



SAN NICOLAS DE MYRA - JUNIOR & MIDDLE LEVEL - STUDENTS PERIOD FROM 03TH TO 14TH JUNE - 2024

WEEK 1

	Monday 03	Tuesday 04	Wednesday 05	Thursday 06	Friday 07
			PUBLIC HOLIDAY: LABOR DAY		
Salad	Ensalada de apio	Ensalada de zanahoria	Ensalada de betarraga con perejil	Ensalada de tomate con repollo	Ensalada de lechuga y rabanitos
Main course	Strogonoff con Canutones con pesto de cilantro	Porotos a la campesina (verduras) con churrasco (opcional)	Croquetas de atún con Arroz con sofrito	Bistec de cerdo en su salsa con Quinoa mediterránea (verduras y sofrito)	Arma tu pasta Corbatitas - Fetuccini Salsa de Alfredo / Salsa boloñesa
Dessert	Jalea Light	Fruta natural	Galleta delicia	Jalea Light	Suspiro limeño

PERIOD FROM 10TH TO 14TH JUNE - 2024

WEEK 2

	Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14
			SPORTS & ACADEMIES		
Salad	Ensalada de zanahoria rallada con espinaca	Ensalada de apio con manzana verde	Ensalada de porotos verdes con cebolla	Ensalada de zapallito italiano con sésamo	Ensalada de lechuga costina
Main course	Lentejas guisadas con huevo lluvia (adorno)	Asado alemán con Arroz graneado	Figuras marinas con Puré de papas	Croqueta de pavo con salsa pomodoro con Arroz con sofrito	Pollo asado con Papas doradas horneadas
Dessert	Fruta natural	Sémola con espejo de gelatina	Jalea Light	Fruta natural	Empolvado

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

El formato de operación es por Pago Anticipado

VALOR DIARIO \$4.490

MES JUNIO COMPLETO (SIN MIÉRCOLES) \$44.900
MES JUNIO COMPLETO (CON MIÉRCOLES) \$58.370

Transferencia o depósito a:

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





	Monday 17	Tuesday 18	SPORTS & ACADEMIES Wednesday 19	FERIAD DÍA NACIONAL DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS Thursday 20	INTERFERIADO Friday 21
Salad	Ensalada de espinaca	Ensalada de tomate con perejil	Ensalada de pepino al ciboulette	---	---
Main course	Ragout de vacuno con Puré de papas	Garbanzos guisados con quínoa con mini churrasquito de vacuno (opcional)	Figuritas marinas con Puré mixto	---	---
Dessert	Jalea Light	Fruta natural	Berlín horneado relleno con manjar	---	---

	VACATION Monday 24	VACATION Tuesday 25	VACATION Wednesday 26	VACATION Thursday 27	VACATION Friday 28
Salad	---	---	---	---	---
Main course	---	---	---	---	---
Dessert	---	---	---	---	---

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

El formato de operación es por Pago Anticipado

VALOR DIARIO \$4.490

MES JUNIO COMPLETO (SIN MIÉRCOLES) \$44.900
MES JUNIO COMPLETO (CON MIÉRCOLES) \$58.370

Transferencia o depósito a:

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

