



## Crece fuerte con **Magnesio**

Conoce la  
importancia del  
Magnesio



### DEPÓSITO A:

Giser S.A. Banco Santander

Rut: 78.542.610-k Cuenta Corriente: 0000 9242777-3  
pagossnm@giser.cl

### CONTACTO COMEDOR SEBASTIÁN CANALES

comedor-snm@giser.cl

Nuestras líneas de producción NO SON LIBRES de ALÉRGENOS



PESCADO



LECHE



HUEVOS



GLUTEN



MARISCOS



SOYA



FRUTOS SECOS





# Menú San Nicolás de Myra | 2025

## SENIOR | Week from 01st al 05th of december

WEEK 1	Monday - 01/12/2025	Tuesday - 02/12/2025	Wednesday - 03/12/2025	Thursday - 04/12/2025	Friday - 05/12/2025
SOUP	SOPA DE POLLO CON SÉMOLA	CREMA DE VERDURA	SOPA DE CARNE CON ARROZ	CREMA DE ESPÁRRAGOS	SOPA DE AJIACO
SALAD BAR	ENSALADA DE APIO	ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE PEPINO AL ORÉGANO	ENSALADA DE APIO
	ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA	ENSALADA DE REPOLLO BLANCO Y MORADO	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE TOMATE	PEBRE DE COCHAYUYO	ENSALADA PRIMAVERA	ENSALADA DE TOMATE CILANTRO
MAIN DISHES	CHARQUICÁN DE VERDURAS CON HUEVO FRITO	PARMENTIER DE VACUNO (CHAMPIÑONES, POROTO VERDE, SOFRITO)	CANELONES REINA GRATINADOS	FILETES DE POLLO CON SALSA AL POMODORO	FOCACCIA NAPOLITANA (JAMÓN PAVO, TOMATE, QUESO, ALBAHACA)
	NUGGET DE SALMÓN	POROTOS GRANADOS AL PILCO	LOMITO DE CERDO BARBECUE	HUMITAS EN OLLA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA
SIDE DISHES	MOSTACCIOLI A LA NAPOLITANA	ALBONDIGUITAS (ACOMPAÑAMIENTO LEGUMBRE)	PURÉ DE PAPAS	ESPIRALES	BOUQUETIER DE VERDURAS
		ARROZ ÁRABE		PEBRE DE TOMATE (ACOMPAÑAMIENTO)	PAPAS BASTÓN (PREFRITAS HORNEADAS)
DESSERTS	FRUTA NATURAL	ALFAJOR SIN AZÚCAR	FRUTA NATURAL	COMPOTA DE FRUTILLA	HELADO DE PALETA NATURAL
	JALEA	FLAN CHOCOLATE	JALEA	DELICIAS	JALEA
	MACEDONIA	FRUTA NATURAL	PROFITEOLES CON MANJAR	FRUTA NATURAL	MOUSSE DE CHOCOLATE
	MUFFINS DE ARÁNDANOS	JALEA	SUSPIRO LIMEÑO	JALEA	PIE DE LIMÓN
HYPOCALORIC	HUEVO DURO CON ENSALADA MIXTA	BOWL ENSALADA AIDA (HUEVO, ALCACHOFA, TOMATE)	FALAFEL CON SALSA DE PESTO AL CILANTRO CON ENSALADA MIXTA	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)	FAJITA RELLENA CON POROTOS NEGROS LECHUGA Y GUACAMOLE CON ENSALADA MIXTA
VEGAN	SPAGUETTI CON SALSA BOLOÑESA GARBANZOS	TOMATICÁN (PVT) CON ARROZPERLA	PASTEL DE PAPAS (*PVT)	HUMITAS EN OLLA CON PEBRE DE TOMATE	HAMBURGUESA DE POROTOS NEGROS

Campaña alimentación

Crece fuerte con  
**Magnesio**

**ESCANEA EL QR**

Descubre la importancia del  
consumo de alimentos  
ricos en Magnesio



### 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

\$ 33.110 Con miércoles  
\$ 28.380 Sin miércoles

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:  
Giser S.A. | Banco Santander

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 0000 9242777-3

\*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme  
a la ley N° 20.606

Por favor enviar comprobante señalando Nombre y Curso del alumno

pagossnm@giser.cl

CONTACTO COMEDOR  
SEBASTIÁN CANALES

comedor-snm@giser.cl

Casino: +569 61662303

**GISER**



# Menú San Nicolás de Myra | 2025

## SENIOR | Week from 08th al 12th of december

WEEK 2	Monday - 08/12/2025	Tuesday - 09/12/2025	Wednesday - 10/12/2025	Thursday - 11/12/2025	Friday - 12/12/2025
SOUP	FERIADO: DÍA DE LA INMACULDA CONCEPCIÓN	CREMA DE ZAPALLO MIXTO	SOPA DE VERDURAS CON HUEVO	CONSOMÉ DE CARNE	SOPA CARBONADA DE VERDURAS
SALAD BAR		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA	ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA
		ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE TOMATE Y ALBAHACA	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE
		ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA
MAIN DISHES		PULPA DE CERDO AL JUGO	ROLLITO DE MERLUZA TOMATE Y ALBAHACA (A) / FRICANDELA DE ATÚN AL HORNO (N)	FILETILLO DE POLLO SALTEADOS	PASTEL DE CHOCLO
		TOMATICÁN	TORTELLINI CON SALSA ALFREDO (PAVO COCIDO, CHAMPIÑON, SALSA BECHAMEL)	POROTOS GRANADOS AL PILCO	TACOS MEXICANO CON SALSA GUACAMOLE
SIDE DISHES		ARROZ GRANEADO	PURÉ DE PAPAS	ACELGAS FLORENTINAS	NACHOS CASEROS
		GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO		ESCALOPÍN DE CERDO	
DESSERTS		BAVAROISE DE GUINDA	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	BRAZO DE REINA
		FRUTA NATURAL	JALEA	JALEA	FRUTA NATURAL
		JALEA	MACEDONIA	TARTELETA DE DURAZNO	HELADO DE PALETA NATURAL
		QUEQUE MÁRMOL	PANQUEQUE CON MANJAR	YOGURT CON CEREALES	JALEA CON LECHE
HYPOCALORIC		MOLDE DE ATÚN CON SALSA TARTARA CON ENSALADA MIXTA	BOWL CÉSAR (POLLO)	OMELETTE CON TOMATE Y QUESO CON ENSALADA MIXTA	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)
VEGAN		HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE	FALAFEL CON SALSA DE PESTO AL CILANTRO	FAJITA VEGANA (*PVT, CHOCLO LECHUGA Y GUACAMOLE)	PASTELERA DE CHOCLO (PVT)

Campaña alimentación

Crece fuerte con  
**Magnesio**

**ESCANEA EL QR**

Descubre la importancia del consumo de alimentos ricos en Magnesio



### 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

\$ 33.110 Con miércoles  
\$ 28.380 Sin miércoles

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:  
Giser S.A. | Banco Santander

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 0000 9242777-3

\*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme  
a la ley N° 20.606

Por favor enviar comprobante señalando Nombre y Curso del alumno

pagossnm@giser.cl

CONTACTO COMEDOR  
SEBASTIÁN CANALES

comedor-snm@giser.cl

Casino: +569 61662303