
















 NUESTRO
MENÚ
 MARZO 2018

CONTACTO DEL COMEDOR
 Claudia Salas
 Tel: +569 4292 4247
 E-mail: comedor-saintgeorge@giser.cl

VALOR CUPONERA
 20 VALES \$ 58.600.-
 VALOR DIARIO \$ 2.930.-

Transferencias o depósitos a:
Giser S.A. / Rut: 78.542.610-k / Banco Security / Cuenta N° 916324158
 E-mail: pagosaintgeorge@giser.cl
Asunto: Pago almuerzos de (nombre del alumno, mes y curso)

APORTES NUTRICIONALES		
	CALORÍAS	PROTEÍNAS
Primera unidad	450-500	17 Grs proteínas alto valor
Segunda unidad	550- 600	22 Grs proteínas
Tercera unidad	650- 700	26 Grs proteínas

	LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
 SALAD BAR	• Ensalada de tomates	• Ensalada de choclo con pimentón	• Ensalada de lechuga escarola	• Ensalada de betarraga	
 PLATO FONDO	• Lasagna	• Escalopa de jamón queso con puré papas	• Asado bourguignon con arroz	• Tomaticán con papas fritas	
 POSTRES	• Brazo de reina	• Plátano	• Leche nevada	• Casatta con galleta	
	LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
 SALAD BAR	• Ensalada de tomate	• Ensalada de lechuga costina	• Ensalada de porotos verdes franceses	• Ensalada de choclo	
 PLATO FONDO	• Porotos granados con mazamorra y salchicha de pavo light	• Lomito de cerdo BBQ con arroz	• Calzone Napolitano	• Filetitos de pollo apanados con puré	
 POSTRES	• Bavaoise de frutilla	• Helado con galletas oblea	• Naranja	• Suspiro limeño	
	LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
 SALAD BAR	• Ensalada de zanahoria hilo	• Ensalada de apio	• Ensalada de tomates	• Ensalada de betarraga	
 PLATO FONDO	• Fettuccini con salsa italiana	• Pavo con salsa inglesa y papas duquesas	• Lentejas guisadas con salchichas de pollo	• Charquicán con huevo frito	
 POSTRES	• Torta casera de duraznos	• Duraznos	• Milkshake	• Yoghurt con cereal	
	LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
 SALAD BAR	• Ensalada de apio	• Ensalada de tomate	• Ensalada de choclo	DÍA SIN ALUMNOS	FERIADO
 PLATO FONDO	• Pastel de papas	• Tallarines bontoux	• Goulash con arroz		
 POSTRES	• Postre tres leches	• Durazno	• Bavaoise de frutilla		

