



## MINUTA JULIO

Alimenta tu Bienestar  
*desde dentro*

**ESCANEA EL QR**

y descubre nuestra campaña de  
super alimento de Fermentados



### DEPÓSITO A:

Giser S.A. Banco BCI

Rut: 78.542.610-k

Cuenta Corriente: 70411727

pagossananselmo@giser.cl

### CONTACTO COMEDOR CARMEN PEÑA

comedor-csa@giser.cl

Casino: +56 2 2240 9883

Cobranza: +56 9 6445 0925

Nuestras líneas de producción **NO SON LIBRES** de **ALÉRGENOS**



PESCADO



LECHE



HUEVOS



GLUTEN



MARISCOS



SOYA



FRUTOS SECOS

SEMANA 1	Lunes - 06/07/2026	Martes - 07/07/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 08/07/2026	Jueves - 09/07/2026	Viernes - 10/07/2026
SOPAS	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS		SOPA DE POLLO CON SÉMOLA	CREMA DE CHOCLO	SOPA CARBONADA DE CERDO
SALAD BAR	ENSALADA DE APIO		ENSALADA DE CHOCLO	ENSALADA DE BRÓCOLI	ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA
	ENSALADA DE LECHUGA PICADA		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE LECHUGA PICADA
	ENSALADA DE REPOLLO MORADO		ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA	ENSALADA DE TOMATE
PLATO DE FONDO	CARNE CON SALSAS NAPOLITANA		CROQUETAS DE ATÚN (HORNEADA)	AJÍ DE GALLINA	OMELETTE CHACARERA
	LENTEJAS GUIADAS CON CHURRASQUITO DE POLLO (OPCIONAL)		FETUCCINI CON SALSAS BOLOÑESA	ASADO ALEMÁN	PAPAS SUPREMA (VAC.MOLIDA,CEBOLLA CARMELIZADA, PAPAS BASTÓN,TOMATE)
ACOMPAÑAMIENTOS	PURÉ DE PAPAS		QUINOA PRIMAVERA	ARROZ GRANEADO	CHOCLO A LA CREMA (SALSA BECHAMEL)
				BOUQUETIER DE VERDURAS	
POSTRES	BERLÍN HORNEADO		ARROZ CON LECHE Y PASAS	CONEJITO CON CREMA PASTELERA	AVENA CON LECHE
	ESPUMA DE FRAMBUESA		FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	COCADA DE BIZCOCHO
	FRUTA NATURAL		JALEA	JALEA	FRUTA NATURAL
	JALEA		TUTTI-FRUTTI	LECHE ASADA	JALEA
HIPOCALÓRICO	ROLLITO DE JAMÓN DE PAVO COCIDO CON ENSALADA SURTIDA		ATÚN CON ENSALADA SURTIDA	HUEVO CON ENSALADA SURTIDA	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)
VEGANO	CURRY DE LENTEJAS (*P.V.T., ARROZ, PAPAS, BERENJENAS, CURRY)		CROQUETAS DE POROTOS NEGROS (HORNEADA) CON BOUQUETIER DE VERDURAS	PASTEL DE PAPAS (*PVT)	ÑOQUIS DE POLENTA CON SALSAS POMODORO

Mes del  
**Super**  
alimento:  
**Fermentados**

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de Fermentados



### 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

\$5.400 MENSUAL \$75.600 (14 días)

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco BCI

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 70411727

\*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Por favor enviar comprobante señalando Nombre y Curso del alumno



pagossananselmo@giser.cl

CONTACTO COMEDOR  
CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



Casino: +56 2 2240 9883  
Cobranza: +56 9 6445 0925

SEMANA 2	Lunes - 13/07/2026	Martes - 14/07/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 15/07/2026	Jueves - 16/07/2026 FERIADO DÍA DE LA VIRGEN DEL CARMEN	Viernes - 17/07/2026 INTERFERIADO
SOPAS	CREMA DE APIO		CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL		
SALAD BAR	ENSALADA JARDINERA		ENSALADA DE BETARRAGA		
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE CHOCLO CON POROTOS VERDE		
	ENSALADA DE ZANAHORIA		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		
PLATO DE FONDO	RAVIOLES DE CARNE CON SALSAS POMODORO		ASADO ALEMÁN CON SALSAS DE CHAMPIÑONES		
	TONKATSU (CHULETA DE CERDO APANADA)		GARBANZOS GUIADOS CON CHURRASQUITO DE CERDO (OPCIONAL)		
ACOMPAÑAMIENTOS	ACELGA GUIADA		PURÉ DE PAPAS		
	ARROZ GRANEADO				
POSTRES	FLAN DE VAINILLA		ARROZ CON LECHE		
	FRUTA NATURAL		BERLÍN HORNEADO		
	JALEA		FRUTA NATURAL		
	QUEQUE MÁRMOL		JALEA		
HIPOCALÓRICO	FILETES DE POLLO GRILLE CON ENSALADA SURTIDA		HUEVO RELLENO AL PIMIENTO CON ENSALADA SURTIDA		
VEGANO	FAJITA VEGANA (*P.V.T., CHOCLO LECHUGA Y GUACAMOLE)		BARRITA DE TOFU MARINADO CON SEMILLA DE CHÍA Y SÉSAMO		

Mes del Super alimento: Fermentados

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de Fermentados



### 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

**\$5.400** MENSUAL \$75.600 (14 días)

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco BCI

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 70411727

\*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Por favor enviar comprobante señalando Nombre y Curso del alumno



pagossananselmo@giser.cl

CONTACTO COMEDOR CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



Casino: +56 2 2240 9883  
Cobranza: +56 9 6445 0925

SEMANA 3	Lunes - 20/07/2026	Martes - 21/07/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 22/07/2026	Jueves - 23/07/2026	Viernes - 24/07/2026
SOPAS	CREMA DE ESPÁRRAGO		CREMA DE ZANAHORIA	CONSOMÉ DE AVE	CREMA DE VERDURA
SALAD BAR	ENSALADA DE APIO CON SÉSAMO		ENSALADA DE BRETONA	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS	ENSALADA DE APIO CON RABANITOS
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE LECHUGA COSTINA CON PIMIENTO	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO
	ENSALADA DE PEPINO		ENSALADA DE TOMATE CILANTRO	ENSALADA DE HABAS DIENTE DE DRAGÓN Y PIMIENTO ROJO	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
PLATO DE FONDO	CROQUETAS DE PAVO (HORNEADA)		FIGURAS MARINAS (N) / MERLUZA APANADA (A)	ALBÓNDIGAS CON SALSA POMODORO	PAPAS RELLENAS CON QUESO
	STROGONOFF DE VACUNO		PANQUEQUE DE POLLO PIMIENTO GRATIN	POROTOS GUISADOS CON CHURRASQUITO DE VACUNO (OPCIONAL)	WRAP CÉSAR (POLLO)
ACOMPAÑAMIENTOS	ARROZ PERLA		ARROZ CON SOFRITO	ESPIRALES	NACHOS CASEROS
	VERDURAS SALTEADAS		CATAMARCA (ZAPALLO ITALIANO, BERENJENA, CEBOLLA, SALSA TOMATE)		
POSTRES	BRAZO DE REINA		COMPOTA DE CIRUELAS DIET	ARROZ IMPERIAL	ALFAJOR SIN AZUCAR
	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	BERLÍN HORNEADO	BAVAROISE DE GUINDA
	JALEA		JALEA	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL
	YOGURT CON CEREALES		PASTEL VASCO	JALEA	JALEA
HIPOCALÓRICO	JULIANA DE VACUNO CON ENSALADA SURTIDA		BOWL ENSALADA AIDA (HUEVO, F. ALCACHOFA, TOMATE)	TOMATE RELLENO CON CHOCLO Y ATÚN CON ENSALADA SURTIDA	HUEVO CON ENSALADA SURTIDA
VEGANO	PASTEL DE PAPAS (*PVT)		GARBANZOS GUISADOS CON QUINOA	GUISO DE ARVEJITAS CON PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)	BURRITO VEGANO (P.V.T, P. NEGROS, CEBOLLA, LECHUGA Y GUACAMOLE)

Mes del Super alimento: Fermentados

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de Fermentados



### 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

\$5.400 MENSUAL \$75.600 (14 días)

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. Banco BCI

Rut: 78.542.610-K Cuenta Corriente: 70411727

\*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Por favor enviar comprobante señalando Nombre y Curso del alumno



pagossananselmo@giser.cl

CONTACTO COMEDOR CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



Casino: +56 2 2240 9883  
Cobranza: +56 9 6445 0925

SEMANA 4	Lunes - 27/07/2026	Martes - 28/07/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 29/07/2026 DÍA MUNDIAL DE LA LASAÑA	Jueves - 30/07/2026 DÍA NACIONAL DE LA CAZUELA	Viernes - 31/07/2026
SOPAS	SOPA DE CARNE CON FIDEOS CABELLOS		SOPA DE POLLO CON ARROZ	CREMA DE TOMATE	SOPA DE POLLO CON FIDEOS
SALAD BAR	ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO		ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE CHOCLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE APIO MANZANA VERDE Y PIÑA
	ENSALADA DE LECHUGA PICADA		ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE HABAS CON SALSA VERDE	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA
	ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE REPOLLO BLANCO Y MORADO
PLATO DE FONDO	PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN		LASAÑA BOLOÑESA	CAZUELA DE PECHUGA DE POLLO (S/HUESO)	QUESILLO APANADO CON SÉSAMO
	POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA Y CHURRASQUITO DE CERDO (OPCIONAL)		LASAÑA DE POLLO	VARITAS DE PESCADO (N) MERLUZA APANADA (A)	FOCACCIA NAPOLITANA (JAMÓN PAVO, TOMATE, QUESO, ALBAHACA)
ACOMPAÑAMIENTOS	PAPAS SALTEADAS			ARROZ CON SÉSAMO	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
POSTRES	ESPUMA DE LIMÓN		BAVAROISE DE NARANJA	FRUTA NATURAL	ARROZ CON LECHE
	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	JALEA	FRUTA NATURAL
	JALEA		JALEA	MOUSSE DE MARACUYÁ	GALLETON DE AVENA
	QUEQUE DE NARANJA		TUTTI-FRUTTI	ROSQUITAS CON AZÚCAR FLOR	JALEA
HIPOCALÓRICO	QUESO FRESCO CON ENSALADA SURTIDA		NUGGET DE SALMÓN CON ENSALADA SURTIDA	BROCHETA CAPRESSE (TOMATE, QUESO, ALBAHACA) CON ENSALADA SURTIDA	BOWL DEL HUERTO (CAFETERIA)
VEGANO	HAMBURGUESA DE GARBANZOS		MUSAKA DE BERENJENAS	ZAPALLO ITALIANO RELLENO CON QUINOA Y PINO DE CHAMPIÑONES	CALZONE NAPOLITANO (TOMATE, ALBAHACA, TOFU)

Mes del Super alimento: Fermentados

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de Fermentados

### 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

\$5.400 MENSUAL \$75.600 (14 días)

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco BCI

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 70411727

\*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Por favor enviar comprobante señalando Nombre y Curso del alumno

pagossananselmo@giser.cl

CONTACTO COMEDOR CARMEN PEÑA

comedor-csa@giser.cl

Casino: +56 2 2240 9883  
Cobranza: +56 9 6445 0925