



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 rodela/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.

Espere 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.



ESTADO DO RIO DE JANEIRO



Câmara Municipal de Seropédica

ATOS OFICIAIS



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Câmara Municipal de Seropédica
Poder Legislativo
Gabinete do Presidente

ATO PRESIDENCIAL Nº 011/2022

DISPÕE SOBRE EXPEDIENTE NA CÂMARA MUNICIPAL DE SEROPÉDICA, EM RAZÃO DA REALIZAÇÃO DA FESTA DE CONFRATERNIZAÇÃO DE SEUS FUNCIONÁRIOS NO DIA 21 DE DEZEMBRO 2022.

O Presidente da Câmara Municipal de Seropédica, no exercício da competência administrativa atribuída regimentalmente, conforme art. 29, II e IV do Regimento Interno, estabelece:

Art. 1º. Fica estabelecido o expediente no âmbito da Câmara Municipal de Seropédica, em razão da festa de confraternização de seus funcionários a se realizar no dia 21 de dezembro 2022, da seguinte forma:

I - No dia 21 de dezembro de 2022 (quarta-feira) o expediente terá início às oito horas e se encerrará às doze horas;

Registre-se, Afixe-se e Publique-se.

Seropédica, 19 de dezembro de 2022.

HUGO PEREIRA DO CANTO JÚNIOR
Presidente da Câmara Municipal de Seropédica

Avenida Ministro Fernando Costa, 754, Centro, Seropédica, Rio de Janeiro, RJ
CEP nº 23.890-000 - (21) 2082-6757

ESTADO DO RIO DE JANEIRO



Prefeitura Municipal de Porto Real

ATOS OFICIAIS

AVISO DE LICITAÇÃO

Pregão Presencial 095/2022

O Município de Porto Real /RJ, através da Secretaria Municipal de Licitações Compras e Contratos torna público que realizará às **10:00** horas, do dia **09 de janeiro de 2023** na Sala de Licitações do Centro Administrativo Municipal no Palácio 5 de Novembro à Rua Hilário Ettore, 442, Centro Porto Real, RJ, licitação nº 095/2022 na modalidade Pregão na forma presencial, tipo menor preço, objetivando **AQUISIÇÃO DE CAPAS DE PROCESSO 2023** para atender a SECRETARIA MUNICIPAL DE ADMINISTRAÇÃO conforme especificações contidas no edital e seus anexos que são parte integrante do Processo Administrativo nº **5477/2022**. O Edital poderá ser retirado no portal oficial do município no endereço eletrônico <https://www.portoreal.rj.gov.br>. Para retirada do edital na Secretaria de Licitações Compras e Contratos os interessados deverão trazer: 1 (uma) resma (500 folhas) de papel sulfite tamanho A4 branco e documentos de identificação civil. VALOR MÁXIMO ADMITIDO: R\$ 31.800,00 (trinta e um mil e oitocentos reais)

Porto Real, 19 de dezembro de 2022.

LETÍCIA KLOTZ DE ALMEIDA

SECRETÁRIA MUNICIPAL DE LICITAÇÕES COMPRAS E CONTRATOS

LEI Nº 842 DE 21 DE NOVEMBRO DE 2022.

EMENTA: "INSTITUI A CAMPANHA "JUNHO VIOLETA", EM ALUSÃO AO DIA MUNDIAL DE CONSCIENTIZAÇÃO DA VIOLÊNCIA CONTRA A PESSOA IDOSA."

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL, ESTADO DO RIO DE JANEIRO, APROVOU E EU, PREFEITO MUNICIPAL, SANCIONO A SEGUINTE LEI:

Art. 1º - Fica instituída no Município de Porto Real a campanha "Junho Violeta", a ser realizada anualmente durante o mês de junho, com o objetivo desenvolver ações de mobilização, sensibilização e conscientização da população sobre todos os tipos de violência contra as pessoas idosas.

Parágrafo único - A campanha "Junho Violeta" terá como símbolo um laço de cor violeta.

Art. 2º - A campanha "Junho Violeta" passa a integrar o Calendário Oficial de Eventos do Município de Porto Real.

Art. 3º - A campanha "Junho Violeta" tem como diretrizes:

I - Conscientizar a população de que a violência e o abandono de pessoas idosas é crime;

II - Informar como qualquer pessoa pode denunciar casos de violência e abandono de pessoas idosas;

III - Incentivar doações e apoio a organizações da sociedade civil que cuidam de pessoas idosas;

IV - Realizar ações de conscientização sobre os direitos das pessoas idosas; e

V - Estimular eventos e iluminação na cor violeta nos prédios públicos no mês de junho.

Art. 4º - As despesas decorrentes da execução desta lei correrão à conta de dotações orçamentárias próprias.

Art. 5º - Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Alexandre Augustus Serfotiotis

Prefeito

LEI Nº 843 DE 21 DE NOVEMBRO DE 2022

EMENTA: "INSTITUI O CADASTRO MUNICIPAL PARA ADOÇÃO DE ANIMAIS E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS."

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL, ESTADO DO RIO DE JANEIRO, APROVOU E EU, PREFEITO MUNICIPAL, SANCIONO A SEGUINTE LEI:

Art. 1º - Fica instituído o Cadastro Municipal para Adoção de Animais, com o objetivo de conectar interessados em adotar animais domésticos, organizações da sociedade civil e órgãos públicos de proteção animal, como centros de controle de zoonoses, canis, gatis e abrigos.

Art. 2º - O Cadastro Municipal para Adoção de Animais possibilitará aos interessados em adotar animais domésticos a inserção de dados pessoais, meios de contato e características dos animais que pretende adotar, como espécie, porte, sexo, entre outras informações.

Art. 3º - O Cadastro Municipal para Adoção de Animais possibilitará às organizações da sociedade civil a inserção de dados da entidade, meios de contato e divulgação.

dos animais disponíveis para adoção, informando características como espécie, porte, sexo, entre outras informações.

Art. 4º - As adoções serão executadas pelas organizações da sociedade civil e órgãos públicos de proteção animal, que devem fixar critérios e procedimentos para selecionar os adotantes e garantir a segurança dos animais adotados.

Art. 5º - O Poder Executivo expedirá os regulamentos necessários para a fiel execução desta lei.

Art. 6º - As despesas decorrentes da execução desta lei correrão por conta das dotações orçamentárias próprias, suplementadas se necessário.

Art. 7º - Esta lei entra em vigor na data de sua publicação.

ALEXANDRE AUGUSTUS SERFIOTIS

Prefeito

LEI Nº 844 DE 23 DE NOVEMBRO DE 2022.

EMENTA: efetua denominação de logradouros públicos no Loteamento Real Grandeza, no Município de Porto Real/RJ e dá outras providências.

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL, ESTADO DO RIO DE JANEIRO, APROVOU E EU PREFEITO MUNICIPAL DE PORTO REAL/RJ SANCIONO A SEGUINTE LEI:

Art.1º – Ficam as Ruas Um e Dois, localizadas no Loteamento Real Grandeza I, II, III e IV, situado no Bairro Ettore, no Município de Porto Real/RJ, individualmente, denominados, conforme demonstrado na tabela abaixo, contendo a nomenclatura antiga, bem como os nomes a serem denominados:

Número da Rua	Loteamento	Nome a ser denominado através desta Lei
Um	Real Grandeza I	Rua Imperador D. Pedro I
Dois	Real Grandeza I e II	Rua Imperatriz Maria Leopoldina
Um	Real Grandeza II	Rua Imperatriz Amélia de Leuchtenberg
Um	Real Grandeza III	Rua Princesa Isabel de Bragança
Dois	Real Grandeza III e IV	Rua Imperatriz Tereza Cristina

Art.2º - Esta lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições contrário.

ALEXANDRE AUGUSTUS SERFIOTIS

Prefeito

LEI Nº 845 DE 23 DE NOVEMBRO DE 2022

EMENTA: "INSTITUI A CAMPANHA CHECK-UP FEMININO PARA ORIENTAÇÃO E PREVENÇÃO DE DOENÇAS NO MUNICÍPIO DE PORTO REAL E DÁ OUTRAS PROVIDÊNCIAS."

FAÇO SABER QUE A CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO REAL, ESTADO DO RIO DE JANEIRO, APROVOU E EU, PREFEITO MUNICIPAL, SANCIONO A SEGUINTE LEI:

Art. 1º - Fica instituída a Campanha Check-up Feminino no Município de Porto Real, com o objetivo de orientar as mulheres sobre o diagnóstico precoce e prevenção de doenças.

Art. 2º - São diretrizes da Campanha a que se refere o artigo 1º:

I - Promoção de ações educativas sobre a importância da atividade física regular;

II - Conscientização sobre a necessidade de realização de exames periódicos, conforme recomendação médica;

III - Disponibilização de medição da pressão arterial de maneira acessível;

IV - Orientação nutricional.

Art. 3º - O Poder Executivo Municipal fica autorizado a celebrar parcerias com a iniciativa privada para a realização de exames preventivos.

Art. 4º - O Poder Executivo expedirá os regulamentos necessários para a fiel execução desta lei.

Art. 5º - As despesas decorrentes da execução desta lei correrão por conta das dotações orçamentárias próprias, suplementadas se necessário.

Art. 6º - Esta lei entra em vigor na data de sua publicação.

ALEXANDRE AUGUSTUS SERFIOTIS

Prefeito

br/autenticidade
conforme MP nº 2.200-2/2001, que instituiu a estrutura de

