



MINUTA OCTUBRE

Pequeños en tamaño, *Grandes en sabor*

ESCANEA EL QR

y descubre nuestra
campaña de super
alimento de los frutos secos



DEPÓSITO A:

Rut: 78.542.610-k
Giser S.A. | Banco BCI
Cuenta Corriente: 70411727
pagoscsa@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 - 28/09/2026	Martes - 29/09/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 30/09/2026	Jueves - 01/10/2026	Viernes - 02/10/2026
SOPAS				CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE PANTRUCAS
SALAD BAR				ENSALADA DE COCHAYUYO	ENSALADA DE COLIFLOR CON ACEITUNA
				ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE ESPINACA Y PIMENTÓN ROJO
				ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
PLATO DE FONDO				LENTEJAS GUIADAS CON QUINOA CON HUEVO DURO LLUVIA	PECHUGA DE POLLO AL LIMÓN
				VACUNO AL JUGO	FOCACCIA NAPOLITANA (JAMÓN PAVO, TOMATE, QUESO, ALBAHACA)
ACOMPAÑAMIENTOS				PURÉ DE PAPAS	ACELGA GUIADA
				VERDURAS SALTEADAS LYONESA	
POSTRES				CREMA DE PIÑA	BROWNIE
				DELICIAS	FRUTA NATURAL
				FRUTA NATURAL	HELADO DE PALETA NATURAL
				JALEA DIET	JALEA DIET
HIPOCALÓRICO				HUEVO RELLENO AL PIMIENTO CON ENSALADA MIXTA	ESPÁRRAGOS ENVUELTO EN JAMÓN PAVO COCIDO CON ENSALADA MIXTA
VEGANO				PANQUEQUE BOLOÑESA P.V.T	QUESADILLA DE TOFU CON GUACAMOLE

Mes de los
**Super
alimentos
Frutos Secos**

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos de los Frutos Secos



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
\$ 91.800 (17 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



pagoscscs@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



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

SEMANA 2	Lunes - 05/10/2026	Martes - 06/10/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 07/10/2026	Jueves - 08/10/2026	Viernes - 09/10/2026 TEMÁTICO: DÍA DE PICNIC
SOPAS	CONSUMÉ DE POLLO CON CLARA DE HUEVO		SOPA DE CARNE CON VERDURAS	CREMA DE ESPÁRRAGO	
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA		ENSALADA DE CHOCLO TOMATE	ENSALADA DE BETARRAGA	
	ENSALADA PEPINO Y TOMATE		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	
	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA		ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO RALLADO CON SÉSAMO	ENSALADA DE REPOLLO	
PLATO DE FONDO	LOMITO DE CERDO A LA MOSTAZA		FRICANDELAS DE VACUNO	PASTEL DE PAPAS	
	TOMATICÁN		POROTOS GUIADOS	SUPREMA DE POLLO EN SU SALSA	
ACOMPAÑAMIENTOS	PAPAS SALTEADAS		CANUTONES	ARROZ EXÓTICO (TOMATE Y AMAPOLAS)	
	PEPERONATTA CON APIO		PEPERONATTA CON APIO	VERDURAS SALTEADAS	
POSTRES	BAVAROISE DE FRAMBUESA		CHILENITOS	ECLAIR	
	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	
	JALEA DIET		ILUSIÓN DE GELATINA	JALEA DIET	
	QUEQUE DE NARANJA		JALEA DIET	TUTTI -FRUTTI	
HIPOCALÓRICO	HUEVO CON ENSALADA MIXTA		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA MIXTA	TOMATE REINA CON ENSALADA MIXTA	
VEGANO	CURRY DE LENTEJAS (P.V.T. ARROZ, PAPAS, BERENJENAS, CURRY)		CHARQUICÁN DE VERDURAS Y P.V.T.	CARBONADA DE VERDURAS CON QUINOA	

Mes de los
**Super
alimentos
Frutos Secos**

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos de los Frutos Secos



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
\$ 91.800 (17 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



pagoscса@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



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

SEMANA 3	Lunes - 12/10/2026 FERIADO: ENCUENTRO ENTRE DOS MUNDOS	Martes - 13/10/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 14/10/2026	Jueves - 15/10/2026	Viernes - 16/10/2026
SOPAS			CREMA DE APIO	SOPA DE CARACOLITOS	CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL
SALAD BAR			ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA	ENSALADA DE APIO CON SÉSAMO	ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO
			ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE LECHUGA PICADA
			ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE ZANAHORIA CON RÚCULA	ENSALADA DE POROTO VERDE CON TOMATE
PLATO DE FONDO			CROQUETA DE SALMÓN	FILETES DE POLLO CON SALSA AL POMODORO	ESCALOPA DE QUESILLO CON SÉSAMO
			SPAGUETTI CON SALSA ALFREDO	POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA	GOHAN DE POLLO (ARROZ, NUGGET POLLO, PALTA, SÉSAMO, CIBOULETTE, SALSA CILANTRO)
ACOMPAÑAMIENTOS			GRATÍN DE BERENJENAS Y TOMATE	ARROZ GRANEADO	CATAMARCA (ZAP.ITALIANO, BERENJENA, CEBOLLA, SALSA TOMATE)
			PURÉ DE PAPAS	CHOCLO AL GRATÍN	
POSTRES			ALFAJOR	FRUTA NATURAL	CREMA PASTELERA CON PLÁTANO
			ESPUMA DE MANJAR	JALEA DIET	FRUTA NATURAL
			FRUTA NATURAL	PROFITEROLES CON PASTELERA	HELADO DE PALETA NATURAL
			JALEA DIET	SÉMOLA CON ESPEJO DE JALEA SIN AZÚCAR	JALEA DIET
HIPOCALÓRICO			CAUSA LIMEÑA CON ENSALADA MIXTA	BOWL ENSALADA AIDA (HUEVO, F. ALCACHOFA, TOMATE)	HUEVO RELLENO AL PIMIENTO CON ENSALADA MIXTA
VEGANO			ZAPALLO ITALIANO RELLENO CON QUINOA Y PINO DE CHAMPIÑÓN	FALAFEL CON SALSA DE YOGURT AL CILANTRO	CHORRILLANA VEGANA (P.NEGROS, CEBOLLA, VERDURAS, PAPAS BASTÓN)

Mes de los
**Super
alimentos
Frutos Secos**

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos de los Frutos Secos



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
\$ 91.800 (17 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



pagoscscs@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



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

SEMANA 4	Lunes - 19/10/2026	Martes - 20/10/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 21/10/2026	Jueves - 22/10/2026	Viernes - 23/10/2026 TEMÁTICO: DÍA DE LA PASTA
SOPAS	CREMA DE CHAMPIÑONES		CREMA DE ARVEJAS	CONSOMÉ DE POLLO	SOPA DE CARNE CON SÉMOLA
SALAD BAR	ENSALADA DE BRÓCOLI		ENSALADA DE COLIFLOR	ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE HABAS CON SALSA VERDE
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE LECHUGA PICADA	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE ZANAHORIA		ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE REPOLLO BLANCO Y MORADO	ENSALADA DE TOMATE CILANTRO
PLATO DE FONDO	LOMITO DE CERDO BARBECUE		PASTELERA DE CHOCLO	CANELONES RELLENOS CON CHOCLO Y CHAMPIÑONES GRATINADOS	AGNOLOTTI AL POMODORO
	TORTILLA DE CHOCLO, TOMATE, ALBAHACA Y QUESO		TRUTRO DE POLLO ASADO (PECHUGA)	HAMBURGUESA SUIZA	RAVIOLES DE VERDURAS CON SALSA DE QUESO
					SPAGUETTI CON SALSA BOLOÑESA
ACOMPAÑAMIENTOS	GRATIN DE POROTOS VERDES		PAPAS CHAUCHAS (RODELAS HORNEADAS)	PURÉ DE PAPAS	
	MOSTACCIOLI		VERDURAS A LA MANTEQUILLA	VERDURAS AL VAPOR (ZANAHORIA, ESPINACAS Y ZAP. ITALIANO CUBO)	
POSTRES	BIZCOCHO CON MERMELEDA		FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	FLAN DE VANILLA CON SS DE CHOCOLATE
	FRUTA NATURAL		JALEA DIET	JALEA DIET	FRUTA NATURAL
	JALEA DIET		MACEDONIA	MERENGÓN DE MORA	HELADO DE PALETA NATURAL
	YOGURT CON CEREALES		PIE DE LIMÓN	STRUDEL DE MANZANA	JALEA DIET
HIPOCALÓRICO	BOWL ENSALADA GRIEGA (LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)		TOMATE RELLENO CON PASTA DE JAMÓN, QUESILLO Y ACEITUNA Y ENSALADA MIXTA	HAMBURGUESA DE GARBANZOS CON ENSALADA MIXTA	ENSALADA MIXTA CON BROCHETA CAPRESSE
VEGANO	PASTEL DE PAPAS (P.V.T.)		FALAFEL CON SALSA VEGANESA	BARRITA DE QUINOA	SPAGUETTI BOLOÑESA (P.V.T.)

Mes de los
**Super
alimentos
Frutos Secos**

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos de los Frutos Secos



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 \$ 91.800 (17 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



pagoscscs@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



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

SEMANA 5	Lunes - 26/10/2026	Martes - 27/10/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 28/10/2026	Jueves - 29/10/2026	Viernes - 30/10/2026
SOPAS	CREMA DE BRÓCOLI		CONSOMÉ ALIANZA	CREMA DE VERDURA	SOPA DE CARACOLITOS
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE ARVEJITAS CON ZANAHORIA HILO	ENSALADA DE BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE PEPINO		ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE LECHUGA PICADA	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA
	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA CON POROTO VERDE		ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE ZAPALLO ITALIANO RALLADO CON SÉSAMO
PLATO DE FONDO	DADITOS DE PAVO A LAS FINAS HIERBAS		GARBANZOS GUISADOS	CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA (A) / PULPA DE CERDO AL JUGO (N)	PAPAS SUPREMA (VAC. MOLIDA, CEBOLLA CARAMELIZADA, PAPAS BASTÓN, TOMATE)
	MERLUZA APANADA (A) / FIGURAS MARINAS (N)		STROGONOFF DE VACUNO	HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE	PECHUGA DE POLLO ASADA
ACOMPAÑAMIENTOS	BOUQUETIER DE VERDURAS		ARROZ CILANTRO	PURÉ MIXTO (ZAPALLO)	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	CANUTONES		PEPERONATTA		
POSTRES	BAVAROISE DE PIÑA		COMPOTA DE PIÑA	BUDÍN DIPLOMÁTICO	COCADA DE BIZCOCHO
	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	FLAN DE MANJAR	HELADO DE PALETA NATURAL
	JALEA DIET		JALEA DIET	FRUTA NATURAL	JALEA DIET
	MUFFINS DE MANZANA		KUCHEN DE FRUTILLA	JALEA DIET	TUTTI -FRUTTI
HIPOCALÓRICO	BOWL CÉSAR DE ATÚN		HUEVO RELLENO CON POLLO CON ENSALADA MIXTA	OMELETTE CHACARERA CON ENSALADA MIXTA	TOMATE RELLENO CON QUESILLO Y ENSALADA MIXTA
VEGANO	FAJITA DE PINO DE P.V.T., CHOCLO LECHUGA Y GUACAMOLE		TOMATICÁN P.V.T.	HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE	QUESADILLA DE TOFU CON GUACAMOLE

Mes de los
**Super
alimentos
Frutos Secos**

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos de los Frutos Secos



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
\$ 91.800 (17 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



pagoscscs@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CARMEN PEÑA



comedor-csa@giser.cl



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