



MINUTA MARZO

Mes del consumo de
Frutos Rojos

ESCANEA EL QR

y descubre nuestra campaña de
consumo de frutos rojos



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 | 2026

SENIOR | Week from 09th al 13th of march

WEEK 2	Monday - 09/03/2026 DÍA DE LA MUJER: BUFFET DE TORTAS	Tuesday - 10/03/2026	Wednesday - 11/03/2026	Thursday - 12/03/2026	Friday - 13/03/2026 FRYDAY TO LENT
SOUP	CONSOMÉ A LAS FINAS HIERBAS	CONSOMÉ DE AVE	CREMA DE ZAPALLO ITALIANO	SOPA DE CARNE CON SÉMOLA	SOPA CARBONADA DE VERDURAS
SALAD BAR	ENSALADA DE CHOCLO	ENSALADA DE COLIFLOR	ENSALADA DE CEBOLLA ASADA	ENSALADA DE COLE SLOW	ENSALADA DE CHOCLO CON TOMATE Y CILANTRO
	ENSALADA DE LECHUGA CON SÉSAMO Y PIMIENTO	ENSALADA DE TOMATE CILANTRO	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA CON ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA Y ESPINACA	ENSALADA DE LECHUGA CON ACEITUNAS	ENSALADA DE POROTOS VERDES	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO
MAIN DISHES	PARMENTIER DE VACUNO (CAMPIÑONES, POROTO VERDE Y SOFRITO)	LENTEJAS GUIADAS	CAZUELA DE VACUNO (TAPAPECHO)	PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN	CROQUETAS DE ATÚN (HORNEADAS)
	SUPREMA DE POLLO EN SU SALSA	MERLUZA APANADA	PULPA DE CERDO A LA MIEL	TORTILLA DE CHOCLO, TOMATE Y ALBAHACA	WRAPS NAPOLITANO
SIDE DISHES	ARROZ CON TOMATE	HUEVO DURO (LLUVIA)	MOSTACCIOLI CON ORÉGANO	ARROZ AMAPOLA	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	VERDURAS ESTOFADAS	PAPAS SALTEADAS AL PEREJIL	VERDURAS SALTEADAS	MOSTACCIOLI	VERDURAS AL VAPOR (BRÓCOLI, ARVEJAS, TOMATE ASADO, ZAPALLO ITALIANO)
DESSERTS	BAVAROISE DE FRUTILLA	FALN DE CHOCOLATE	COMPOTA DE PERA Y FRUTILLA	DURAZNO NATURAL	EMPOLVADO
	JALEA	JALEA	FRUTA NATURAL	JALEA	HELADO DE PALETA NATURAL
	MELÓN TUNA	MELÓN TUNA	JALEA	LECHE NEVADA	JALEA
	TORTA 3 LECHE TORTA DE PANQUEQUE MANJAR TORTA SELVA NEGRA	QUEQUE DE YOGURT	ROLLO DE CANELA (CINAMON ROLL)	TARTELETA DE FRUTILLA	UVA ROSADA
HYPOCALORIC	ROLLITOS DE JAMÓN DE PAVO COCIDO CON ENSALADA MIXTA	BIFECITOS DE POLLO ARVEJADOS	CUBOS DE QUESO FRESCO CON ENSALADA MIXTA	TOMATE REINA CON ENSALADA MIXTA	HUEVO REINA CON ENSALADA MIXTA
VEGAN	HAMBURGUESA DE GARBANZOS (FALAFEL CON VERDURAS ESTOFADAS)	PANQUEQUE BOLOÑESA PVT	HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE	HAMBURGUESA DE VERDURAS Y SALSA DE HUMUS CON ARROS CON TOMATE	RAVIOLES DE VERDURAS CON SALSA DE CHAMPIÑONES

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

DATOS VALOR ALMUERZO

\$83.470 con miércoles
\$68.740 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

Formato de operación es por pago anticipado
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 | 2026

SENIOR | Week from 16th al 20th of march

WEEK 3	Monday - 16/03/2026	Tuesday - 17/03/2026 CHACARERO DAY	Wednesday - 18/03/2026	Thursday - 19/03/2026	Friday - 20/03/2026 FRYDAY TO LENT
SOUP	CREMA DE ARVEJAS	SOPA DEL CHEF	CREMA DE APIO	CONSOMÉ AL ROMERO	CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE APIO CON RABANITOS	ENSALADA BRETONA	ENSALADA DE CHOCLO Y MIX DE PIMIENTO	ENSALADA DE APIO CON SÉSAMO
	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y PASAS	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA CON PIMIENTOS	ENSALADA DE ESPINACA CON TOAMTE	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA CON ZANAHORIA RALLADA
	ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO SALTEADO	ENSALADA DE PEPINO AL ENELDO	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE VERDURAS ASADAS
MAIN DISHES	CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA	SÁNDWICH DE CHURRASCO CHACARERO	PASTEL SUIZO	POROTOS GRANADOS AL PILCO	MILANESA DE POLLO
	FILETES DE POLLO CON SALSA AL POMODORO	OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO	PAVO A LA MOSTAZA	SALSA BOLOÑESA	TACOS RELLENOS CON SALSA GUACAMOLE
SIDE DISHES	ARROZ ÁRABE	BOUQUETIER DE VERDURAS	ARROZ GRANEADO	ESCALOPÍN DE CERDO	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	QUIFAROS	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)	GRATÍN DE BERENJENAS	SPAGUETTI	RATATOUILLE
DESSERTS	ENSALDA DE FRUTA	FLAN DE CARAMELO	JALEA	COMPOTA DE MANZANA	HELADO DE PALETA NATURAL
	JALEA	JALEA	PIE DE YOGURT	ENSALADA DE FRUTA	JALEA
	MOUSSE DE FRAMBUESA	KUCHEN DE FRUTILLA	SUSPIRO LIMEÑO	JALEA	MACEDONIA
	QUEQUE MÁRMOL	MACEDONIA	UVA BLANCA	PANQUEQUE CON MANJAR	ROLLO DE MANJAR ANÍS Y FRUTILLA
HYPOCALORIC	FAJITA RELLENA CON POROTOS NEGROS, LECHUGA Y GUACAMOLE CON ENSALADA MIXTA	ROLLITO DE JAMÓN DE PAVO COCIDO CON ENSALADA MIXTA	DADOS DE POLENTA ASADA/ HUEVO DURO CON ENSALADA MIXTA	MOLDE DE ATÚN CON ENSALADA MIXTA	CROQUETAS DE LENTEJAS CON ENSALADA MIXTA
VEGAN	HAMBURGUESA DE VERDURAS (CHAMPINONES)	CHORILLANA VEGANA (POROTOS NEGROS, CEBOLLA, VERDURAS, PAPAS BASTÓN)	PASTEL DE PAPAS PVT	POROTOS GRANDADOS AL PILCO	TACO DE CARNE VEGETAL Y SALSA GUACAMOLE

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

DATOS VALOR ALMUERZO

\$83.470 con miércoles
\$68.740 sin miércoles

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:
Ciser 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

Formato de operación es por pago anticipado
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 | 2026

SENIOR | Week from 23th al 27th of march

WEEK 4	Monday - 23/03/2026	Tuesday - 24/03/2026	Wednesday - 25/03/2026	Thursday - 26/03/2026	Friday - 27/03/2026 FRYDAY TO LENT
SOUP	CONSUMÉ ALIANZA	SOPA PAISANA	CREMA DE VERDURA	SOPA DE CARNE CON VERDURAS	CREMA DE TOMATE
SALAD BAR	ENSALDA DE BETARRAGA CON CILANTRO	ENSALADA DE PEBRE MOTE	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE APIO SÉSAMO	ENSALADA DE CHOCLO
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE COLE SLOW	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE REPOLLO MORADO	ENSALADA DE LECHUGA CON ACEITUNA	ERNSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS	ENSALADA DE TOMATE RÚCULA
MAIN DISHES	PECHUGA DE POLLO A LA NARANJA	POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA	ASADO ALEMÁN DE PAVO	LOMITO DE CERDO AL ORÉGANO	CALZONE SICILIANO (TOMATE, QUESO Y ALBAHACA)
	TORTILLAS DE ESPINACA Y QUESO	RAVIOLES DE CARNE CON SALSA POMODORO	SALTEADO DE VACUNO AL JUGO	PASTEL DE PAPAS	GOHAN (NUGGET DE SALMÓN, QUESO FRESCO, ARROZ, PALTA, TOMATE, CEBOLLÍN)
SIDE DISHES	GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO	ALBONDIGUITAS (ACOMPAÑAMIENTO LEGUMBRE)	PURÉ MIXTO (ZAPALLO)	MOSTACCIOLI	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	PAPAS SALTEADAS	SALSA DE TOMATE Y ALBAHACA	SALTEADO AMERICANO CON CUS CUS	PEBRE TOMATE (ACOMPAÑAMIENTO)	
DESSERTS	ENSALADA DE FRUTA	FLAN DE VAINILLA	BIZCOCHO RELLENO CON MERMELEDA	CIRUELA NATURAL	HELADO DE PALETA NATURAL
	JALEA	JALEA	JALEA	DELICIAS	JALEA
	MERENGÓN DE FRAMBUESA	PIE DE LIMÓN	MACEDONIA	JALEA	MELÓN MIXTO
	QUEQUE DE PLÁTANO	SANDÍA	MAICENA CON LECHE CON SALSA DE FRAMBUESA	PERA AL CURRY	TARTELETA DE UVA
HYPOCALORIC	ROLLITOS DE QUESO GAUDA CON ENSALADA MIXTA	VARITAS DE PESCADO CON ENSALADA MIXTA	CUBOS DE QUESO FRESCO CON ENSALADA MIXTA	FILETES DE PAVO ASADO CON ENSALDA MIXTA	MINI QUICHE DE ESPINACAS CON ENSALADA MIXTA
VEGAN	GUIZO DE ZAPALLO ITALIANO	FAJITA VEGANA (PVT, CHOCLO, LECHUGA Y GUACAMOLE)	PASTEL DE PAPAS	FALAFEL CON SALSA VEGANESA	CALZONE NAPOLITANO (TOMATE, ALBAHACA, QUESO VEGANO)

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

DATOS
VALOR ALMUERZO

\$83.470 con miércoles
\$68.740 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

Formato de operación es por pago anticipado
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 | 2026

SENIOR | Week from 30th al 03th of april

WEEK 5	Monday - 30/03/2026	Tuesday - 31/03/2026	Wednesday - 01/04/2026	Thursday - 02/04/2026	Friday - 03/04/2026 FRYDAY TO LENT
SOUP	CREMA DE TOMATE	SOPA DE CARNE CON ARROZ			
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE APIO CON RABANITOS			
	ENSALADA DE PEPINO CON CIBOULETTE	ENSALADA DE HABAS CON CEBOLLA Y CILANTRO			
	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS			
MAIN DISHES	ALBÓNDIGAS DE PAVO	HUMITAS EN OLLA			
	ASADO DE VACUNO	LOMITO DE CERDO AL ROMERO			
SIDE DISHES	PANACHÉ DE VERDURAS	CORBATITAS			
	PURÉ DE PAPAS	PEBRE DE TOMATE (ACOMPANAMIENTO)			
DESSERTS	BRAZO DE REINA	BAVAROISE DE GUINDA			
	ENSALADA DE FRUTA	ECLAIR			
	JALEA	JALEA			
	MOUSSE DE CHOCOLATE	MACEDONIA			
HYPOCALORIC	CUBOS DE QUESO FRESCO CON ENSALADA MIXTA	CROQUETAS DE LENTEJAS CON ENSALADA MIXTA			
VEGAN	CHAPSUI DE VERDURAS CON ALMENDRAS LAMINADAS	HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE			

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

DATOS VALOR ALMUERZO

\$83.470 con miércoles
\$68.740 sin miércoles

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:
Ciser 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

Formato de operación es por pago anticipado
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