



Menú San Nicolás de Myra | 2026

SENIOR | Month of August



Monday - 03/08/2026		Tuesday - 04/08/2026		Wednesday - 05/08/2026		Thursday - 06/08/2026		Friday - 07/08/2026 CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL NIÑO	
	CONSOMÉ DE CARNE		CREMA DE ESPÁRRAGO		SOPA DE POLLO CON SÉMOLA		CREMA DE TOMATE		SOPA DE CARNE CON VERDURAS Y PAPA A LA ALBAHACA
	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA ENSALADA DE PEPINO ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS ENSALADA DE REPOLLO Y MANZANA VERDE		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE POROTOS VERDES Y CHOCLO ENSALADA DE ZANAHORIA		ENSALADA DE APIO ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE TOMATE ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO RALLADO CON SÉSAMO
	CHARQUICÁN DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO AL POMODORO		CANELONES BOLOÑESA MERLUZA A LA MAULINA (A) / NUGGET DE SALMÓN (N)		LOMO DE CERDO AL HORNO POROTOS A LA CHILENA CON ESCALOPÍN DE POLLO (OPCIONAL)		FILETES DE POLLO A LA ORIENTAL PASTEL SUIZO		PECHUGA DE POLLO A LA NARANJA FOCACCIA NAPOLITANA
	ARROZ PERLA PEPERONATTA CON APIO		PURÉ DE PAPAS VERDURAS SALTEADAS		ESPIRALES AL POMODORO VERDURAS AL GRATÍN		ARROZ CHINO BOUQUETIER DE VERDURAS		CHOCLO AL GRATÍN PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	BAVAROISE DE FRUTILLA FRUTA NATURAL JALEA DIET QUEQUE CASERO		BERLÍN HORNEADO FRUTA NATURAL JALEA DIET MAICENA CON LECHE CON SALSA DE FRAMBUESA		FLAN DE FRUTILLA FRUTA NATURAL JALEA DIET ROLLITO DE CANELA		COMPOTA DE PERA CONEJITO CON CREMA PASTELERA FRUTA NATURAL JALEA DIET		ALFAJOR CABRITAS FRUTA NATURAL JALEA DIET TUTTI-FRUTTI
	ATÚN / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		BOWL CÉSAR		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO/ HUEVO CON ENSALADA MIXTA		BROCHETA CAPRESSE / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		CAUSA DE AVE / HUEVO CON ENSALADA MIXTA
	CHARQUICÁN DE VERDURAS Y P.V.T.		CROQUETAS DE POROTOS NEGROS		POROTOS A LA CHILENA		HAMBURGUESA DE POROTOS NEGROS		PIZZETA VEGANA (ZAP. ITALIANO, TOMATE, QUESO VEGANO)

Monday - 10/08/2026		Tuesday - 11/08/2026		Wednesday - 12/08/2026		Thursday - 13/08/2026 DÍA NACIONAL DE: "LA CHORRILLANA"		Friday - 14/08/2026	
	CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL		CONSOMÉ A LAS FINAS HIERBAS		CREMA DE APIO		SOPA DE PANTRUCAS		CONSOMÉ AL HUEVO
	ENSALADA DE APIO ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA MIX DE LEGUMBRES ENSALADA DE ZANAHORIA CON RÚCULA		ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE COLESLAW ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO ENSALADA DE LECHUGA PICADA ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA
	MERLUZA APANADA (A) / FIGURAS MARINAS (N) SPAGUETTI CON SALSA ALFREDO		FRICANDELAS DE VACUNO LENTEJAS GUIADAS CON HUEVO DURO LLUVIA		LOMITO DE CERDO A LAS FINAS HIERBAS TIRITAS DE POLLO REBOZADAS		CHORRILLANA (POLLO,VACUNO,PAPAS BASTÓN, TOMATE, CEBOLLA CARAMELIZADA) WRAP DE POLLO		ESCALOPA DE QUESILLO CON SÉSAMO PECHUGA DE POLLO A LA CAZADORA
	PAPAS SALTEADAS AL PEREJIL VERDURAS AL GRATÍN		ARROZ GRANEADO PEPERONATTA CON APIO		MOSTACCIOLI AL PESTO VERDURAS A LA MANTEQUILLA		PAPAS BASTÓN (HORNEADAS) PEBRE DE TOMATE		ARROZ GRANEADO CATAMARCA (ZAP.ITALIANO, BERENJENA, CEBOLLA, SSA,TOMATE)
	FRUTA NATURAL JALEA DIET MOUSSE DE NARANJA QUEQUE DE CHOCOLATE		ENSALADA DE FRUTA NATURAL JALEA DIET MERENGON DE FRAMBUESA WAFFLES CON MANJAR		ARROZ CON LECHE BRAZO DE REINA FRUTA NATURAL JALEA DIET		FRUTA NATURAL JALEA DIET MANZANA ASADA SUSPIRO LIMEÑO DIET		EMPOLVADO FRUTA NATURAL JALEA DIET SEMOLA CON LECHE Y SALSA DE FRAMBUESA
	BOWL ENSALADA GRIEGA		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO/ HUEVO CON ENSALADA MIXTA		DADOS DE POLENTA ASADA / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		FONDO DE ALCHACHOFA RELLENO CON QUESILLO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA		BOLW ENSALADA AIDA
	PASTEL DE PAPAS (P.V.T.)		LENTEJAS GUIADAS		QUINOTTO ESPÁRRAGO Y PALMITO AL GRATÍN		CHORRILLANA VEGANA		FAJITA RELLENA CON POROTOS NEGROS, CHOCLO, LECHUGA Y GUACAMOLE

APORTES NUTRICIONALES

1ERA.UNIDAD:
CALORÍAS 450 - 500
PROTEÍNAS 17GR

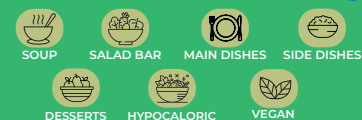
2DA.UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEÍNAS 22GR

*Valores referenciales

Nuestras líneas
de producción
no son libres
de alérgenos



ICONOGRAFIA



Mes del super
alimento de
la Miel

ESCANEA EL QR



Y descubre nuestra campaña
de la Miel

Monday - 17/08/2026	Tuesday - 18/08/2026	Wednesday - 19/08/2026	Thursday - 20/08/2026	Friday - 21/08/2026
 CREMA DE VERDURA	 SOPA DE CARACOLITOS	 CREMA DE ZANAHORIA AL CURRY	 CONSOMÉ DE POLLO	 SOPA CARBONADA DE CERDO
 ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE ENSALADA DE POROTOS VERDES	 ENSALADA CEVICHE DE COCHAYUYO ENSALADA APIO CON RABANITOS ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	 ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE COLIFLOR CON CILANTRO ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	 ENSALADA DE BRÓCOLI ENSALADA DE LECHUGA PICADA ENSALADA DE ZANAHORIA	 ENSALADA DE APIO ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE TOMATE CILANTRO
 ALITAS DE POLLO BARBECUE (NATURAL) TORTILLA DE ZANAHORIA Y CHAMPIÑONES	 TALLARIN SALTADO (SPAGUETTI, JULIANA VACUNO, CEBOLLA MORADA, TOMATE) HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE	 CROQUETA DE PAVO GARBANZOS GUISADOS	 PAPAS SUPREMA (VAC.MOLIDA,CEBOLLA CARAM, PAPAS BASTÓN,TOMATE) TRUTRO DE POLLO ASADO	 ESCALOPA DE JAMÓN - QUESO LOMITO DE CERDO BARBECUE
 PAPAS CHAUCHAS (RODELAS HORNEADAS) VERDURAS ASADAS		 ARROZ ÁRABE ESCALOPIN DE CERDO	 CANUTONES AL POMODORO VERDURAS A LA MANTEQUILLA	 CHOCLO AL GRATÍN PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
 BRAZO GITANO FRUTA NATURAL JALEA DIET YOGURT CON CEREALES	 FRUTA NATURAL JALEA DIET PANQUEQUE CON MANJAR SÉMOLA CON LECHE	 BUDÍN COLEGIAL ENSALADA DE FRUTA NATURAL FLAN DE COCO JALEA DIET	 BAVAROISE DE LIMÓN BLONDIE DE AVENA Y PLÁTANO CIRUELAS CON MOTE JALEA DIET	 BAVAROISE DE GUINDA FRUTA NATURAL JALEA DIET TORTA TRES LECHE
 ATÚN / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	 ROLLITO DE QUESO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	 FALÁFEL / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	 ABANICO DE JAMÓN DE PAVO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	 PALTA REINA CON ENSALADA MIXTA
 CROQUETAS DE LENTEJAS AL POMODORO	 HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE	 MOLDE DE POLENTA ASADA CON ALBAHACA Y PEBRE TOMATE	 VERDURAS A LA MANTEQUILLA	 SPAGUETTI BOLOÑESA (P.V.T.)
Monday - 24/08/2026	Tuesday - 25/08/2026	Wednesday - 26/08/2026	Thursday - 27/08/2026	Friday - 28/08/2026
 SOPA DE CARNE CON FIDEOS CABELLOS	 CREMA DE ZAPALLITO ITALIANO	 CONSOMÉ ALIANZA	 CREMA DE CHAMPIÑONES	 SOPA DE VERDURAS CON HUEVO
 ENSALADA DE CHOCLO Y MIX DE PIMIENTO ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO RALLADO CON SÉSAMO	 ENSALADA DE BRÓCOLI ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA	 ENSALADA DE BETARRAGA ENSALADA DE HABAS CON DIENTE DE DRAGÓN ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	 ENSALADA DE APIO ENSALADA DE LECHUGA PICADA ENSALADA DE TOMATE	 ENSALADA DE ARVEJITAS ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE ZANAHORIA CON RÚCULA
 ASADO VACUNO CON SALSA ESPAÑOLA FILETES DE POLLO GRILLE	 CHULETA DE CERDO AL ROMERO STROGONOFF DE POLLO	 ROLLITO DE MERLUZA TOMATE Y ALBAHACA (A) / VARITAS DE PESCADO (N) POROTOS GRANADOS AL PILCO	 ASADO ALEMÁN PANQUEQUES RELLENOS DE POLLO Y CHAMPIÑONES	 GOHAN DE POLLO (ARROZ,NUGGET POLLO, PALTA, SÉSAMO, CIBOULETTE,SSA,CILANTRO) PARMENTIER DE VACUNO
 BOUQUETIER DE VERDURAS PAPAS SALTEADAS	 ARROZ GRANEADO PANACHE DE VERDURAS	 FLAN DE COLIFLOR Y ESPINACAS PÚRE DE PAPAS	 ARROZ PRIMAVERA VERDURAS SALTEADAS	 GUISO DE VERDURAS PAPAS ASADAS
 FRUTA NATURAL JALEA DIET MERENGON DE MORA QUEQUE DE AVENA	 BUÑUELOS DE MANZANA FRUTA NATURAL JALEA DIET MOLDE DE MAICENA CON SALSA DE BERRIES	 COCADA DE BIZCOCHO FLAN CHOCOLATE FRUTA NATURAL JALEA DIET	 BERLÍN HORNEADO FRUTA NATURAL JALEA DIET SÉMOLA CON LECHE	 AVENA CON LECHE BROWNIE FRUTA NATURAL JALEA DIET
 BOWL ENSALADA GRIEGA	 PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	 BARRITA DE QUINOA / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	 FILETES DE POLLO GRILLE / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	 BOWL CÉSAR
 FAJITA DE PINO CARNE SOYA CHOCLO LECHUGA Y GUACAMOLE	 PANQUEQUE BOLOÑESA P.V.T.	 BARRITA DE TOFU MARRINADO CON SEMILLA DE CHIA Y SÉSAMO	 GUISO DE ACELGA CON P.V.T. Y PAPAS RÚSTICAS	 FALÁFEL CON SALSA VEGANESA

Monday - 31/08/2026
 CREMA DE BRÓCOLI
 ENSALADA APIO CON MANZANA VERDE ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA ENSALADA DE TOMATE
 POLLO ASADO RAVIOLES CON SALSA ITALIANA
 ARROZ CON SOFRITO ARVEJITAS LYONESAS
 FRUTA NATURAL JALEA DIET MOUSSE DE FRUTILLA QUEQUE MÁRMOL
 ROLLITO DE JAMÓN DE PAVO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA
 SPAGUETTI BOLOÑESA P.V.T.

APORTES NUTRICIONALES

1ERA.UNIDAD:
CALORÍAS 450 - 500
PROTEÍNAS 17GR

2DA.UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEÍNAS 22GR

**Valores referenciales*

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos










ICOMOGRAFIA

 SOUP
 SALAD BAR
 MAIN DISHES
 SIDE DISHES

 DESSERTS
 HYPOCALORIC
 VEGAN

DATOS VALOR ALMUERZO

\$4.910 por día
\$83.470 sin miércoles | \$103.110 con miércoles

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

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

Formato de operación es por pago anticipado
Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso del alumno

*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