



Menú San Nicolás de Myra | 2026

SENIOR | Month of June



	Monday - 01/06/2026	Tuesday - 02/06/2026	Wednesday - 03/06/2026	Thursday - 04/06/2026	Friday - 05/06/2026
	CONSOMÉ AL HUEVO		CREMA DE ACELGA		CREMA DE ZANAHORIA
	ENSALADA DE APIO ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE CHOCLO TOMATE		ENSALADA DE POROTOS VERDES ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO
	LOMITO DE CERDO A LAS FINAS HIERBAS SALTEADO DE CARNES MIXTAS		ASADO ALEMÁN CHARQUICÁN DE VERDURAS CON HUEVO FRITO		PAPAS SUPREMA (VAC.MOLIDA,CEBOLLA CARAM, PAPAS BASTÓN,TOMATE) PECHUGA DE POLLO ASADA
	ESPIRALES PANACHE DE VERDURAS		ARROZ GRANEADO VERDURAS SALTEADAS CON CUS CUS		CHOCLO A LA MANTEQUILLA PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	FLAN DE VAINILLA JALEA QUEQUE MÁRMOL FRUTA NATURAL		BERLÍN HORNEADO JALEA FRUTA NATURAL COMPOTA DE KIWI Y PLÁTANO		HELADO DE PALETA NATURAL JALEA Waffles con manjar y frutillas FRUTA NATURAL
	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)		FILETES DE POLLO GRILLE CON ENSALADA MIXTA		TOMATE RELLENO CON PASTA DE JAMÓN, QUESILLO Y ACEITUNA CON ENSALADA MIXTA
	SPAGUETTI BOLOÑESA (PVT)		FAJITA VEGANA (*P.V.T.,CHOCLO LECHUGA Y GUACAMOLE)		CHORRILLANA DE VERDURAS CON PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)

	Monday - 08/06/2026	Tuesday - 09/06/2026 TEMÁTICO: DÍA DEL BARROS LUCO	Wednesday - 10/06/2026	Thursday - 11/06/2026 TEMÁTICO: INICIO DEL MUNDIAL DE FÚTBOL	Friday - 12/06/2026
	CONSOMÉ A LAS FINAS HIERBAS		SOPA DE AJIACO		CONSOMÉ ALIANZA
	ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE ENSALADA DE POROTOS VERDES		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE TOMATE CILANTRO		ENSALADA MIX 4 COLORES ENSALADA DE PEPINO CON CIBOULETTE ENSALADA DE TOMATE Y RÚCULA
	PASTEL DE PAPAS PECHUGA DE POLLO ARVEJADA		GARBANZOS A LA CAMPESINA (JARDINERA) CON ALBONDIGUITAS (OPCIONAL) TIRITAS DE POLLO REBOZADAS		GOHAN (NUGGET SALMÓN, QUESO FRESCO, ARROZ, PALTÁ, TOMATE, CIBOUL) SUPREMA DE POLLO EN SU SALSA
	ARROZ GRANEADO VERDURAS SALTEADAS		ESPIRALES AL PESTO BOUQUETIER DE VERDURAS		QUIFAROS GUISO DE VERDURAS
	QUEQUE CASERO JALEA FRUTA CON YOGURT FRUTA NATURAL		DELICIAS JALEA COMPOTA DE CIRUELAS FRUTA NATURAL		TORTA DE BIZCOCHO MANJAR JALEA BAVAROISE DE GUINDA FRUTA NATURAL
	ATÚN / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		MINI QUICHE DE ESPINACAS CON ENSALADA MIXTA		HUEVO / PALTÁ CON ENSALADA MIXTA
	PASTEL DE PAPAS (*PVT)		CHARQUICÁN DE VERDURAS Y P.V.T.		ZAPALLITO ITALIANO RELL.CON PINO DE VERDURAS Y QUINOA

APORTES NUTRICIONALES

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

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

Nuestras líneas
de producción
no son libres
de alérgenos



ICONOGRAFIA



*Valores referenciales

Mes del super
alimento de
la Cúrcuma

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña
de la cúrcuma

	Monday - 15/06/2026		Tuesday - 16/06/2026		Wednesday - 17/06/2026		Thursday - 18/06/2026		Friday - 19/06/2026
	SOPA DE CARNE CON VERDURAS		SOPA DE POLLO CON POLENTA		CREMA DE VERDURA		VACACIONES DE INVIERNO		VACACIONES DE INVIERNO
	ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE COLIFLOR CON CILANTRO		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE ZANAHORIA ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO RALLADO CON SÉSAMO		ENSALADA MIX 4 COLORES ENSALADA DE PEPINO ENSALADA DE TOMATE				
	BISTEC DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA ZAPALLITO ITALIANO RELLENO CON POLLO GRATIN		FRICANDELAS DE VACUNO (HORNEADAS) POROTOS A LA CHILENA CON ESCALOPÍN DE POLLO (OPCIONAL)		FETUCCINI CON SALSA DE ATÚN GOULASH DE PAVO				
	MOSTACCIOLI AL ROMERO CATAMARCA (ZAP.ITALIANO, BERENJENA, CEBOLLA, S.SA.TOMATE)		ARROZ PRIMAVERA VERDURAS A LA FRANCESA		PANACHE DE VERDURAS QUINOA GRANEADA				
	MOUSSE DE LIMÓN JALEA MUFFINS FRUTOS DEL BOSQUE FRUTA NATURAL		BUDÍN DE PLÁTANO JALEA PERA AL CURRY FRUTA NATURAL		SUSPIRO LIMEÑO JALEA PROFITEROLES CON MANJAR FRUTA NATURAL				
	VARITAS DE PESCADO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)		JULIANA DE VACUNO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA				
	HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE		SALSA BOLOÑESA GARBANZOS CON SPAGUETTI		BARRITA DE TOFU MARINADO CON SEMILLA DE CHÍA Y SÉSAMO				

	Monday - 22/06/2026		Tuesday - 23/06/2026		Wednesday - 24/06/2026		Thursday - 25/06/2026		Friday - 26/06/2026
	VACACIONES DE INVIERNO		VACACIONES DE INVIERNO		VACACIONES DE INVIERNO		VACACIONES DE INVIERNO		VACACIONES DE INVIERNO

APORTES NUTRICIONALES

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

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

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos

*Valores referenciales

DATOS

VALOR ALMUERZO

\$4.910 por día
\$49.100 sin miércoles | \$63.830 con miércoles

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A: Giser S.A. | Banco Santander

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 0000 9242777-3

Formato de operación es por pago anticipado
Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso del alumno

*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

SOUP SALAD BAR MAIN DISHES SIDE DISHES

DESSERTS HYPOCALORIC VEGAN