



SAN NICOLAS DE MYRA - JUNIOR & MIDDLE LEVEL - STUDENTS PERIOD FROM 01ST TO 05TH APRIL - 2024

WEEK 1

	SPORTS & ACADEMIES				
	Monday 01	Tuesday 02	Wednesday 03	Thursday 04	Friday 05
Salad	Ensalada de lechuga	Ensalada de pepino con orégano	Ensalada de zanahoria hilo	Ensalada de betarraga	Ensalada de repollo morado
Main course	Lomito de cerdo al orégano con Espirales	Figuras marinas con Puré de papas	Trutro de pavo al jugo con Arroz graneado	Porotos guisados con escalopin de cerdo (opcional)	Ravioles con salsa alfredo
Dessert	Jalea con leche (ilusión de frutilla)	Fruta natural	Kuchen de miga	Jalea Light	Fruta natural

PERIOD FROM 8TH TO 12TH APRIL - 2024

WEEK 2

	SPORTS & ACADEMIES				
	Monday 08	Tuesday 09	Wednesday 10	Thursday 11	Friday 12
Salad	Ensalada de apio con rabanitos	Ensalada mix cuatro colores	Ensalada de porotos verdes	Ensalada de lechuga	Ensalada de arvejas con cebollita y perejil
Main course	Stroganoff con Arroz graneado	Garbanzos guisados con albondiguillas (opcional)	Mostaccioli con salsa boloñesa	Nugget de pollo con Arroz graneado	Hamburguesa huevo y papas fritas (horneadas)
Dessert	Jalea Light	Fruta natural	Cocadas de bizcocho	Manzana asada	Jalea Light

(* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)



El formato de operación es por Pago Anticipado

Transferencia o depósito a:

VALOR DIARIO \$4.490

MES ABRIL COMPLETO (SIN MIÉRCOLES) \$80.820
MES ABRIL COMPLETO (CON MIÉRCOLES) \$98.780

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K
Banco Santander
Cuenta Corriente 000 924 2777-3
Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

APORTES NUTRICIONALES

	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína

(* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.
CONTACTO COMEDOR Sebastián Canales | Email: comedor-snm@giser.cl



SAN NICOLAS DE MYRA - JUNIOR & MIDDLE LEVEL - STUDENTS

PERIOD FROM 15TH TO 19TH APRIL - 2024

WEEK 3

	Monday 15	Tuesday 16	SPORTS & ACADEMIES Wednesday 17	Thursday 18	Friday 19
Salad	Ensalada de zanahoria	Ensalada de tomate	Ensalada de coliflor con cilantro	Ensalada de lechuga	Ensalada de zanahoria con repollo
Main course	Lentejas guisadas con huevo lluvia	Varitas de merluza con Arroz con zanahoria	Goulash con Puré de papas	Pulpa de cerdo acaramelada con Quífaros al cilantro	Burritos con salsa de guacamole
Dessert	Fruta natural	Crema de piña y coco	Fruta natural	Jalea Light	Postre tres leches

PERIOD FROM 22TH TO 26TH APRIL - 2024

WEEK 4

	Monday 22	Tuesday 23	SPORTS & ACADEMIES Wednesday 24	Thursday 25	Friday 26
Salad	Ensalada de acelga con crutones	Ensalada de pepino con tomate	Ensalada de cochayuyo con choclo	Ensalada de apio con manzana verde	Ensalada de betarraga
Main course	Ragout de pavo con Arroz primavera	Lomito de cerdo con salsa al tomillo con Papas salteadas al perejil	Suprema de pollo a las finas hierbas con Arroz con sofrito	Spaguetti con salsa italiana	Papas rellenas con queso con Ensalada de tomate
Dessert	Jalea con leche (Ilusión de piña)	Fruta natural	Budin de avena	Jalea Light	Waffles con salsa de chocolate

(* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)



El formato de operación es por Pago Anticipado

Transferencia o depósito a:

VALOR DIARIO \$4.490

MES ABRIL COMPLETO (SIN MIÉRCOLES) \$80.820

MES ABRIL COMPLETO (CON MIÉRCOLES) \$98.780

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K
Banco Santander
Cuenta Corriente 000 924 2777-3
Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.
CONTACTO COMEDOR Sebastián Canales | Email: comedor-snm@giser.cl

APORTES NUTRICIONALES		
	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína

(* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)



SPORTS & ACADEMIES

	Monday 29	Tuesday 30	Wednesday 01	Thursday 02	Friday 03
Salad	Ensalada de lechuga	Ensalada de coliflor con brócoli	PUBLIC HOLIDAY: LABOR DAY	---	---
Main course	Pulpa de cerdo con salsa de finas hierbas con Mostaccioli	Bifecitos de pollo con salsa barbecue con Papas salteadas al perejil	---	---	---
Dessert	Jalea Light	Fruta natural	---	---	---



El formato de operación es por Pago Anticipado

Transferencia o depósito a:

VALOR DIARIO \$4.490

MES ABRIL COMPLETO (SIN MIÉRCOLES) \$80.820
MES ABRIL COMPLETO (CON MIÉRCOLES) \$98.780

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K
Banco Santander
Cuenta Corriente 000 924 2777-3
Email: comedor-snm@giser.cl / pagos-snm@giser.cl

APORTES NUTRICIONALES

	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína

(* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.
CONTACTO COMEDOR Sebastián Canales | Email: comedor-snm@giser.cl