



Menú San Nicolás de Myra | 2026

SENIOR | Month of May



Monday - 04/05/2026		Tuesday - 05/05/2026		Wednesday - 06/05/2026		Thursday - 07/05/2026		Friday - 08/05/2026	
	SOPA DE CERDO CON CHUCHOCA		CREMA DE COLIFLOR		SOPA DE VERDURAS		CREMA DE ARVEJAS		CONSOMÉ AL ENELDO
	ENSALADA DE APIO MEDIALUNA CON RABANITOS ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE ZANAHORIA		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO ENSALADA DE POROTO VERDE CON TOMATE		ENSALADA DE BRÓCOLI CON DIENTE DE DRAGÓN ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y PASAS		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE COCHAYUYO ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA Y ESPINACA		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE TOMATE ENSALADA DE HABAS CON CEBOLLA Y CILANTRO
	OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO TOMATICÁN		PULPA DE CERDO A LA MIEL SALTEADO DE POLLO CHAMPIÑONES Y SALSAS NAPOLITANA		ALBÓNDIGAS CON SALSAS POMODORO LENTEJAS CON ARROZ CON ESCALOPÍN DE POLLO (OPCIONAL)		PAVO AL ENELDO ROLLITO DE MERLUZA AL LIMÓN		PECHUGA DE POLLO APANADA QUESADILLA JAMÓN QUESO
	PURÉ DE PAPAS AL CILANTRO VERDURAS SALTEADAS		ARROZ PERLA PEPERONATTA		SPAGUETTI		ARROZ ÁRABE VERDURAS AL VAPOR		PAPAS BASTÓN (HORNEADAS) VERDURAS ASADAS
	BAVAROISE DE LIMÓN JALEA QUEQUE CASERO FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL JALEA LECHE NEVADA STRUDEL DE MANZANA		BROWNIE JALEA FRUTA NATURAL MOLDE DE MAICENA CON SALSAS DE BERRIES		CREMA CATALANA JALEA EMPOLVADO FRUTA NATURAL		HELADO DE PALETA NATURAL JALEA TORTA DE PIÑA FRUTA NATURAL
	ROLLITO DE JAMÓN DE PAVO COCIDO / HUEVO CON ENSALADA SURTIDA		BOWL CESAR (POLLO)		QUESO FRESCO / HUEVO CON ENSALADA SURTIDA		TORTILLA DE ACELGA / HUEVO CON ENSALADA SURTIDA		BOWL ENSALADA CAPRESE
	CARBONADA VEGETARIANA (VERDURAS Y *PVT)		ÑOQUIS DE POLENTA CON SALSAS POMODORO		LENTEJAS CON ARROZ		CHAPSUI DE VERDURAS CON ALMENDRAS LAMINADAS CON ARROZ ÁRABE		HAMBURGUESA DE GARBANZOS (FALÁFEL)

Monday - 11/05/2026		Tuesday - 12/05/2026		Wednesday - 13/05/2026		Thursday - 14/05/2026		Friday - 15/05/2026	
	CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL		SOPA DE CARNE CON ARROZ		CREMA DE ACELGA		CONSOMÉ ALIANZA (MIXTO)		CREMA DE CHOCLO
	ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO ENSALADA DE REPOLLO CON CILANTRO		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE CEBOLLA ASADA ENSALADA DE TOMATE CILANTRO		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BRETONA ENSALADA DE PEPINO AL ENELDO		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BETARRAGA Y ZANAHORIA ENSALADA DE POROTOS VERDES		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE ESPINACA ENSALADA DE TOMATE
	CARNE MECHADA PECHUGA DE POLLO ARVEJADA		PANQUEQUE RELLENO CON JAMÓN Y CHOCLO PASTEL DE FIDEOS BONTÚ (POLLO)		PULPA DE CERDO CON SALSAS ORIENTAL (VERDURAS CHINAS) ZAPALLITO ITALIANO RELLENO CON PINO AL GRATÍN		FILETES DE POLLO CON SALSAS AL POMODORO POROTOS A LA CHILENA		CHULETA DE CERDO AL JUGO LASAÑA BOLOÑESA
	ARROZ GRANEADO VERDURAS AL VAPOR				PAPAS AL CILANTRO PRIMAVERA DE VERDURAS		ALBONDIGUITAS (ACOMP. LEGUMBRE) ARROZ CON CEBOLLÍN		GUISO DE POROTOS VERDES PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	BRAZO GITANO JALEA MOUSSE DE FRUTILLA FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL JALEA MAICENA CON LECHE QUEQUE DE PLÁTANO		PANQUEQUE RELLENO CON MANJAR JALEA SÉMOLA CON LECHE Y SALSAS DE FRAMBUESA FRUTA NATURAL		CONJITO CON CREMA PASTELERA JALEA TURRÓN ARÁNDANOS FRUTA NATURAL		BUDÍN COLEGIAL JALEA FLAN CHOCOLATE FRUTA NATURAL
	MOLDE DE ATÚN / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		TOMATE RELLENO CON PASTA DE JAMÓN, QUESILLO Y ACEITUNA CON ENSALADA SURTIDA		PECHUGA DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA SURTIDA		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA SURTIDA		ABANICO DE PALTA REINA CON ENSALADA SURTIDA
	PASTEL DEL PASTOR (PINO DE VERDURAS)		HAMBURGUESA DE LENTEJAS CON VERDURAS SALTEADAS CON CUS CÚS		ZAPALLITO ITALIANO RELLENO CON PINO DE VERDURAS Y QUINOA		BARRITA DE QUINOA CON BOUQUETIER DE VERDURAS		BURRITO VEGANO (P.V.T., POROTOS NEGRO CEBOLLA, LECHUGA Y GUACAMOLE)

APORTES NUTRICIONALES

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

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

*Valores referenciales

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos

ICONOGRAFIA

SOUP

SALAD BAR

MAIN DISHES

SIDE DISHES

DESSERTS




































HYPOCALORIC




VEGAN

Mes del super alimento de la Palta

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de consumo de frutos rojos

Monday - 18/05/2026		Tuesday - 19/05/2026		Wednesday - 20/05/2026 TEMÁTICO: DÍA DEL "COMPLETO"		Thursday - 21/05/2026		Friday - 22/05/2026	
	CREMA DE LENTEJAS		CONSUMÉ AL HUEVO		CREMA DE ESPINACAS		FERIADO: DÍA DE LAS GLORIAS NAVALES		INTERFERIADO
	ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE APIO CON RABANITOS ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE POROTOS VERDES		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BRÓCOLI Y COLIFLOR ENSALADA DE TOMATE				
	PULPA DE CERDO A LA FINAS HIERBAS SALSA BOLOÑESA		MERLUZA AL CIBOULETTE PECHUGA DE POLLO ARVEJADA		SÁNDWICH AS (PAN COMPLETO, CHURRASCO, TOMATE, PALTA) / OMELETTE DE TOMATE, CHOCLO Y CHAMPIÑONES				
	SPAGUETTI AL ORÉGANO RATATOUILLE		ARROZ PRIMAVERA FLAN DE VERDURAS		PAPAS BASTÓN (HORNEADAS) ESPIRALES				
	BAVAROISE DE NARANJA JALEA QUEQUE DE AVENA FRUTA NATURAL		KUCHEN DE MANZANA JALEA SUSPIRO LIMEÑO FRUTA NATURAL		FLAN DE VAINILLA JALEA TORTA DE BIZCOCHO MANJAR FRUTA NATURAL				
	QUESO FRESCO/ HUEVO CON ENSALADA MIXTA		PANQUEQUE FLORENTINO AL GRATÍN/ HUEVO CON ENSALADA MIXTA		ROLLITO DE JAMÓN DE PAVO COCIDO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA				
	HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE		ZAPALLITO ITALIANO RELLENO CON PINO DE VERDURAS		CROQUETAS DE LENTEJAS AL POMODORO				

Monday - 25/05/2026		Tuesday - 26/05/2026		Wednesday - 27/05/2026		Thursday - 28/05/2026		Friday - 29/05/2026	
	SOPA DEL CHEF		CREMA DE VERDURA		CONSUMÉ ALIANZA (MIXTO)		CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL		SOPA DE POLLO CON FIDEOS
	ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE ZANAHORIA ENSALADA DE ZAPALLITOS ITALIANO		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA PRIMAVERA		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE CHOCLO ENSALADA DE BETARRAGA		ENSALADA MIX 4 COLORES ENSALADA DE COLIFLOR CON CILANTRO ENSALADA DE HABAS CON PIMIENTO ROJO		ENSALADA DE LECHUGA ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA ENSALADA DE TOMATE
	CROQUETAS DE ATÚN (HORNEADA) RAVIOLES DE CARNE CON SALSA POMODORO		GARBANZOS CON ARROZ CON ESCALOPÍN DE POLLO (OPCIONAL) PULPA DE CERDO AL JUGO		QUESILLO APANADO CON SÉSAMO SUPREMA DE POLLO EN SU SALSA		HAMBURGUESA CASERA TORTILLA CHACARERA		BURRITOS DE POLLO CON SALSA GUACAMOLE VACUNO ASADO
	PURÉ DE PAPAS VERDURAS AL GRATÍN		CHOCLO A LA MANTEQUILLA CORBATAS AL PEREJIL		ARROZ PILAF PEPERONATTA CON APIO		PAPAS BASTÓN (HORNEADAS) BOUQUETIER DE VERDURAS		ARROZ CON ZANAHORIA NACHOS CASEROS
	QUEQUE MÁRMOL JALEA SÉMOLA CON LECHE FRUTA NATURAL		PERA ASADA CON SALSA DE CARAMELO JALEA PROFITEROLES CON MANJAR FRUTA NATURAL		FLAN DE FRUTILLA JALEA STRUDEL DE MANZANA FRUTA NATURAL		BROWNIE JALEA MAICENA CON LECHE CON SALSA DE FRAMBUESA FRUTA NATURAL		DELICIAS JALEA HELADO DE PALETA NATURAL FRUTA NATURAL PANACCOTTA DE FRUTILLA
	FAJITA VEGANA (*P.T.,CHOCLO LECHUGA Y GUACAMOLE) / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		ROLLITO DE JAMÓN DE PAVO COCIDO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		QUESO GAUDA / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		HAMBURGUESA CASERA / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		TOMATE REINA/ HUEVO CON ENSALADA MIXTA
	TOMATICÁN (PVT) CON PAPAS DORADAS		CHARQUICÁN DE COCHAYUYO		HAMBURGUESA DE LENTEJAS Y SÉSAMO CON ENSALADA DE VERDURA ORIENTAL		LASAÑA DE BERENJENAS CON PINO DE PVT		ÑOQUIS DE POLENTA CON SALSA POMODORO

APORTES NUTRICIONALES

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

Nuestras líneas de
producción no son libres
de alérgenos

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



*Valores referenciales

DATOS VALOR ALMUERZO

\$4.910 por día
\$68.740 sin miércoles | \$88.380 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

ICONOGRAFIA

