



FRANGO DE PANELA DE PRESSÃO SEM ÁGUA

Ingredientes

1 frango inteiro/1/2 cebola/pimenta-do-reino (a gosto)/cebolinha (a gosto)/salsinha (a gosto)/colorau (a gosto).

Modo de preparo

Corte o frango em pedaços.

Coloque em uma panela de pressão o frango e os ingredientes, menos o colorau e cozinhe por 20 minutos em fogo alto.

Abra a panela com cuidado (não esqueça de tirar a pressão), coloque o colorau e uma pitada de sal.

Cozinhe por mais 20 minutos, dependendo do seu fogão em fogo médio.

Bom apetite!

CARNE MOÍDA COM BATATA SIMPLES

Ingredientes

500 g de carne moída/3 colheres de óleo/2 dentes de alho/1 cebola média picada/1 tablete de tempero sabor galinha ou carne/4 batatas cortadas em cubo/tempero verde/1 colher de colorau.

Modo de preparo

Coloque o óleo e a cebola até a cebola murchar e perder um pouco de água

Em seguida o alho e colorau. Coloque a carne até ela se soltar e fritar um pouco

Em seguida, adicione o tablete de tempero.

Assim que estiver dissolvendo o tablete, coloque a batata com um pouco de água, tampe a panela

Logo em seguida, veja se a batata está mole e acrescente o tempero verde.

GALINHA COM QUIABO

Ingredientes

680 g de molho de tomate/1/2 litro de água
600 g de galinha cortada em pedaços/1 cebola inteira picada/3 dentes de alho/4 colheres (sopa) de azeite de oliva/300 g de quiabo picado em rodajas/200 g de milho sal e pimenta a gosto.

Modo de preparo

Ferva o molho de tomate, a água e o sal.

Reserve. Aqueça o azeite e frite os pedaços da galinha com o alho e a cebola.

Coloque o quiabo picado Mexa apenas um pouco, com cuidado para ele não babar.

Cubra com o caldo até que passe dois dedos do nível dos ingredientes.

Espera cozinhar bem, e acrescente o milho ao restante do que foi preparado com o molho e despeje sobre a galinha.

Misture tudo e deixe mais 3 minutos em fogo brando

Retire do fogo.

Sirva ainda quente com arroz branco.



CONCESSÃO DE LICENÇA

BELT INDÚSTRIA E COMÉRCIO DE COSMÉTICOS LTDA
- CNPJ Nº 56.427.570/0001-17, torna público que recebeu da Secretaria Municipal de Ambiente e Sustentabilidade, através do processo nº 15489/2024 a Licença de Operação Nº 0869/2024 com validade até 16 de dezembro de 2029 para **Fabricação de cosméticos, produtos de perfumaria e de higiene pessoal.** Na rua Arariboia, s/n Lt 16 C Qd 2 / Vila São João / São João de Meriti, registrada na SEMAS/SJM.

Mantenha a cidade limpa!
Não jogue lixo nas ruas.

ESTADO DO RIO DE JANEIRO



Câmara Municipal de Nova Iguaçu

ATOS OFICIAIS

Processo nº 974/2025 - Baseado nos pareceres do Controle e da Procuradoria, homologo, na forma do art. 107 da Lei nº 14.133/21, a prorrogação do prazo do Contrato nº 006/2022, cujo objeto é a contratação de empresa especializada na prestação de serviços de seleção e administração de vagas para estágio remunerado de estudantes de instituições da rede de ensino superior, públicas ou privadas, oficiais e reconhecidas pelo Ministério da Educação – MEC,

ora denominadas de Agentes de Integração, que atuará em conjunto com a Câmara Municipal de Nova Iguaçu – CMNI e instituições de ensino superior, para preenchimento de 30 (trinta) vagas de estágio; adjudicando o presente à empresa CIEE – CENTRO DE INTEGRAÇÃO EMPRESA ESCOLA, com reajuste de 3,80% (três vírgula oitenta por cento) – INPC, na forma do Art. 124, II, alínea □d□ da Lei 14.133/21, perfazendo o valor mensal de R\$ 1.919,10 (mil,

novecentos e dezenove reais e dez centavos), pelo período de 12 (doze) meses, com o valor global de R\$ 23.029,20 (vinte e três mil, vinte e nove reais e vinte centavos).

Em, 18 de junho de 2025.

MARCIO LUÍS MARQUES GUIMARÃES
Presidente da Câmara Municipal de Nova Iguaçu