



NUESTRO  
**MENÚ**  
JUNIO 2018

**CONTACTO DEL COMEDOR**  
Iris Valdebenito  
Tel: 2 2240 9883 / +569 6445 0925  
E-mail: comedor-csa@giser.cl

Transferencias o depósitos a:  
**Giser S.A.** / Rut: 78.542.610-k /  
Banco BCI / Cuenta Corriente  
N° 70411727  
E-mail: pagossananselmo@giser.cl  
Por favor enviar comprobante señalando:  
Nombre y curso de el o los alumnos.



**VALOS MES: \$ 50.830**  
17 DÍAS (SIN MARTES)  
**VALOR DIARIO \$ 3.690**

								<b>VIERNES 1</b>	
	<b>SOPA/CREMA</b>								<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de carne con sémola</li> </ul>
	<b>SALAD BAR</b>								<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Pebre de mote</li> <li>Ensalada de apio y aceitunas</li> </ul>
	<b>PLATO FONDO</b>								<ul style="list-style-type: none"> <li>Pollo al jugo con Guiso de zapallos italianos</li> <li>Pizza vegetariana / napolitana</li> </ul>
	<b>HIPOCALORICO</b>								<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomate relleno con quesoillo con ensaladas mix cuatro estaciones, betarraga, papas cubo, porotos verdes</li> </ul>
	<b>POSTRES</b>								<ul style="list-style-type: none"> <li>Pie de limón</li> <li>Macedonia</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>
		<b>LUNES 4</b>		<b>MIÉRCOLES 6</b>		<b>JUEVES 7</b>		<b>VIERNES 8</b>	
	<b>SOPA/CREMA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema zapallo italiano</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de tomate</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de verduras</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de choclo</li> </ul>	
	<b>SALAD BAR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de apio</li> <li>Ensalada de repollo blanco con aceitunas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de betarraga</li> <li>Ensalada de porotos negros y choclo</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de apio</li> <li>Ensalada de tomate con diente de dragón</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de Lechugas mixtas</li> <li>Ensalada de porotos verdes con pimentón</li> <li>Ensalada de pepino y zanahoria cubo</li> </ul>	
	<b>PLATO FONDO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pavo al eneldo con Puré mixto</li> <li>Omelette de choclo y aceitunas con Guiso de porotos verdes</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Asado alemán con salsa española con Papas a la crema</li> <li>Porotos a la chilena con chorizo</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Varitas de merluza con Arroz perla</li> <li>Ravioles con salsa pomodoro y albahaca queso rallado</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Pollo asado con Papa bastón</li> <li>Salteado de carnes con Bouquetier de verduras</li> </ul>	
	<b>HIPOCALORICO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Queso fresco con ensalada de lechugas mixtas, tomate, choclo y apio</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada César</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Hamburguesa de lentejas con ensaladas de lechuga, pimentones tres colores, papas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Totilla de zanahoria y coliflor con ensaladas de lechuga, choclo, betarraga</li> </ul>	
	<b>POSTRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mousse de chocolate</li> <li>Compota de manzanas</li> <li>Jalea Light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Queque de plátano</li> <li>Leche nevada</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de fruta</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Empolvado</li> <li>Crema de pie de limón</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de fruta</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Helado con barquillo</li> <li>Macedonia</li> <li>Jalea Light</li> <li>Canasto de fruta</li> </ul>	
		<b>LUNES 11</b>		<b>MIÉRCOLES 13</b>		<b>JUEVES 14</b>		<b>VIERNES 15</b>	
	<b>SOPA/CREMA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de ave con sémola</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Consomé alianza</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de arvejas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de carne con verduras</li> </ul>	
	<b>SALAD BAR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de Lechuga</li> <li>Ensalada de repollo blanco con aceitunas</li> <li>Ensalada de tomate con cilantro</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de coliflor con cilantro</li> <li>Ensalada de apio con rabanitos</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de betarraga</li> <li>Ensalada de pepino con rúcula</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de repollo morado</li> <li>Ensalada de zanahoria cubo</li> </ul>	
	<b>PLATO FONDO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulpa de cerdo a la mostaza con Mascarroni</li> <li>Nugget con Acelgas a la crema</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Varitas de merluza con Arroz primavera</li> <li>Canelones florentinos al gratín</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Pastel de papas Suizo</li> <li>Lentejas guisadas con vienesa de ave</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sándwich hamburguesa italiana con Papas chip</li> <li>Carne arvejada al jugo con Fetuccini</li> </ul>	
	<b>HIPOCALORICO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atún con ensalada lechugas, rúcula, choclo y zanahoria</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Rissoto de verduras</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Huevo con ensalada mix cuatro estaciones, betarraga y apio</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Tomate relleno con jamón con ensalada de lechugas, arvejas y tomate</li> </ul>	
	<b>POSTRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rollo gitano</li> <li>Sémola con leche y salsa de frambuesas</li> <li>Jalea Light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Kuchen de frutas</li> <li>Flan de coco</li> <li>Jalea Light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Eclair</li> <li>Compota de ciruelas con mote</li> <li>Jalea Light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Conejito</li> <li>Tutti frutti</li> <li>Jalea Light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>	
		<b>LUNES 18</b>		<b>MIÉRCOLES 20</b>		<b>JUEVES 21</b>		<b>VIERNES 22</b>	
	<b>SOPA/CREMA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consomé de carne</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de ave con fideos</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verduras con crutones</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Consomé de vacuno</li> </ul>	
	<b>SALAD BAR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de tomate con cilantro</li> <li>Ensalada de pepino</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga mix</li> <li>Ensalada cebolla asada</li> <li>Ensalada de tomates</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada ceviche de mote</li> <li>Ensalada cole slaw</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de cochayuyo</li> <li>Ensalada de apio con rabanito</li> </ul>	
	<b>PLATO FONDO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trutro de pavo arvejado con Arroz graneado</li> <li>Tortellini con salsa de quesos</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Cerdito al romero con Espirales al perejil</li> <li>Escalopines de pollo a la teriyaki con Bouquetier de verduras</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Merluza napolitana con Puré de papas</li> <li>Brochetas de vacuno con Flan de zanahoria</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Milanesa de ave al horno con Spaguetti atomatado</li> <li>Hot dog italiano con Empanadita de queso</li> </ul>	
	<b>HIPOCALORICO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Queso fresco con ensalada de lechuga, tomate y brócoli</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Molde de atún con ensaladas de lechuga, zanahoria, choclo y aceitunas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Huevo relleno con ensaladas de lechuga, tomate, porotos verdes, apio</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Rollito de jamón palta con ensalada lechugas, brócoli, zanahoria y pimienta roja</li> </ul>	
	<b>POSTRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Torta de piña</li> <li>Yogurt con cereales</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Musselina de manzana</li> <li>Macedonia</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Brazo de reina</li> <li>Leche asada</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Rosquitas</li> <li>Compota de piña</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>	
		<b>LUNES 25</b>		<b>MIÉRCOLES 27</b>		<b>JUEVES 28</b>		<b>VIERNES 29</b>	
	<b>SOPA/CREMA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de zapallo camote</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de acelga</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Sopa de cerdo con chuchoca</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Crema de verduras</li> </ul>	
	<b>SALAD BAR</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de zanahoria rallada</li> <li>Ensalada de pepino</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de betarraga</li> <li>Ensalada de apio con zanahoria</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de habas con cebolla</li> <li>Ensalada de porotos negros y cilantro</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada de lechuga</li> <li>Ensalada de porotos verdes americanos</li> <li>Ensalada de tomate</li> </ul>	
	<b>PLATO FONDO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Carne al tomillo con Puré a la crema</li> <li>Pastel Bontú</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Pulpa de cerdo asado con Papas salteadas</li> <li>Porotos con mazamorra y chorizo</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Varitas de merluza con salsa tártara con Puré de papas</li> <li>Pechuga de ave al jugo con Guiso de berenjenas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Calzone napolitano</li> <li>Tortilla de acelgas con Porotos verdes a la soya</li> </ul>	
	<b>HIPOCALORICO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ensalada Griega</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Filetes de ave a la plancha con ensalada de lechuga, apio y habas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Atún con ensalada</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Huevo con ensalada mix 4 estaciones, apio, zanahoria aceitunas</li> </ul>	
	<b>POSTRES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Torta piña</li> <li>Mousse de naranja</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Cocadas</li> <li>Leche asada</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Rollo de manjar</li> <li>Leche con avena con pasas y nuez</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Torta de yogurt</li> <li>Macedonia</li> <li>Jalea light</li> <li>Canasto de frutas</li> </ul>	