



NUESTRO
MENÚ
MAYO 2018

CONTACTO DEL COMEDOR
Verónica Navarrete
Tel: 227500989
E-mail: comedor-mtn@giser.cl

VALOR CUPONERA
21 TICKET \$ 65.520.-
VALOR DIARIO \$ 3.630.-



APORTES NUTRICIONALES		
	CALORÍAS	PROTEÍNAS
Primera unidad	450-500	17 Grs proteínas alto valor
Segunda unidad	550- 600	22 Grs proteínas
Tercera unidad	650- 700	26 Grs proteínas

Transferencias o depósitos a:
Giser S.A. / Rut: 78.542.610-k / Banco Security / Cuenta N° 916324120
E-mail: pagosmtn@giser.cl

Por favor enviar comprobante señalando: Nombre y curso de el o los alumnos.

	LUNES 30	MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
SALAD BAR	Interferiado	Feriado	• Ensalada de tomates	• Ensalada de choclo	• Ensalada de porotos verdes
PLATO FONDO			• Porotos con mazamorra con choricillo	• Asado de vacuno con Arroz graneado	• Escalopa de jamón y queso con Papas cubo
POSTRES			• Naranja	• Muffins de arándanos	• Plátano

	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
SALAD BAR	• Ensalada de tomates	• Ensalada de lechugas	• Ensalada de repollo morado	• Ensalada de zanahorias	• Ensalada de tomates
PLATO FONDO	• Filetitos de pollo a la plancha con Spaguetti	• Asado alemán con salsa española con Arroz	• Brochetas con Choclo a la mantequilla	• Carne a la italiana con Papas chaucha	• Calzone
POSTRES	• Duraznos al jugo	• Tartaleta de frutillas	• Leche asada	• Naranja	• Tutti frutti

	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
SALAD BAR	• Ensalada de apio	• Ensalada de tomates	• Ensalada jardinera	• Ensalada de betarragas	• Ensalada de zanahorias
PLATO FONDO	• Lomito de cerdo barbecue con Papas doradas	• Carne mechada con Espirales	• Pavo con salsa de champiñones con Arroz	• Charquicán con Huevo	• Burrito con huacamole
POSTRES	• Manzana	• Leche nevada	• Muffins de zanahoria	• Naranja	• Compota de frutillas

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
SALAD BAR	Feriado	• Ensalada de zanahorias	• Ensalada de apio	• Ensalada de betarragas	• Ensalada de lechugas
PLATO FONDO		• Croquetas de atún con Papas chaucha	• Lentejas parmesanas con Huevo lluvia	• Albóndigas atomatadas con Arroz	• Pollo apanado con Mostacioli
POSTRES		• Queque de plátano	• Manzana	• Bavaroise de duraznos	• Tutti frutti

	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	VIERNES 1
SALAD BAR	• Ensalada de tomates	• Ensalada de choclo	• Ensalada de apio	• Ensalada de zanahorias	
PLATO FONDO	• Varitas de pescado con Papas lyonesas	• Stroganoff con Arroz	• Canelones gratinados	• Pastel suizo	
POSTRES	• Piñas al jugo	• Naranja	• Plátano	• Torta selva negra	





MAYO 2018

MENÚ

NUESTRO




Transferencias o depósitos a:
 Giser S.A. / Rut: 78.542.610-K
 Banco Security / Cuenta N° 91632427-4
 E-mail: pagoscumbres@giser.cl
 Por favor enviar comprobante señalando:
 nombre y curso de el o los alumnos,
 muchas gracias.

WWW.GISER.CL

Juntos lo hacemos mejor

GESTION INTEGRAL DE SERVICIOS
GISER

GISER
 GESTION INTEGRAL DE SERVICIOS

**Come sano, rico, casero
 y te sugerimos consumir
 3 porciones de verduras
 y 2 porciones de frutas
 de distinto color en
 forma diaria.**

