



Menú Saint George | 2024

Senior



SEMANA DEL 30 AL 04 DE OCTUBRE DEL 2024

	Lunes 30	Martes 01	Miércoles 02	Jueves 03	Viernes 04
SOPAS		CREMA DE ZANAHORIA		CREMA DE VERDURA	CONSOMÉ ALIANZA
SALAD BAR		ENSALADA DE BETARRAGA		ENSALADA DE APIO	ENSALADA DE LECHUGA
		ENSALADA DE POROTOS VERDES CON DIENTES DE DRAGON		ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE REPOLLO MIXTO Y PASAS
		ENSALADA DE LECHUGA		ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE
PLATO DE FONDO		LENTEJAS GUIADAS CON HUEVO LLUVIA		ASADO DE VACUNO CON GUIZO DE POROTOS VERDES	FILETITOS DE POLLO APANADOS CON PAPAS FRITAS
		PAVO AL JUGO CON PURÉ MIXTO		MERLUZA CON TOMATE CON MOSTACCIOLI	CANELONES FLORENTINOS CON CARNE
POSTRES		JALEA		FLAN DE VAINILLA CON SS DE CHOCOLATE	HELADO DE PALETA
		MACEDONIA		FRUTA NATURAL	JALEA
		MOLDE DE MAICENA CON SALSA DE BERRIES		JALEA	MACEDONIA
		ROSQUITAS CON AZÚCAR FLOR		MERENGUITOS CON MANJAR	STRUDEL DE MANZANA
HIPOCALÓRICO		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADAS SURTIDAS		FILETES DE POLLO GRILLÉ CON ENSALADAS SURTIDAS	PALTA CON HUEVO DURO CON ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS
VEGANO		RAVIOLES DE VERDURAS CON SALSA DE ESPARRAGO		CROQUETAS DE LENTEJAS CON MOSTACCIOLI	CALZONE SICILIANO



Datos

Valor Almuerzo: \$4.350 /

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Security / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente: 916 324 158

Email: pagossaintgeorge@giser.cl

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:
Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú Saint George | 2024

Senior



SEMANA DEL 07 AL 11 DE OCTUBRE DEL 2024

	Lunes 07	Martes 08	Miércoles 09	Jueves 10	Viernes 11
SOPAS	SOPA DE CARNE CON FIDEOS CABELLOS	SOPA DE POLLO CON ARROZ		SOPA DE CARNE CON VERDURAS	CREMA DE ZAPALLO MIXTO
SALAD BAR	ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE CHOCLO		ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE LECHUGA Y RÚCULA
	ENSALADA DE HABAS	ENSALADA DE LECHUGA		ENSALADA DE CHOCLO	ENSALADA DE POROTOS VERDES
	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE ZANAHORIA		ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE TOMATE
PLATO DE FONDO	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON VERDURAS AL GRATÍN	GOULASH DE VACUNO CON PURÉ DE PAPAS		CHURRASCO DE POSTA CON BERENJENAS AL GRATÍN	BURRITO CON GUACAMOLE
	SPAGUETTI CON SALSA BOLOÑESA	REINETA MENIER CON VERDURAS SALTEADAS		CROQUETAS DE ATÚN CON ARROZ PRIMAVERA	TRUTRO DE POLLO ASADO CON PAPAS RUSTICAS
POSTRES	BRAZO DE REINA	BERLÍN		COCADA DE BIZCOCHO	JALEA
	ENSALADA DE FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	LECHE NEVADA
	JALEA	JALEA		JALEA	MACEDONIA
	MOUSSE DE FRUTILLA	SÉMOLA CON LECHE Y SALSA DE FRAMBUESA		LECHE ASADA	TORTA DE YOGURT .
HIPOCALÓRICO	ABANICO DE PALTA Y HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	MOLDE DE ATÚN AL CILANTRO / HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS		OMELETTE CHOCLO, ZANAHORIA Y PIMIENTO CON ENSALADAS SURTIDAS	FILETES DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADAS SURTIDAS
VEGANO	SPAGUETTI BOLOÑESA (PVT)	HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE		CURRY DE LENTEJAS (*P.T., ARROZ, PAPAS, BERENJENAS, CURRY)	FAJITA RELLENA CON POROTOS NEGROS, CHOCLO, LECHUGA Y GUACAMOLE



Datos

Valor Almuerzo: \$4.350 /

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Security / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente: 916 324 158

Email: pagossaintgeorge@giser.cl

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:
Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú Saint George | 2024

Senior



GISER
GESTION INTEGRAL DE SERVICIOS

SEMANA DEL 14 AL 18 DE OCTUBRE DEL 2024

	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
SOPAS	CREMA DE PUERROS	SOPA DE POLLO CON VERDURAS PERFUMADA CON ALBAHACA		CREMA DE CHOCLO	SOPA CARBONADA DE VERDURAS
SALAD BAR	ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE HABAS		ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE APIO
	ENSALADA DE CHOCLO	ENSALADA DE LECHUGA		ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS
	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE ZANAHORIA		ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE REPOLLO MORADO
PLATO DE FONDO	OMELETTE DE PALMITOS CON VERDURAS SALTEADAS	REINETA A LA PLANCHA CON FLAN BICOLOR		GARBANZOS GUIADOS CON ALBONDIGUITAS	BISTEC DE VACUNO EN SU SALSA CON PASTELERA DE CHOCLO
	PAVO A LA MIEL CON ARROZ PERLA	CODITOS CON SALSA ITALIANA		LOMITO DE CERDO BARBECUE CON ARROZ AL CURRY	EMPANADA DE QUESO
POSTRES	BAVAROISE DE FRUTILLA	FRUTA NATURAL		DELICIAS	CREMA CATALANA
	FRUTA NATURAL	JALEA		FRUTA NARANJA	JALEA
	JALEA	PANACOTTA DE VAINILLA		JALEA	MACEDONIA
	QUEQUE DE PLÁTANO	TARTELETA DE DURAZNO		MUSSELINA DE MANZANA	TORTA SELVA NEGRA
HIPOCALÓRICO	MOLDE DE ATÚN CON SALSA VERDE CON ENSALADAS SURTIDAS	FALAFEL CON ENSALADAS SURTIDAS		FONDO DE ALCACHOFA RELLENO CON QUESILLO CON ENSALADAS SURTIDAS	FILETES DE POLLO GRILLÉ CON ENSALADAS SURTIDAS
VEGANO	CHARQUICÁN DE VERDURAS Y PVT	CROQUETAS DE LENTEJAS		PANQUEQUE DE ESPINACA	FOCACCIA VEGANA (ZAP. ITALIANO, TOMATE, QUESO VEGANO)



Datos

Valor Almuerzo: \$4.350 /

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Security / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente: 916 324 158

Email: pagossaintgeorge@giser.cl

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:
Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú Saint George | 2024

Senior



GESTION INTEGRAL DE SERVICIOS

SEMANA DEL 21 AL 25 DE OCTUBRE DEL 2024

	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
SOPAS	SOPA DE CARNE CON SÉMOLA	CONSOMÉ A LAS FINAS HIERBAS		CONSOMÉ ALIANZA	COLEGIO SEDE VOTACIONES
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE BETARRAGA		ENSALADA DE APIO CON RABANITOS	
	ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE LECHUGA		ENSALADA DE BRÓCOLI	
	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE POROTOS VERDES		ENSALADA MIX 4 COLORES	
PLATO DE FONDO	CROQUETAS ATOMATADAS CON PURÉ DE PAPAS	MERLUZA APANADA CON QUIFAROS		CHURRASCO DE POSTA CON ACELGAS FLORENTINAS	
	POLLO ASADO CON RATATOUILLE	ASADO DE VACUNO BOURGUiÓN CON TORTILLA DE ESPÁRRAGOS		CUBITOS DE PAVO AL JUGO CON PAPAS DORADAS	
POSTRES	BROWNIE	GALLETAS DELICIAS		FRUTA NARANJA	
	CREMA PASTELERA CON PLÁTANO	FLAN CHOCOLATE		JALEA	
	JALEA	FRUTA NATURAL		MOUSSE DE FRUTILLA	
	YOGURT BATIDO 120 GR	JALEA		TARTELETA DE DURAZNO	
HIPOCALÓRICO	BOWL ENSALADA GRIEGA	OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADAS SURTIDAS		ROLLITOS DE JAMÓN DE PAVO / HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS	
VEGANO	PASTEL DE PAPAS (*PVT)	ESTOFADO DE VERDURAS(PAPA, BRÓCOLI, CHOCLO, CHAMP.ARVEJITAS)		BARRITA DE QUINOA CON PANACHÉ DE VERDURAS	



Datos

Valor Almuerzo: \$4.350 /

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Security / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente: 916 324 158

Email: pagossaintgeorge@giser.cl

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:
Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales





Menú Saint George | 2024

Senior



SEMANA DEL 28 AL 01 DE OCTUBRE DEL 2024

	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes 01
SOPAS	CREMA DE CHAMPIÑONES	SOPA DE POLLO CON VERDURAS Y HUEVO			
SALAD BAR	ENSALADA DE HABAS	ENSALADA DE APIO			
	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE COLE SLOW			
	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA			
PLATO DE FONDO	CAZUELA DE PECHUGA DE POLLO	BIFECITOS DE POLLO APANADOS CON PURÉ DE PAPAS			
	TOMATICÁN CON SPAGUETTI	POROTOS A LA CHILENA CON ALBONDIGUITAS			
POSTRES	BAVAROISE DE FRUTILLA	CREMA CATALANA			
	FRUTA NATURAL	MANZANA ROJA			
	JALEA	JALEA			
	MUFFINS DE ARÁNDANOS	TORTA DE DURAZNO			
HIPOCALÓRICO	MOLDE DE ATÚN AL CILANTRO CON ENSALADAS SURTIDAS	CUBOS DE QUESO FRESCO MARINADOS AL ENELDO / HUEVO DURO CON ENSALADAS SURTIDAS			
VEGANO	ESCALOPA DE ZAPALLO ITALIANO CON ARROZ GRANEADO	CARBONADA DE VERDURAS CON QUINOA			



Datos

Valor Almuerzo: \$4.350 /

Transferencia - Depósito a:

Giser S.A. / Banco Security / Rut: 78.542.610-K

Cuenta Corriente: 916 324 158

Email: pagossaintgeorge@giser.cl

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Por favor enviar comprobante señalando:
Nombre y curso del alumno.

Minuta conforme a la ley N° 20.606

Aportes Nutricionales

1era Unidad | Calorías 450 - 500 | Proteínas 17Gr

2da Unidad | Calorías 550 - 600 | Proteínas 22Gr

Valores Referenciales

