



Menú San Nicolás de Myra | 2026

PLAYGROUP | Month of September

	Monday - 31/08/2026	Kcal		Tuesday - 01/09/2026	Kcal		Wednesday - 02/09/2026	Kcal		Thursday - 03/09/2026	Kcal		Friday - 04/09/2026	Kcal
				ENSALADA DE ZANAHORIA	37		ENSALADA DE BETARRAGA	24		ENSALADA DE TOMATE	25		ENSALADA DE PEPINO	19
				LOMO DE CERDO AL HORNO	79		LENTEJAS CON ARROZ	251		FIGURAS MARINAS	94		FILETILLO DE POLLO SALTEADOS	96
				ARROZ PERLA	190					PANACHE DE VERDURAS	85		SPAGUETTI	195
				FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111

	Monday - 07/09/2026	Kcal		Tuesday - 08/09/2026	Kcal		Wednesday - 09/09/2026	Kcal		Thursday - 10/09/2026	Kcal		Friday - 11/09/2026	Kcal
	Día de la chilenidad			Anniversary Week			Anniversary Week			Anniversary Week			Inicio Vacaciones Fiestas Patrias	

	Monday - 14/09/2026	Kcal		Tuesday - 15/09/2026	Kcal		Wednesday - 16/09/2026	Kcal		Thursday - 17/09/2026	Kcal		Friday - 18/09/2026	Kcal
	Vacaciones Fiestas Patrias			Vacaciones Fiestas Patrias			Vacaciones Fiestas Patrias			Vacaciones Fiestas Patrias			Vacaciones Fiestas Patrias	

	Monday - 21/09/2026	Kcal		Tuesday - 22/09/2026	Kcal		Wednesday - 23/09/2026	Kcal		Thursday - 24/09/2026	Kcal		Friday - 25/09/2026	Kcal
	Day Without Students			ENSALADA DE BRÓCOLI	35		ENSALADA MIX 4 COLORES	11		ENSALADA DE APIO	16		ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE	22
				HAMBURGUESA CASERA	169		FRICANDELA DE ATÚN	94		LENTEJAS CON ARROZ	251		FILETILLO DE POLLO SALTEADOS	96
				ARROZ GRANEADO	190		PAPAS SALTEADAS	94					SPAGUETTI	195
				FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111

	Monday - 28/09/2026	Kcal		Tuesday - 29/09/2026	Kcal		Wednesday - 30/09/2026	Kcal		Thursday - 01/10/2026	Kcal		Friday - 02/10/2026	Kcal
	ENSALADA DE APIO	11		ENSALADA DE ZAPALLITOS ITALIANO	25		ENSALADA DE BETARRAGA	24						
	VARITAS DE PESCADO	94		PECHUGA DE POLLO ASADA	96		LOMO DE CERDO AL HORNO	79						
	ARROZ PERLA	190		MOSTACCIOLI	142		PURÉ DE PAPAS	92						
	FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111		FRUTA NATURAL	111						

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

ESCANEA EL QR



Mes del super
alimento El
Cacao

Y descubre nuestra campaña
el cacao

*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

ICONOGRAFIA



SALAD BAR



MAIN DISH



SIDE DISH



DESSERTS