Menú Saint George



MINUTA NOVIEMBRE

Un toque de oro para tu salud
¡aceite de oliva para tu mesa!

ESCANEA EL QR

y descubre nuestra
campaña de super
alimento de los frutos secos

DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco Security
Rut: 78.542.610-k | Cuenta Corriente: 916324158
pagossaintgeorge@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CLAUDIA SALAS

comedor-saintgeorge@giser.cl

Nuestras líneas de producción NO SON LIBRES de ALÉRGENOS

PESCADO · LECHE · HUEVOS · GLUTEN · MARISCOS · SOYA · FRUTOS SECOS

GISER

Menú Saint George | 2026

SENIOR | Semana del 02 al 06 de noviembre

SEMANA 1	Lunes - 02/11/2026	Martes - 03/11/2026	Miércoles - 04/11/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Jueves - 05/11/2026	Viernes - 06/11/2026
SOPAS	SOPA DE CARNE CON SÉMOLA	CREMA DE CHOCLO		CREMA DE ESPÁRRAGO	SOPA CARBONADA DE VACUNO
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA		ENSALADA APIO CON RABANITOS	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE PEPINO CON SALSA DE YOGURT		ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE POROTOS FRIOS
	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA		ENSALADA PRIMAVERA	ENSALADA DE TOMATE
PLATO DE FONDO	CROQUETAS DE ATÚN	SALSA ALFREDO		TRUTRO DE POLLO ASADO	LOMITO CERDO BBQ
	PECHUGA DE POLLO	CHULETA GRILLÉ		LENTEJAS GUISADAS	CALZONE SICILIANO (TOMATE, QUESO Y ALBAHACA)
ACOMPAÑAMIENTOS	ARROZ ÁRABE	SPAGHETTI		HUEVO LLUVIA	PURÉ DEPAPAS
	PRIMAVERA A LA CREMA	FLAN DE ESPINACAS		ARROZ	VERDURAS ASADAS
POSTRES	BIZCOCHO RELLENO CON MERMELADA	DELICIAS		BAVAROISE DE FRAMBUESA	FRUTA NATURAL
	COMPOTA DE FRUTILLA CON MANZANA	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL (PERA)	HELADO DE PALETA CASERA DE PLÁTANO
	FRUTA NATURAL	JALEA LIGHT		JALEA LIGHT	JALEA LIGHT
	JALEA LIGHT	YOGURT BOMBILLÍN (NIÑOS)/LECHE NEVADA		STRUDEL DE MANZANA	PROFITEROLES CON PASTELERA
HIPOCALÓRICO	QUESO FRESCO / HUEVO Y ENSALADA MIXTA	BOWL CÉSAR		OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO Y ENSALADA MIXTA	TOMATE REINA Y ENSALADA MIXTA
VEGANO	SPAGUETTI CON SALSA BOLOÑESA DE GARBANZOS	TACO DE CARNE VEGETAL Y SALSA GUACAMOLE		CROQUETAS DE POROTOS NEGROS CON PAPAS RÚSTICAS	BARRITA DE QUINOA CON SEMILLA DE CHÍA Y SÉSAMO Y PURÉ MIXTO

Mes de los ***Super alimentos Aceite de Oliva***

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos del Aceite de Oliva

APORTES NUTRICIONALES

1ERA.UNIDAD:
CALORÍAS 450 - 500
PROTEINAS 17GR

2DA.UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEINAS 22GR

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos

*Valores referenciales

DATOS

VALOR ALMUERZO

$4.750

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco Security

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324158

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

pagossaintgeorge@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CLAUDIA SALAS

comedor-saintgeorge@giser.cl

Menú Saint George | 2026

SENIOR | Semana del 09 al 13 de noviembre

SEMANA 2	Lunes - 09/11/2026	Martes - 10/11/2026	Miércoles - 11/11/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Jueves - 12/11/2026	Viernes - 13/11/2026
SOPAS	CREMA DE VERDURA	CONSOMÉ DE AVE AL PEREJIL		CREMA DE LENTEJAS	GRADUACIÓN 12°
SALAD BAR	ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE APIO CON RABANITOS	
	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE CHOCLO		ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	
	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA Y PASAS		ENSALADA COLESLAW	
PLATO DE FONDO	CARNE ITALIANA	VARITAS MARINAS		FILETITOS DE POLLO APANADOS	
	POLLO A LA PLANCHA	REINETA MENIERE		PASTEL DE ZAPALLITOS ITALIANOS	
		HUMITA EN OLLA			
ACOMPAÑAMIENTOS	PAPAS RUSTICAS	MOSTACCIOLI		ARROZ	
	RATATOUILLE	PEBRE DE TOMATE			
POSTRES	BRAZO DE REINA	CONEJITO CON CREMA PASTELERA		MERENGUITOS CON MANJAR	
	FLAN DE VAINILLA CON CARAMELO	FRUTA NATURAL (PLÁTANO)		COMPOTA DE MANZANA Y FRUTILLA	
	FRUTA NATURAL	JALEA LIGHT		MOLDE MAIZENA CON SALSA DE BERRIES	
	JALEA LIGHT	LECHE ASADA		JALEA LIGHT	
HIPOCALÓRICO	FILETITOS DE POLLO AL OREGANO CON ENSALADA MIXTA	TACOS DE POLLO PALTA Y TOMATE Y ENSALADA MIXTA		BOWL ENSALADA AIDA (HUEVO, F. ALCACHOFA, TOMATE)	
VEGANO	QUESADILLA DE TORTILLA DE MAIZ CON GUACAMOLE	CHORRILLANA DE VERDURAS CON PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)		HUMITA EN OLLA CON PEBRE	

Mes de los Super alimentos Aceite de Oliva

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos del Aceite de Oliva

APORTES NUTRICIONALES

1ERA.UNIDAD:
CALORÍAS 450 - 500
PROTEINAS 17GR

2DA.UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEINAS 22GR

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos

*Valores referenciales

DATOS
VALOR ALMUERZO

$4.750

*PVT = Proteína Vegetal Texturizada (Carne De Soya)

Minuta conforme a la ley N° 20.606

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:
Giser S.A. | Banco Security

Por favor enviar comprobante señalando Nombre y Curso del alumno

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324158

pagossaintgeorge@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CLAUDIA SALAS

comedor-saintgeorge@giser.cl

Menú Saint George | 2026

SENIOR | Semana del 16 al 20 de noviembre

SEMANA 3	Lunes - 16/11/2026	Martes - 17/11/2026	Miércoles - 18/11/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Jueves - 19/11/2026	Viernes - 20/11/2026
SOPAS	SOPA DE CARNE CON HUEVO	CREMA DE BRÓCOLI		CREMA DE CHOCLO	SOPA DE CARNE CON VERDURAS
SALAD BAR	ENSALADA DE APIO Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE LECHUGA CON ESPINACAS
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA PEBRE MOTE		ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE PEPINO CON SALSA DE YOGURT
	ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE POROTOS VERDES	ENSALADA DE TOMATE
PLATO DE FONDO	CUBITOS DE POLLO AL JUGO	LONJAS DE PAVO SALSA DE CIRUELAS		SALSA BONTOUX	LOMITO DE CERDO MECHADO
	OMELETTE JAMÓN QUESO TOMATE	AJÍACO		REINETA A LA PLANCHA	TACOS CON GUACAMOLE
				SPAGUETTI	
ACOMPAÑAMIENTOS	PAPAS DUQUESAS	ARROZ PERLA		VERDURAS SALTEADA	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	VERDURAS ASADAS	BOUQUETIER DE VERDURAS			
POSTRES	CREMA DE LIMÓN	COMPOTA DE PIÑA/FRUTILLAS		FRUTA NATURAL	BAVAROIS DE NARANJA
	FRUTA NATURAL (MANZANA)	LECHE ASADA		JALEA LIGHT	FRUTA NATURAL
	JALEA LIGHT	JALEA LIGHT		MOUSSE DE FRUTILLA	JALEA LIGHT
	QUEQUE DE PLÁTANO	PANQUEQUE CON MANJAR		ECLAIR PASTELERA	PIE DE LIMÓN
HIPOCALÓRICO	ABANICO PALTA / HUEVO Y ENSALADA MIXTA	MOLDE ATÚN CON ENSALADA MIXTA		ABANICO DE JAMÓN DE PAVO / HUEVO CON ENSALADA MIXTA	TOMATE RELLENO CON PASTA DE JAMÓN, QUESILLO Y ACEITUNA Y ENSALADA MIXTA
VEGANO	FOCACCIA VEGANA (ZAP. ITALIANO, TOMATE, CHAMPIÑON)	PASTEL DE ZAPALLITOS ITALIANOS (CON P.V.T)		CROQUETAS DE SOYA (P.V.T.) Y ARROZ INTEGRAL	TACOS CON POROTOS NEGROS Y GUACAMOLE

Mes de los ***Super alimentos Aceite de Oliva***

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos del Aceite de Oliva

APORTES NUTRICIONALES

1ERA.UNIDAD:
CALORÍAS 450 - 500
PROTEINAS 17GR

2DA.UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEINAS 22GR

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos

*Valores referenciales

DATOS

VALOR ALMUERZO

$4.750

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco Security

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324158

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

pagossaintgeorge@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CLAUDIA SALAS

comedor-saintgeorge@giser.cl

Menú Saint George | 2026

SENIOR | Semana del 23 al 27 de noviembre

SEMANA 4	Lunes - 23/11/2026	Martes - 24/11/2026	Miércoles - 25/11/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Jueves - 26/11/2026	Viernes - 27/11/2026
SOPAS	CREMA DE ARVEJAS	SOPA DE CARNE CON FIDEOS CABELLOS		CREMA DE COLIFLOR Y CÚRCUMA	CONSOME DE CARNE
SALAD BAR	ENSALADA DE CHOCLO TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE CHOCLO	ENSALADA DE BETARRAGA
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE PEPINO AL ENELDO		ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE		ENSALADA DE TOMATE Y ALBAHACA	ENSALADA DE REPOLLO CON ACEITUNA
PLATO DE FONDO	SALSA BOLOÑESA	POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA		CARNE MECHADA	GOHAN (NUGGET AVE, QUESO FRESCO, ARROZ, PALTA, TOMATE, CIBOULETTE)
	PECHUGA A LA CAZADORA	CHURRASCO		PECHUGA DE PAVO A LA PROVENZAL (TOMATE, ALBAHACA)	ESCALOPAS JAMÓN QUESO
ACOMPAÑAMIENTOS	CORBATITAS	PAPAS RUSTICAS (OLIVA Y FINAS HIERBAS)		PAPAS DORADAS	
	AGNOLOTTI AL POMODORO	GUISO POROTOS VERDES		RATATOUILLE	ESPIRALES AL POMODORO
	PEPERONATTA				
POSTRES	FLAN DE FRUTILLA	EMPOLVADO		FRUTA NATURAL	ALFAJOR
	FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL CLEMENTINA		JALEA LIGHT	FRUTA NATURAL
	JALEA LIGHT	JALEA LIGHT		KUCHEN DE FRUTILLA	HELADO DE PALETA NATURAL
	QUEQUE DE YOGURT	MOLDE DE MAICENA CON SALSA DE MANGO		SUSPIRO LIMEÑO	JALEA LIGHT
HIPOCALÓRICO	BOWL ENSALADA GRIEGA(LECHUGA, PEPINO, QUESO FRESCO, ACEITUNA)	OMELETTE DE JAMÓN Y QUESO / HUEVO Y ENSALADA MIXTA		HUEVO RELLENO CON POLLO Y ENSALADA MIXTA	CAUSA LIMEÑA Y ENSALADA MIXTA
VEGANO	PASTEL DE CHOCLO	HUMITA EN OLLA CON PEBRE DE TOMATE		TACO DE CARNE VEGETAL Y SALSA GUACAMOLE	HAMBURGUESA DE LENTEJAS

Mes de los Super alimentos Aceite de Oliva

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos del Aceite de Oliva

APORTES NUTRICIONALES

1ERA.UNIDAD:
CALORÍAS 450 - 500
PROTEINAS 17GR

2DA.UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEINAS 22GR

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos

Valores referenciales

DATOS
VALOR ALMUERZO

$4.750

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:
Giser S.A. | Banco Security

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324158

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

pagossaintgeorge@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CLAUDIA SALAS

comedor-saintgeorge@giser.cl

Menú Saint George | 2026

SENIOR | Semana del 30 al 04 de diciembre

SEMANA 5	Lunes - 30/11/2026	Martes - 01/12/2026	Miércoles - 02/12/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Jueves - 03/12/2026	Viernes - 04/12/2026
SOPAS	CREMA DE ESPINACA				
SALAD BAR	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA				
	ENSALADA DE PEPINO CON SALSA DE YOGURT				
	ENSALADA DE TOMATE CILANTRO				
PLATO DE FONDO	CHAPSUI MIXTO				
	OMELETTE DE PALMITOS				
ACOMPAÑAMIENTOS	ARROZ CHAUFAN				
	VERDURAS SALTEADAS				
POSTRES	COMPOTA DE FRUTILLA				
	FRUTA NATURAL				
	JALEA LIGHT				
	TORTA DE PIÑA				
HIPOCALÓRICO	ENSALADA CÉSAR				
VEGANO	PASTEL DE PAPAS				

Mes de los **Super alimentos Aceite de Oliva**

ESCANEA EL QR

Descubre nuestra campaña de super alimentos del Aceite de Oliva

APORTES NUTRICIONALES

1ERA.UNIDAD:
CALORÍAS 450 - 500
PROTEINAS 17GR

2DA.UNIDAD:
CALORÍAS 550 - 600
PROTEINAS 22GR

Nuestras líneas de producción no son libres de alérgenos

*Valores referenciales

DATOS
VALOR ALMUERZO

$4.750

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:
Giser S.A. | Banco Security

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324158

*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

pagossaintgeorge@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CLAUDIA SALAS

comedor-saintgeorge@giser.cl