



MINUTA MARZO

Mes del consumo de
Frutos Rojos

ESCANEA EL QR

y descubre nuestra campaña de
consumo de frutos rojos



Nuestras líneas de producción
NO SON LIBRES DE ALÉRGENOS



PESCADO



LECHE



HUEVOS



GLUTEN



MARISCOS



SOYA



FRUTOS SECOS



Menú San Nicolás de Myra | 2026

PLAYGROUP | Week from 09th al 13th of march



WEEK 2	Monday - 09/03/2026	kcal	Tuesday - 10/03/2026	kcal	Wednesday - 11/03/2026	kcal	Thursday - 12/03/2026	kcal	Friday - 13/03/2026 FRYDAY TO LENT	kcal
SALAD BAR	ENSALADA DE ZANAHORIA	36	ENSALADA DE LECHUGA PICADA	11	ENSALADA DE POROTOS VERDES	41	ENSALADA DE ZANAHORIA	36	ENSALADA DE PEPINO	19
MAIN DISH	PARMENTIER DE VACUNO (CHAMPIÑONES, POROTO VERDE, SOFRITO)	98	LENTEJAS GUIADAS	409	PULPA DE CERDO A LA MIEL	84	PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN	94	MINI CROQUETAS DE ATÚN	102
SIDE DISH	ARROZ CON TOMATE	161			MOSTACCIOLI	98	ARROZ GRANEADO	189	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)	198
DESSERTS	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75

*Mes del
consumo de
frutos rojos*

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña de
consumo de frutos rojos

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

*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



Menú San Nicolás de Myra | 2026

PLAYGROUP | Week from 16th al 20th of march



WEEK 3	Monday - 16/03/2026	kcal	Tuesday - 17/03/2026	kcal	Wednesday - 18/03/2026	kcal	Thursday - 19/03/2026	kcal	Friday - 20/03/2026 FRYDAY TO LENT	kcal
SALAD BAR	ENSALADA DE REPOLLO	18	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	11	ENSALADA DE TOMATE	37	ENSALADA DE ESPINACA	22	ENSALADA DE ZANAHORIA	36
MAIN DISH	FILETES DE POLLO GRILLÉ	96	JULIANA DE VACUNO	80	PECHUGA DE PAVO A LA MOSTAZA	84	SPAGUETTI CON SALSA BOLOÑESA	339	SALTEADO DE CERDO Y POLLO	94
SIDE DISH	QUIFAROS	98	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)	198	ARROZ GRANEADO	189			PURÉ DE PAPAS	139
DESSERTS	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75

*Mes del
consumo de
frutos rojos*

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña de
consumo de frutos rojos

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

*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





Menú San Nicolás de Myra | 2026

PLAYGROUP | Week from 23th al 27th of march



WEEK 4	Monday - 23/03/2026	kcal	Tuesday - 24/03/2026	kcal	Wednesday - 25/03/2026	kcal	Thursday - 26/03/2026	kcal	Friday - 27/03/2026 FRYDAY TO LENT	kcal
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	11	ENSALADA DE TOMATE	37	ENSALADA DE ZANAHORIA	36	ENSALADA DE APIO	16	ENSALADA MIX 4 COLORES	11
MAIN DISH	PECHUGA DE POLLO A LA NARANJA	107	RAVIOLES DE CARNE CON SALSA POMODORO	260	ASADO ALEMÁN DE PAVO	124	LOMITO DE CERDO AL ORÉGANO	79	NUGGET DE SALMÓN (HORNEADO 3 UNID.)	120
SIDE DISH	PAPAS SALTEADAS	168	SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA	57	PURÉ MIXTO(ZAPALLO)	149	MOSTACCIOLI	98	ARROZ PERLA	189
DESSERTS	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75

*Mes del
consumo de
frutos rojos*

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña de consumo de frutos rojos

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

*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



Menú San Nicolás de Myra | 2026

PLAYGROUP | Week from 30th al 03th of april



WEEK 5	Monday - 30/03/2026	kcal	Tuesday - 31/03/2026	kcal	Wednesday - 01/04/2026	kcal	Thursday - 02/04/2026	kcal	Friday - 03/04/2026 FRYDAY TO LENT	kcal
SALAD BAR	ENSALADA DE PEPINO	19	ENSALADA DE LECHUGA PICADA	11						
MAIN DISH	ALBÓNDIGAS DE AVE	128	LOMITO DE CERDO AL ROMERO	79						
SIDE DISH	PURÉ DE PAPAS	139	CORBATITAS	196						
DESSERTS	FRUTA NATURAL VERANO	75	FRUTA NATURAL VERANO	75						

*Mes del
consumo de
frutos rojos*

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña de
consumo de frutos rojos

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

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme
a la ley N° 20.606

GISER

CONTACTO COMEDOR
SEBASTIÁN CANALES

comedor-snm@giser.cl

Casino: +569 61662303