

MINUTA ABRIL

Energía natural

en cada cucharada

ESCANEA EL QR

y descubre nuestra campaña
de super alimento de la chía



DEPÓSITO A:

Giser S.A. Banco Security
Rut: 78.542.610-k
Cuenta Corriente: 916324120
pagosmtn@giser.cl

CONTACTO COMEDOR CAROLINA MOYA

comedor-mtn@giser.cl

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



PESCADO



LECHE



HUEVOS



GLUTEN



MARISCOS



SOYA



FRUTOS SECOS

SEMANA 1	Lunes - 30/03/2026	Martes - 31/03/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 01/04/2026	Jueves - 02/04/2026	Viernes - 03/04/2026
SOPAS			CREMA DE ZAPALLO MIXTO	CONSOMÉ AL HUEVO	FERIADO VIERNES SANTO
SALAD BAR			ENSALADA DE LECHUGA COSTINA	ENSALADA DE CHOCLO CON SLICE DE PIMIENTO	
			ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	
			ENSALADA DE PEBRE DE COCHAYUYO	ENSALADA DE PEPINO	
PLATO DE FONDO			HAMBURGUESA SUIZA	LENTEJAS GUIADAS	
			CHURRASCO DE VACUNO	PECHUGA DE POLLO AL JUGO	
ACOMPAÑAMIENTOS			GUISO DE POROTOS VERDES	ARROZ CON TOMATE	
			PURE DE PAPAS	HUEVO DURO (LLUVIA)	
POSTRES			JALEA	JALEA BICOLOR	
			UVA BLANCA	MACEDONIA	
			LECHE ASADA	MAICENA CON LECHE	
			QUEQUE MÁRMOL	PANQUEQUE RELLENO CON MANZANA CARAMELIZADA	
VEGANO			CROQUETA DE LENTEJAS	SPAGUETTI BOLOÑESA (PVT)	

Mes del
Super
alimento de
la Chía

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de la Chía



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

\$ 5.590

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

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324120

*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



pagosmtn@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CAROLINA MOYA



comedor-mtn@giser.cl

SEMANA 2	Lunes - 06/04/2026	Martes - 07/04/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 08/04/2026	Jueves - 09/04/2026	Viernes - 10/04/2026
SOPAS	CREMA DE CHAMPIÑONES		SOPA DE CARNE CON ARROZ	CONSOMÉ AL ROMERO	CREMA DE CHOCLO
SALAD BAR	ENSALADA DE CHOCLO		ENSALADA BETARRAGA CON CILANTRO	ENSALADA DE BRÓCOLI	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE LECHUGA Y RÚCULA		ENSALADA CEBOLLA ASADA	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE POROTOS VERDES CORTE FRANCÉS
	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA		ENSALADA LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE TOMATE CILANTRO	ENSALADA DE REPOLLO MORADO
PLATO DE FONDO	LOMITO DE CERDO AL ORÉGANO		MERLUZA A LA VIZCAÍNA	CHARQUICÁN DE VACUNO	ESCALOPA DE VACUNO
	SALTEADO DE POLLO CHAMPIÑÓN Y SALSAS NAPOLITANA		PAVO A LA CIRUELA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA GRILLÉ	QUESADILLA JAMÓN QUESO (SIN SELLOS) CON SALSAS GUACAMOLE
ACOMPAÑAMIENTOS	PEPERONATTA CON APIO		ARROZ PRIMAVERA	PURÉ DE PAPAS	PAPAS DUQUESAS
	SPAGUETTI		VERDURAS ASADAS		VERDURAS SALTEADAS
POSTRES	BRAZO DE REINA		JALEA	JALEA	FRUTA NATURAL
	FRUTA NATURAL		COCADA DE BIZCOCHO	LECHE NEVADA	JALEA
	JALEA		FRUTA NATURAL	MACEDONIA	MOUSSE DE MANGO
	MERENGÓN DE MORA		SUSPIRO LIMEÑO	PIE DE LIMÓN	TORTA SELVA NEGRA
VEGANO	GUIISO DE HABAS (HABAS, ZANAHORIA, PAPA, SOFRITO, PAN, PEREJIL)		BARRITA DE TOFU MARINADO CON SEMILLA DE CHÍA Y SESAMO	FALAFEL CON SALSAS DE PESTO AL CILANTRO	ÑOQUIS CON SALSAS DE TOMATE Y ALBAHACA

Mes del
Super
alimento de
la Chía

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de la Chía



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

\$ 5.590

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

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324120

*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



pagosmtn@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CAROLINA MOYA



comedor-mtn@giser.cl

SEMANA 3	Lunes - 13/04/2026	Martes - 14/04/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 15/04/2026	Jueves - 16/04/2026	Viernes - 17/04/2026
SOPAS	SOPA DE CARNE CON SÉMOLA		CREMA DE APIO	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS	CREMA DE ACELGA
SALAD BAR	ENSALADA DE APIO CON SÉSAMO		ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE HABAS CON CEBOLLA Y CILANTRO	ENSALADA DE CHOCLO CON ZANAHORIA
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE CHOCLO	ENSALADA DE LECHUGA COSTINA	ENSALADA DE LECHUGA PICADA
	ENSALADA DE ZANAHORIA		ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA PRIMAVERA	ENSALADA DE REPOLLO Y MANZANA VERDE
PLATO DE FONDO	OMELETTE DE TOMATE, QUESO, CHAMPIÑONES		CARNE MECHADA	MERLUZA AL LIMÓN	CHURRASCO DE VACUNO
	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA		SUPREMA DE POLLO	PANQUEQUE DE JAMÓN QUESO GRATIN	FOCACCIA NAPOLITANA (JAMÓN PAVO, TOMATE, QUESO, ALBAHACA)
ACOMPAÑAMIENTOS	ARROZ CON SÉSAMO		ARROZ CON SOFRITO	ACELGAS ESTOFADAS	PAPAS BASTÓN (HORNEADAS)
	GUISO DE ZAPALLO ITALIANO		PANACHE DE VERDURAS	PURÉ MIXTO(ZAPALLO)	PASTELERA DE CHOCLO (ACOMP.)
POSTRES	JALEA		BAVAROISE DE NARANJA	FRUTA NATURAL	CHILENITOS
	MACEDONIA		BERLIN HORNEADO	JALEA	FRUTA NATURAL
	MUFFINS DE ARÁNDANOS		HUESILLOS CON MOTE	MAICENA CON LECHE CON SALSA DE FRAMBUESA	HELADO DIETÉTICO
	YOGURT CON CEREALES		JALEA	TARTELETA DE KIWI PIÑA	JALEA
VEGANO	PASTEL DE PAPAS (*PVT)		CROQUETA DE POROTOS NEGROS	MUSAKA DE BERENJENAS	QUESADILLA CON GUACAMOLE

Mes del
Super
alimento de
la Chía

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de la Chía



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

\$ 5.590

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco Security

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324120

*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

pagosmtn@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CAROLINA MOYA

comedor-mtn@giser.cl

SEMANA 4	Lunes - 20/04/2026	Martes - 21/04/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 22/04/2026	Jueves - 23/04/2026	Viernes - 24/04/2026 TEMÁTICO: DÍA A LO POBRE
SOPAS	SOPA DEL CHEF		CONSOMÉ	SOPA DE POLLO CON VERDURAS Y HUEVO	CREMA DE ZAPALLO
SALAD BAR	ENSALADA DE APIO CON SÉSAMO		ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE CUS CÚS PRIMAVERA	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA		ENSALADA DE COLE SLAW	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE POROTOS VERDES
	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE		ENSALADA DE LECHUGA PICADA	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA
PLATO DE FONDO	FILETILLO DE POLLO SALTEADOS		FILETES DE POLLO GRILLÉ	LOMITO DE CERDO BARBECUE	CHURRASCO DE VACUNO
	VACUNO AL POMODORO		POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA	VACUNO ASADO	SUPREMA DE POLLO
ACOMPAÑAMIENTOS	ARROZ CON ZANAHORIA		ACELGAS CON SALSA BECHAMEL	ARROZ CON ZANAHORIA	PAPAS BASTON, HUEVO Y CEBOLLA CARAMELIZADA
	QUIFAROS		SPAGUETTI AL ENELDO	RATATOUILLE	VERDURAS ASADAS
POSTRES	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	BIZCOCHO DE CHOCOLATE MANJAR	BROWNIE
	JALEA		JALEA	FRUTA NATURAL	HELADO DE PALETA NATURAL
	MERENGÓN DE MORA		FLAN DE CHOCOLATE	JALEA	JALEA
	QUEQUE MÁRMOL		PROFITEROLES CON MANJAR	LECHE ASADA	MACEDONIA
VEGANO	FAJITA VEGANA (*P.V.T., CHOCLO LECHUGA Y CUACAMOLE)		CROQUETA DE LENTEJAS AL POMODORO	TOMATICÁN DE TOFU	BARRITA DE QUINOA

Mes del
**Super
alimento de
la Chía**

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de la Chía



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

\$ 5.590

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco Security

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324120

*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



pagosmtn@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CAROLINA MOYA



comedor-mtn@giser.cl

SEMANA 5	Lunes - 27/04/2026	Martes - 28/04/2026 DÍA SIN ALUMNOS	Miércoles - 29/04/2026	Jueves - 30/04/2026	Viernes - 01/05/2026
SOPAS	CONSUMÉ ALIANZA		CREMA DE TOMATE	SOPA DE VERDURAS CON HUEVO	FERIADO DÍA DEL TRABAJADOR
SALAD BAR	ENSALADA DE BETARRAGA		ENSALADA ARVEJITAS CON ZANAHORIA	ENSALADA DE CEBOLLA PLUMA	
	ENSALADA DE LECHUGA PICADA		ENSALADA LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	
	ENSALADA DE REPOLLO		ENSALADA PEPINO	ENSALADA DE TOMATE CILANTRO	
PLATO DE FONDO	CAZUELA DE PECHUGA DE POLLO (S/HUESO)		LASAÑA BOLOÑESA	ASADO DE VACUNO	
	SALSA ALFREDO		LENTEJAS GUIADAS CON HUEVO DURO LLUVIA	WRAP NUGGET FRESH (POLLO APANADO, PALTA, TOMATE, LECHUGA) CON SALSA DE YOGURT Y ESPECIAS	
ACOMPAÑAMIENTOS	SPAGUETTI A LA MANTEQUILLA			PAPAS DORADAS	
				VERDURAS AL VAPOR (ZANAHORIA, ESPINACAS Y ZAPALLO ITALIANO CUBO)	
POSTRES	FRUTA NATURAL		FRUTA NATURAL	FRUTA NATURAL	
	JALEA		JALEA	HELADO DE PALETA NATURAL	
	MUFFINS DE ARÁNDANOS		LECHE NEVADA	JALEA	
	YOGURT CON CEREALES		TARTELETA DE FRUTILLA	TORTA 3 LECHE TORTA DE PIÑA TORTA SELVA NEGRA	
VEGANO	CHARQUICÁN DE VERDURAS Y P.V.T.		CARBONADA VEGETARIANA (VERDURAS Y *PVT)	DADOS DE POLENTA ASADA	

Mes del
**Super
alimento de
la Chía**

ESCANEA EL QR

Y descubre nuestra campaña de super alimentos de la Chía



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

\$ 5.590

TRANSFERENCIA - DEPÓSITO A:

Giser S.A. | Banco Security

Rut: 78.542.610-K | Cuenta Corriente: 916324120

*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

pagosmtn@giser.cl

CONTACTO COMEDOR
CAROLINA MOYA

comedor-mtn@giser.cl