADREZ

Ingredientes

2 colheres (sopa) de azeite de oliva/2 cebolas médias cortadas em cubos/2 dentes de alho esmagados/500 g de filé de frango sem pele e cortado em cubos/sal a gosto/1 pimentão verde cortado em cubos/1 pimentão vermelho cortado em cubos/1 pimentão amarelo cortado em cubos/1 xícara (chá) de cogumelos em conserva cortados ao meio/1/4 xícara de molho shoyu/1 colher (sopa) de maizena/1/2 xícara (chá) de água/2 colheres (sopa) de amendoim torrado.

Modo de preparo

Em uma frigideira ou panela grande, misture a metade do azeite de oliva, a cebola, o alho e deixe fritar. Retire e coloque em um prato. Na mesma panela, coloque o sal, o restante do azeite e frite os pimentões e os cogumelos por 5 minutos. Retire e despeje em outro prato. Ainda na mesma panela, coloque o frango e frite até dourar. Coloque todos os ingredientes novamente na frigideira, misture bem com uma colher de pau e refogue por mais 2 minutos. Em uma xícara, misture o molho shoyu, a maizena e a água. Mexa bem e junte a mistura de frango. Cozinhe, mexendo constantemente, até formar um molho espesso. Coloque em uma travessa, polvilhe com amendoim e sirva quente.

Mantenha a cidade limpa!
 Não jogue lixo nas ruas.
 A população agradece!

LEMBRETE
**BEBA
 ÁGUA!**

Um corpo hidratado é um corpo saudável.

MANTENHA A
**CIDADE
 LIMPA!**

A Lei de Crimes Ambientais (Lei nº 9.605/1998) considera o descarte irregular de lixo um crime, com possibilidade de multa, detenção ou reclusão.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Câmara Municipal de Nova Iguaçu
 ATOS OFICIAIS

Processo nº 1305/2025 - Baseado nos pareceres da ACI e da Procuradoria, homologo a dispensa de licitação para a compra de 01 (uma) cadeira de rodas na cor preta, dobrável, com estrutura de carbono de alta resistência, rodas traseiras com sistema quick release (remoção rápida), apoio para os pés, encosto rebatível, almofada de espuma de alta densidade e apoios de braço escamoteáveis para pessoas adultas com tolerância até 130 Kg, para ser utilizada no prédio sede da Câmara Municipal de Nova Iguaçu, conforme Termo de Referência; na forma do art. 75, II da Lei nº 14.133/21, adjudicando o presente objeto à QUALYTECK TECNOLOGIA EM INFORMÁTICA LTDA - ME, no valor total de R\$ 1.639,00 (mil, seiscentos e trinta e nove reais).

Em, 14 de julho de 2025.

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
 Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Iguaba Grande
 ATOS OFICIAIS

PROCESSO Nº 231 / 2025
MODALIDADE: Concorrência Eletrônica nº 90004 / 2025

DE OBRAS/SERVIÇOS CONSTRUÇÃO DE ESCOLA MUNICIPAL NARCISO MACEDO em Iguaba Grande/RJ, conforme constante do Processo Administrativo nº 231/2025. Data da abertura: 30 de julho de 2025 - 10 horas. Lei Federal 14.133/2021. O Edital e seus Anexos estarão disponíveis gratuitamente na página oficial do Município: <https://www.iguaba.rj.gov.br>, na aba "transparência - licitações 14.133/21"; no endereço eletrônico: www.bnc.org.br; no endereço eletrônico do Portal Nacional de Compras Públicas - PNCP ou podendo obtê-lo em meio magnético na Sala da Comissão de Licitação, sede da PMIG, à Rodovia Amaral Peixoto, nº 3399, Km 102, Cidade Nova, Iguaba Grande.

Iguaba Grande, 15 de julho de 2025.
 André Luiz Façanha Macedo
 Agente de Contratação