



# Menú San Nicolás de Myra | 2026

## PLAYGROUP | Month of May



GESTION INTEGRAL DE SERVICIOS

Mes del super  
alimento de  
la Palta

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña  
de consumo de frutos rojos

	Monday - 04/05/2026	Kcal		Tuesday - 05/05/2026	Kcal		Wednesday - 06/05/2026	Kcal		Thursday - 07/05/2026	Kcal		Friday - 08/05/2026	Kcal
	ENSALADA DE APIO	16		ENSALADA DE BETARRAGA	24		ENSALADA DE LECHUGA	11		ENSALADA DE ZANAHORIA	37		ENSALADA DE LECHUGA PICADA	11
	TOMACIÁN	97		SALTEADO DE POLLO	114		LENTEJAS CON ARROZ	243		PAVO AL ENELDO	96		PECHUGA DE POLLO APANADA	190
	PURÉ DE PAPAS	139		ARROZ PERLA	190					VERDURAS AL VAPOR	66		PURÉ DE PAPAS	139
	FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75

	Monday - 11/05/2026	Kcal		Tuesday - 12/05/2026	Kcal		Wednesday - 13/05/2026	Kcal		Thursday - 14/05/2026	Kcal		Friday - 15/05/2026	Kcal
	ENSALADA DE CHOCLO	70		ENSALADA DE TOMATE	37		ENSALADA DE PEPINO	19		ENSALADA DE POROTOS VERDES	42		ENSALADA DE TOMATE	37
	CARNE MECHADA	88		PASTEL DE FIDEOS BONTÚ (POLLO)	246		PULPA DE CERDO EN SU SALSA	93		FILETES DE POLLO GRILLÉ	112		SPAGUETTI CON SALSA BOLOÑESA	225
	ARROZ GRANEADO	190					PAPAS SALTEADAS	94		ARROZ GRANEADO	190			
	FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75

	Monday - 18/05/2026	Kcal		Tuesday - 19/05/2026	Kcal		Wednesday - 20/05/2026	Kcal		Thursday - 21/05/2026	Kcal		Friday - 22/05/2026	Kcal
	ENSALADA DE LECHUGA	11		ENSALADA DE BETARRAGA	24		ENSALADA DE TOMATE	37		<b>FERIADO: DIA DE LAS GLORIAS NAVALES</b>			<b>INTERFERIADO</b>	
	PULPA DE CERDO EN SU SALSA	80		PECHUGA DE POLLO ARVEJADA	108		OMELETTE DE TOMATE, CHOCLO Y CHAMPIÑONES	140						
	SPAGUETTI	195		ARROZ PRIMAVERA	177		ESPIRALES	195						
	FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75						

	Monday - 25/05/2026	Kcal		Tuesday - 26/05/2026	Kcal		Wednesday - 27/05/2026	Kcal		Thursday - 28/05/2026	Kcal		Friday - 29/05/2026	Kcal
	ENSALADA DE ZANAHORIA	37		ENSALADA PRIMAVERA	58		ENSALADA DE LECHUGA	11		ENSALADA MIX 4 COLORES	11		ENSALADA DE TOMATE	37
	CROQUETAS DE ATÚN (HORNEADA)	92		GARBANZOS CON ARROZ	255		SUPREMA DE POLLO EN SU SALSA	99		HAMBURGUESA CASERA	132		VACUNO ASADO	80
	PURÉ DE PAPAS	139					ARROZ PERLA	190		BOUQUETIER DE VERDURAS	66		ARROZ CON ZANAHORIA	187
	FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75		FRUTA NATURAL PICADA	75

### APORTES NUTRICIONALES

1ERA. UNIDAD:  
CALORÍAS 450 - 500  
PROTEINAS 17GR

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos



2DA. UNIDAD:  
CALORÍAS 550 - 600  
PROTEINAS 22GR

\*Valores referenciales

\*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme a la ley N° 20.606

CONTACTO COMEDOR  
SEBASTIÁN CANALES

comedor-snm@giser.cl

Casino: +569 61662303

### ICOMOGRAFIA



SALAD BAR



MAIN DISH



SIDE DISH



DESSERTS