



# MINUTA ABRIL SEMANA 1

	Lunes 01	Martes 02	Miércoles 03	Jueves 04	Viernes 05
<b>Sopa/Crema</b>	Sopa carbonada de verduras	Sopa de pollo con juliana de verduras	---	Sopa de carne con sémola	Crema de champiñones
<b>Salad bar</b>	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga escarola	---	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga costina
	Ensalada de pepino y salsa de yogurt eneldo	Ensalada de habas	---	Ensalada de tomate	Ensalada de choclo
	Ensalada de zanahoria y hojas de rúcula	Ensalada betarraga y cilantro	---	Ensalada de porotos verdes	Ensalada de zapallo italiano rallado salteado
	---	---	---	---	---
<b>Plato fondo 1</b>	Tomaticán con Arroz graneado	Merluza frita con Puré de papas	---	Porotos granados con mazamorra con albondiguitas	Burritos con guacamole
<b>Plato fondo 2</b>	Pechuga de pavo a la plancha con verduras salteadas	Trutro de pollo con Guiso de zapallos italiano	---	Vacuno burguiñón con Guiso de acelgas	Cazuela de ave
<b>Vegano</b>	Strogonoff de verduras con *PVT con Arroz	Zapallo italiano relleno con pino de verduras al gratín	---	Guiso de acelga con carne y Papas doradas	Burritos veganos (porotos negros, lechuga, choclo, salsa de guacamole)
<b>Postres</b>	Muffin de zanahoria	Eclair de manjar	---	Naranja	Pie limón
	Bavaroise de frutillas	Sémola con leche y salsa de berries	---	Leche nevada	Helado de paleta casera de frutilla
	Manzana	Peras al curry	---	Manzana asada	Ensalada de frutas
	Jalea Light	Jalea Light	---	Jalea Light	Jalea Light
<b>Hipocalórico</b>	Dados de queso fresco marinados con aceite de oliva y finas hierbas / Huevo duro con Ensaladas surtidas	Fajita rellena con pollo y verduras con Mix de hojas verdes y cascós de tomate	---	Causa limeña / Huevo duro con Ensaladas surtidas	Ensalada Griega (Lechuga, tomate, pepino, quesillo, orégano, aceitunas, hojas de albahaca)

(\*PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)

**VALOR DIARIO \$4.350**

**Transferencia o depósito a:**

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K  
Banco Security  
Cuenta Corriente 916 324 158  
Email: pagossaintgeorge@giser.cl  
Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.  
Contacto Claudia Salas

## APORTES NUTRICIONALES

	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína





# MINUTA ABRIL SEMANA 2

	Lunes 08	Martes 09	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
<b>Sopa/Crema</b>	Consomé de vacuno	Sopa de ave con sémola	---	Crema de zapallo camote	Sopa del Chef (carne y juliana de verduras)
<b>Salad bar</b>	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	---	Ensalada de lechuga mixta	Ensalada mix cuatro colores
	Ensalada de choclo y pimiento rojo cubo	Ensalada de apio con rabanitos	---	Ensalada de zanahoria	Ensalada de tomate con diente de dragón
	Ensalada de betarraga hilo	Ensalada de tomate	---	Ensalada de pepino	Ensalada de arvejas con cebolla
	---	---	---	---	---
<b>Plato fondo 1</b>	Carne italiana con Espirales	Lentejas guisadas con huevo lluvia	---	Croquetas caseras de vacuno con Arroz primavera	Pollo arvejado con Papas fritas
<b>Plato fondo 2</b>	Omelette queso, tomate y champiñones con Tortilla de zanahoria	Pollo a la plancha con Papas al gratín	---	Canelones rellenos con pollo, espinaca y choclo al gratín (PU)	Reineta a la mantequilla con Bouquetier de verduras
<b>Vegano</b>	Espirales con salsa boloñesa de garbanzos	Pastel de papas con pino de verduras (sin huevo)	---	Hamburguesa de lentejas y sésamo con Arroz primavera	Lasaña de berenjenas (pino de *PVT)
<b>Postres</b>	Brazo de reina	Profiterol de pastelera	---	Panqueques rellenos con manjar	Torta casera de piña
	Mousse de arándanos	Yogurt con granola	---	Maicena con leche y salsa de mango	Suspiro limeño
	Uva	Plátano	---	Manzana	Tutti frutti
	Jalea Light	Jalea Light	---	Jalea Light	Jalea Light
<b>Hipocalórico</b>	Ensalada Griega (Lechuga, tomate, pepino, queso, orégano, aceitunas, hojas de albahaca)	Ensalada César de pollo Huevo duro con Ensalada surtidas	---	Nugget de salmón / Huevo duro con Ensaladas mixtas	Brochetas de queso, tomate cherry y albahaca / Huevo duro con Ensaladas surtidas

(\*PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)

**VALOR DIARIO \$4.350**

**Transferencia o depósito a:**

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.  
Contacto Claudia Salas

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K  
Banco Security  
Cuenta Corriente 916 324 158  
Email: pagossaintgeorge@giser.cl

## APORTES NUTRICIONALES

	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína





# MINUTA ABRIL SEMANA 3

	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
<b>Sopa/Crema</b>	Crema de ave	Consomé mixto	---	Consomé de ave con sémola	Crema de espinaca
<b>Salad bar</b>	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	---	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga
	Ensalada de pepino con salsa golf	Ensalada de repollo mixto y pasas	---	Ensalada de poroto verde	Ensalada de choclo
	Ensalada de betarraga	Ensalada de apio	---	Ensalada de tomate	Ensalada de apio con rabanitos
	---	---	---	---	---
<b>Plato fondo 1</b>	Asado alemán con Puré de papas	Filetitos de pollo apanados con Coditos	---	Garbanzos guisados con churrasquito de vacuno	Escalopa Kaiser (jamón y queso) con Papas duquesa
<b>Plato fondo 2</b>	Berenjenas rellenas carne al gratín	Tortilla española con Verduras al wok	---	Chuleta de cerdo a la plancha con Budín bicolor	Carne al jugo con Pastelera de choclo
<b>Vegano</b>	Chapsui de verduras con almendras laminadas	Falafel con salsa vegana dev ciboulette con verduras al vapor	---	Hamburguesa de verduras y salsa de hummus con Ratatouille	Humita en olla con Pebre de tomate
<b>Postres</b>	Muffin marmoleado	Galleta delicia	---	Strudel de manzana	Torta de yogurt
	Yogurt con fruta	Merengón de plátano	---	Leche asada	Manzana asada
	Ensalada de fruta	Naranja	---	Compota de pera y frutilla	Tutti frutti
	Jalea Light	Jalea Light	---	Jalea Light	Jalea Light
<b>Hipocalórico</b>	Omelette de espárragos con Ensaladas surtidas	Dados de queso fresco marinados con aceite de oliva y finas hierbas / Huevo duro con Ensaladas surtidas	---	Pollo teriyaki con Ensaladas surtidas	Ensalada César de atún / Huevo duro con Ensalada surtidas

(\* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)

**VALOR DIARIO \$4.350**

**Transferencia o depósito a:**

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.  
Contacto Claudia Salas

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K  
Banco Security  
Cuenta Corriente 916 324 158  
Email: pagossaintgeorge@giser.cl

## APORTES NUTRICIONALES

	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína





# MINUTA ABRIL SEMANA 4

	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
<b>Sopa/Crema</b>	Sopa de carne con juliana de verduras	Crema de acelga	---	Sopa de mariscos	Crema de choclo
<b>Salad bar</b>	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	---	Ensalada de lechuga toscana	Ensalada mix cuatro colores
	Ensalada de choclo y pimiento rojo cubo	Ensalada de apio con rabanitos	---	Ensalada de porotos verdes francés	Ensalada de tomate con diente de dragón
	Ensalada de betarraga rallada	Ensalada de zanahoria	---	Ensalada de cole - slow	Ensalada de arvejas con cebollita
	---	---	---	---	---
<b>Plato fondo 1</b>	Tortellini con salsa boloñesa	Merluza con salsa de alcaparras con Puré de papas mixto	---	Lasaña	Hamburguesa casera atomatada con Papas doradas
<b>Plato fondo 2</b>	Croqueta de pollo con Acelgas a la crema	Churrasquito con Guiso de porotos verdes	---	Lomito de cerdo en su salsa con Peperonatta con apio	Pechuga de pollo con salsa de champiñones con Bouquetier de verduras
<b>Vegano</b>	Acelgas guisadas con *PVT con Papas doradas	Charquicán de cochayuyo	---	Pastelera de choclo con pino de verduras y *PVT en terrina	Fajita rellena con porotos negros, choclo, lechuga y salsa de guacamole
<b>Postres</b>	Queque de chocolate	Repollitos rellenos con pastelera	---	Muselina de manzana	Kuchen de manzana
	Bavaroise de piña	Arroz con leche y frutos secos	---	Suspiro limeño	Crema de pie de maracuyá
	Naranja	Manzana	---	Plátano	Tutti- Frutti
	Jalea Light	Jalea Light	---	Jalea Light	Jalea Light
<b>Hipocalórico</b>	Ensalada Griega (Lechuga, tomate, pepino, queso, orégano, aceitunas, hojas de albahaca)	Ensalada Cesar de pollo (lechuga, pollo, queso, crutones) Aderezo: mayonesa, mostaza, aceto balsámico)	---	Ensalada Cesar de pollo (lechuga, pollo, queso, crutones). Aderezo: mayonesa, mostaza, aceto balsámico)	Wraps de porotos negros y guacamole / Huevo duro con Ensaladas surtidas

(\* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)

**VALOR DIARIO \$4.350**

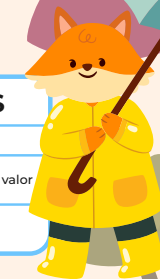
**Transferencia o depósito a:**

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.  
Contacto Claudia Salas

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K  
Banco Security  
Cuenta Corriente 916 324 158  
Email: pagossaintgeorge@giser.cl

## APORTES NUTRICIONALES

	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína





# MINUTA ABRIL SEMANA 5

	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 01	Jueves 02	Viernes 03
<b>Sopa/Crema</b>	Crema de arvejas	Sopa de carne verduras	---	---	---
<b>Salad bar</b>	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	---	---	---
	Ensalada de acelga con crutones	Ensalada de apio con rabanitos	---	---	---
	Ensalada de primavera	Ensalada de betarraga rallada	---	---	---
	---	---	---	---	---
<b>Plato fondo 1</b>	Carne mechada con Arroz graneado	Spaguetti con salsa Italiana	---	---	---
<b>Plato fondo 2</b>	Pavo asado con Soufflé de espárragos	Ajiaco	---	---	---
<b>Vegano</b>	Carbonada de verduras con quínoa	Falafel con salsa veganesa al cilantro con Spaguetti	---	---	---
<b>Postres</b>	Bizcocho manjar	Brownie	---	---	---
	Flan de vainilla con caramelo	Bavaroise de limón	---	---	---
	Naranja	Ensalada de fruta con uva	---	---	---
	Jalea Light	Jalea Light	---	---	---
<b>Hipocalórico</b>	Ensalada Griega (Lechuga, tomate, pepino, queso, orégano, aceitunas, hojas de albahaca)	Barrita de quínoa marinada con mix de semillas con ensalada de pepino, lechugas mixtas, rúcula y zanahoria	---	---	---

(\* PVT) = Proteína vegetal texturizada (carne de soya)

**VALOR DIARIO \$4.350**

**Transferencia o depósito a:**

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.  
Contacto Claudia Salas

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K  
Banco Security  
Cuenta Corriente 916 324 158  
Email: pagossaintgeorge@giser.cl

## APORTES NUTRICIONALES

	CALORÍAS	PROTEÍNAS
PRIMERA UNIDAD	450 - 500	17 Grs proteínas alto valor
SEGUNDA UNIDAD	550 - 600	22 Grs proteína

