



Menú San Nicolás de Myra | 2026

SENIOR | Month of September



Monday - 31/08/2026		Tuesday - 01/09/2026		Wednesday - 02/09/2026		Thursday - 03/09/2026		Friday - 04/09/2026	
			SOPA DE POLLO CON FIDEOS		CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL		SOPA DE CARNE CON VERDURAS		CREMA DE LENTEJAS
			ENSALADA DE LECHUGA PICADA ENSALADA DE ZANAHORIA ENSALADA MIX DE LEGUMBRES		ENSALADA DE ARVEJITAS CON ZANAHORIA HILO ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE APIO ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS ENSALADA DE TOMATE CILANTRO		ENSALADA DE LECHUGA Y RÚCULA ENSALADA DE PEPINO CON CHOCLO Y PIMENTÓN ENSALADA DE ZANAHORIA CON RÚCULA
			BISTEC DE CERDO CON CEBOLLA CARAM. TORTILLA DE CHOCLO, TOMATE, ALBAHACA Y QUESO		ALBÓNDIGAS VOLCÁN RELLENAS CON QUESO CARBANZOS GUIADOS CON ESCALOPÍN DE POLLO (OPCIONAL)		MERLUZA APANADA (A) / FIGURAS MARINAS (N) ZAPALLITO ITALIANO REL. CON PINO DE JAMÓN DE PAVO AL GRATÍN		LOMITO DE CERDO BARBECUE (SSA. NATURAL) TACO CON JULIANA DE VACUNO Y SALSA DE GUACAMOLE
			ARROZ PERLA QUINOA GRANEADA		ESPIRALES		ARROZ GRANEADO PANACHE DE VERDURAS		GRATÍN DE POROTOS VERDES PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
			JALEA KUCHEN DE MANZANA MACEDONIA SÉMOLA CON LECHE Y SALSA DE FRAMBUESA		AVENA CON LECHE FRUTA NATURAL JALEA PIE DE YOGURT		FLAN DE VAINILLA JALEA PROFITEALES CON PASTELERA TUTTI-FRUTTI		JALEA MACEDONIA MUFFINS FRUTOS DEL BOSQUE SUSPIRO LIMENO
			BOWL CÉSAR POLLO		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		BROCHETA CAPRESSE (TOMATE, QUESO, ALBAHACA) / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		CAUSA DE AVE / HUEVO CON ENSALADA MIXTA
			GUIISO DE ACELGAS Y P.V.T CON PAPAS RÚSTICAS		CARBANZOS GUIADOS		POROTOS A LA CAMPESINA (JARDINERA DE VERDURAS, PAPA, TOMATE)		BURRITO VEGANO (P.V.T, P. NEGROS, CEBOLLA, LECHUGA Y GUACAMOLE)

Monday - 07/09/2026		Tuesday - 08/09/2026		Wednesday - 09/09/2026		Thursday - 10/09/2026		Friday - 11/09/2026	
	Día de la chilenidad		Anniversary Week		Anniversary Week		Anniversary Week		Inicio Vacaciones Fiestas Patrias

Monday - 14/09/2026		Tuesday - 15/09/2026		Wednesday - 16/09/2026		Thursday - 17/09/2026		Friday - 18/09/2026	
	Vacaciones Fiestas Patrias		Vacaciones Fiestas Patrias		Vacaciones Fiestas Patrias		Vacaciones Fiestas Patrias		Vacaciones Fiestas Patrias

APORTES NUTRICIONALES

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

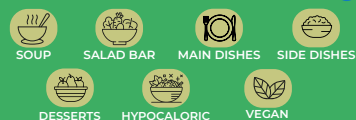
2DA. UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEÍNAS 22GR

*Valores referenciales

Nuestras líneas
de producción
no son libres
de alérgenos



ICONOGRAFIA



Mes del **super**
alimento del
Cacao

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña
del **cacao**

	Monday - 21/09/2026		Tuesday - 22/09/2026		Wednesday - 23/09/2026		Thursday - 24/09/2026		Friday - 25/09/2026
	Day Without Students		CONSUMÉ AL CILANTRO		CREMA DE ESPÁRRAGO		SOPA DE CARNE CON SÉMOLA		CREMA DE CHOCLO
			ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE BRÓCOLI ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE PEBRE MOTE ENSALADA DE TOMATE CON CHOCLO Y ACEITUNAS ENSALADA MIX 4 COLORES		ENSALADA DE APIO ENSALADA DE COLIFLOR ENSALADA MIX 4 COLORES		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE
			HAMBURGUESA CASERA PECHUGA DE POLLO ASADA		FRICANDELA DE ATÚN (HORNEADA) PANQUEQUE DE JAMÓN QUESO GRATÍN		BIFECITOS DE POLLO APANADOS CON SEMILLA SÉSAMO POROTOS A LA CHILENA CON CHURRASQUITO (OPCIONAL)		ENSALADA DE VERDURAS ASADAS FILETILLO DE POLLO SALTEADOS VACUNO CON SALSA DE CHAMPIÑONES
			ARROZ GRANEADO CHOCLO A LA MANTEQUILLA		GUISO DE ZAPALLO ITALIANO PAPAS CUBOS AL PEREJIL		ARROZ CON ZANAHORIA VERDURAS SALTEADAS		PAPAS BASTÓN (HORNEADAS) VERDURAS A LA MANTEQUILLA
			FRUTA NATURAL JALEA MAICENA CON LECHE CON SALSA DE FRAMBUESA PANQUEQUE CON MANJAR		BAVAROISE DE FRAMBUESA COCADA DE BIZCOCHO FRUTA NATURAL JALEA		CIRUELA CON MOTE SIN AZÚCAR JALEA MOUSSE DE MARACUYÁ QUEQUE DE ZANAHORIA Y SEMILLA DE AMAPOLA		JALEA MACEDONIA SUSPIRO LIMEÑO TORTA TRES LECHE
			QUESO FRESCO / HUEVO CON SALSA MIXTA		FALÁFEL / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		ABANICO DE JAMÓN DE PAVO COCIDO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		PALTA CON ATÚN Y ENSALADA MIXTA
			TACO DE CARNE VEG Y SALSA GUACAMOLE		LASAÑA DE BERENJENAS CON PINO DE P.V.T		POROTOS A LA CHILENA		HAMBURGUESA DE LENTEJAS

	Monday - 28/09/2026		Tuesday - 29/09/2026		Wednesday - 30/09/2026		Thursday - 01/10/2026		Friday - 02/10/2026
	SOPA DEL CHEF		CREMA DE ZANAHORIA		CONSUMÉ DE AVE				
	ENSALADA DE APIO CON SÉSAMO ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO RALLADO CON SÉSAMO		ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE COLESLAW ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS				
	MERLUZA A LA ROMANA (A) / VARITAS DE PESCADO (N) PARMENTIER DE CARNES MIXTAS (CERDO, POLLO, CHAMP, SOFRITO)		FILETITO DE POLLO SALTEADOS TORTILLA DE ESPÁRRAGOS		LOMITO DE CERDO AL ROMERO SALSA BOLOÑESA				
	ARROZ PERLA GUISO DE POROTOS VERDES		BOUQUETIER DE VERDURAS MOSTACCIOLI		SPAGUETTI A LA ALBAHACA VERDURAS ASADAS				
	FRUTA NATURAL JALEA MERENGON DE MORA QUEQUE MÁRMOL		FRUTA NATURAL JALEA MOLDE DE MAICENA CON SALSA DE BERRIES ROSQUITAS CON AZÚCAR FLOR		FLAN CHOCOLATE JALEA STRUDEL DE MANZANA TUTTI-FRUTTI				
	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		BARRITA DE QUINOA / HUEVO CON ENSALADA MIXTA				
	FAJITA VEGANA (P.V.T CHOCLO, LECHUGA Y GUACAMOLE)		HAMBURGUESA DE POROTOS NEGROS		CROQUETAS DE SOYA (P.V.T HORNEADA) CON PANACHE DE VERDURAS				

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
\$39.280 sin miércoles | \$54.010 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