



Menú San Nicolás De Myra | 2024

Senior Level



Period from 02nd to 06th September

	MONDAY 02	TUESDAY 03	WEDNESDAY 04	THURSDAY 05	FRIDAY 06
SOUP/CREAM	SOPA DE CARNE CON FIDEOS CABELLOS	SOPA DE POLLO CON ARROZ	CREMA DE ZAPALLO CAMOTE	SOPA DE POLLO CON FIDEOS	CREMA DE COLIFLOR
SALAD BAR	ENSALADA DE TOMATE CON PEPINO	ENSALADA MIX DE LEGUMBRES	ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA	ENSALADA DE APIO CON MANZANA VERDE	ENSALADA DE LECHUGA Y RÚCULA
	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE LECHUGA CON ACEITUNAS Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE PEPINO CON CHOCLO Y PIMENTON
	ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE COCHAYUYO	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE ZANAHORIA
BOTTOM PLATE	CROQUETA DE PAVO CON PURÉ DE PAPAS	HAMBURGUESA CON PAPAS BASTÓN	MILANESA DE POLLO CON SPAGUETTI	LOMITO DE CERDO BARBECUE CON PURÉ MIXTO	KEBAB VACUNO (CHURRASCO, REPOLLO MIXTO, TOMATE, LECHUGA) CON PAPAS BASTÓN
	GOULASH DE VACUNO CON VERDURAS AL GRATÍN	ZAPALLITO ITALIANO RELL. CON PINO DE JAMÓN DE PAVO AL GRATÍN CON PAPAS DORADAS	MERLUZA A LA MAULINA CON ARROZ AL CIBOULETTE	POROTOS A LA CAMPESINA CON ALBONDIGUITAS	PASCUALINA CON GRATÍN DE POROTOS VERDES
DESSERTS	ENSALADA DE FRUTA	FRUTA	AVENA CON LECHE	ARROZ CON LECHE	JALEA
	JALEA	JALEA	JALEA	FRUTA	MACEDONIA
	MOUSSE DE FRUTILLA	SEMOLA CON LECHE Y SALSA DE FRAMBUESA	MACEDONIA	JALEA	PIE DE YOGURT
	TORTA DE PIÑA	TARTA DE MANZANA	TORTA DE CHOCOLATE	PROFITEROLES CON PASTELERA	SUSPIRO LIMEÑO
HYPOCALORIC	ROLLITOS DE JAMÓN/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	MOLDE DE ATÚN/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	BROCHETA CAPRESSE/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	OMELETTE CHOCLO, ZANAHORIA Y PIMIENTO/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)
VEGAN	SPAGUETTI CON SALSA BOLOÑESA (PVT)	GUISO DE HABAS(HABAS, ZANAH, PAPA, SOFRITO, PAN, PEREJIL)	CROQUETAS DE POROTOS NEGROS CON ARROZ AL CIBOULETTE	POROTOS A LA CAMPESINA	FAJITA RELLENA CON POROTOS NEGROS, CHOCLO, LECHUGA Y GUACAMOLE



Datos

Valor Almuerzo: \$4.490

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Santander / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente / 000 924 2777 - 3

Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

Formato de operación es por pago anticipado

Mes Septiembre (con miércoles) \$67.350

Mes Septiembre (sin miércoles) \$53.880

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:

Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Contacto Comedor - Sebastián Canales:

Email: comedor-snm@giser.cl / Tel:

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú San Nicolás De Myra | 2024

Senior Level



Period from 09th to 13th September

	MONDAY 09	TUESDAY 10	WEDNESDAY 11	THURSDAY 12	FRIDAY 13
SOUP/CREAM	CELEBRACIÓN FIESTAS PATRIAS	SOPA DE POLLO CON VERDURAS PERFUMADA CON ALBAHACA	CREMA DE TOMATE	SOPA DE CERDO CON CHUCHOCA	SOPA CARBONADA DE VERDURAS
SALAD BAR		ENSALADA DE APIO CON RABANITOS	ENSALADA DE BRETONA	ENSALADA DE APIO CON MANZANA VERDE	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS
		ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE LECHUGA CON ZANAHORIA RALLADA	ENSALADA DE TOMATE
		ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA	ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO RALLADO CON SÉSAMO	ENSALADA DE PEPINO CON SALSAS DE YOGURT	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA CON POROTO VERDE
BOTTOM PLATE		FILETES DE POLLO GRILLE CON GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO	FIGURAS MARINAS/MERLUZA A LA VIZCAINA CON PURÉ DE PAPAS	CANUTONES CON SALSAS BOLOÑESA	GOHAN (NUGGET SALMON, QUESO FRESCO, ARROZ, PALTA, TOMATE, CIBOUL)
		GARBANZOS GUISADOS CON CHURRASCO (OPCIONAL)	PANQUEQUE DE JAMÓN QUESO GRATÍN	CHULETA DE CERDO AL ROMERO CON PAPAS RÚSTICAS	STROGONOFF DE VACUNO CON GRATÍN DE VERDURAS (CHOCLO, TOMATE Y BERENJENA)
DESSERTS		BERLIN HORNEADO	ENSALADA DE FRUTA	BRAZO DE REINA	BAVAROISE DE FRUTILLA
		FRUTA	JALEA CON LECHE	FRUTA	JALEA
		JALEA	JALEA	JALEA	KUCHEN DE MANZANA
		MAICENA CON LECHE CON SALSAS DE FRAMBUESA	ROLLO DE CHOCOLATE	PERA AL CURRY	TUTTI-FRUTTI
HYPOCALORIC	FALAFEL/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	DADOS DE QUESO FRESCO/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	FILETES DE POLLO GRILLE/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	
VEGAN	GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO	CARBONADA VEGETARIANA	PANQUEQUE DE ESPINACA	FOCACCIA VEGANA (ZAP. ITALIANO, TOMATE, QUESO VEGAN)	



Datos

Valor Almuerzo: \$4.490

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Santander / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente / 000 924 2777 - 3

Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

Formato de operación es por pago anticipado

Mes Septiembre (con miércoles) \$67.350

Mes Septiembre (sin miércoles) \$53.880

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:

Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Contacto Comedor - Sebastián Canales:

Email: comedor-snm@giser.cl / Tel:

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú San Nicolás De Myra | 2024

Senior Level



Period from 16th to 20th September

	MONDAY 16	TUESDAY 17	WEDNESDAY 18	THURSDAY 19	FRIDAY 20
SOUP/CREAM	FERIADO FIESTAS PATRIAS				
SALAD BAR					
BOTTOM PLATE					
DESSERTS					
HYPOCALORIC					
VEGAN					



Datos

Valor Almuerzo: \$4.490

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Santander / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente / 000 924 2777 - 3

Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

Formato de operación es por pago anticipado

Mes Septiembre (con miércoles) \$67.350

Mes Septiembre (sin miércoles) \$53.880

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:

Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Contacto Comedor - Sebastián Canales:

Email: comedor-snm@giser.cl / Tel:

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú San Nicolás De Myra | 2024

Senior Level



Period from 23rd to 27th September

	MONDAY 23	TUESDAY 24	WEDNESDAY 25	THURSDAY 26	FRIDAY 27
SOUP/CREAM	CREMA DE CHAMPIÑONES	SOPA DE POLLO CON VERDURAS Y HUEVO	SOPA DE CARNE CON ARROZ	CONSOME ALIANZA	CREMA DE CHOCLO
SALAD BAR	ENSALADA DE CHOCLO	ENSALADA DE APIO	ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE APIO CON RABANITOS	ENSALADA DE LECHUGA
	ENSALADA DE LECHUGA CON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA CON ARVEJITAS	ENSALADA DE CEBOLLA ASADA	ENSALADA DE BROCOLI	ENSALADA DE PEPINO CON TOMATE
	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE COLIFLOR CON CILANTRO	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE VERDURAS ASADAS
BOTTOM PLATE	CHARQUICÁN DE VERDURAS CON HUEVO FRITO (OPCIONAL)	CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA CON PURÉ DE PAPAS	LASAÑA BONTÚ	ASADO ALEMÁN CON PURÉ DE PAPAS	PECHUGA DE PAVO RELLENA CON VERDURAS CON ARROZ
	TORTELLINI POMODORO CON ARROZ PERLA	JULIANA DE VACUNO CON CHOCLO A LA MANTEQUILLA	MERLUZA A LA VIZCAINA/NUGGET DE SALMÓN CON POLENTA ASADA CON ALBAHACA	POROTOS CON MOTE	QUESADILLA CON GUACAMOLE
DESSERTS	BIZCOCHO CON MERMELADA	FRUTA	COCADA DE BIZCOCHO	CIRUELAS CON MOTE	ARROZ CON LECHE
	FRUTA	JALEA	ENSALADA DE FRUTA	JALEA	JALEA
	JALEA	MAICENA CON LECHE CON SALSA DE FRAMBUESA	JALEA	MOUSSE DE MARACUYA	MACEDONIA
	POSTRE TRES LECHE	PANQUEQUE RELLENO CON MANZANA CARAMELIZADA	PASTELERA CON MACEDONIA	QUEQUE DE ZANAHORIA Y SEMILLA DE AMAPOLA	TORTA DE DURAZNO
HYPOCALORIC	MOLDE DE ATÚN AL CILANTRO/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	DADOS DE QUESO FRESCO MARINADOS CON ENELDO/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	FALAFEL/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	ROLLITOS DE JAMÓN/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	PALTA RELLENA CON MOUSSE DE ATÚN/HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS
VEGAN	ESCALOPA DE ZAPALLO ITALIANO CON ARROZ PERLA	ZAPALLO ITALIANO RELLENO CON QUINOA Y PINO DE CHAMPIÑÓN	LASAÑA BOLOÑESA (PVT)	BARRITA DE QUINOA CON PANACHÉ DE VERDURAS	ÑOQUIS CON SALSA MEDITERRÁNEA



Datos

Valor Almuerzo: \$4.490

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Santander / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente / 000 924 2777 - 3

Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

Formato de operación es por pago anticipado

Mes Septiembre (con miércoles) \$67.350

Mes Septiembre (sin miércoles) \$53.880

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:
Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Contacto Comedor - Sebastián Canales:

Email: comedor-snm@giser.cl / Tel:

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú San Nicolás De Myra | 2024

Senior Level



Period from 30th September to 04th October

	MONDAY 30	TUESDAY 01	WEDNESDAY 02	THURSDAY 03	FRIDAY 04
SOUP/CREAM	SOPA DEL CHEF	OCTUBRE			
	ENSALADA DE APIO CON SÉSAMO				
SALAD BAR	ENSALADA DE CHOCLO CON TOMATE				
	ENSALADA DE LECHUGA				
	SUPREMA DE POLLO EN SU SALSA CON CANUTONES				
BOTTOM PLATE	QUICHE FLORENTINO CON BOUQUETIER DE VERDURAS				
	FRUTA				
DESSERTS	JALEA				
	MERENGÓN DE MORA				
	QUEQUE MARMOLEADO				
	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)				
HYPOCALORIC					
VEGAN	FAJITA VEGANA (*P.V.T., CHOCLO LECHUGA Y GUACAMOLE)				



Datos

Valor Almuerzo: \$4.490

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Santander / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente / 000 924 2777 - 3

Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

Formato de operación es por pago anticipado

Mes Septiembre (con miércoles) \$67.350

Mes Septiembre (sin miércoles) \$53.880

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:

Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Contacto Comedor - Sebastián Canales:

Email: comedor-snm@giser.cl / Tel:

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales

