



NUESTRO
MENÚ
SEPTIEMBRE 2018

CONTACTO DEL COMEDOR
Sandra Díaz A.
Tel: 72 2585 992 / +569 6445 0923
E-mail: comedor-colegioingles@giser.cl

Transferencias o depósitos a:
Giser S.A. / Rut: 78.542.610-k /
Banco BCI / Cuenta Corriente
N° 70604029
E-mail: pagoscolegioingles@giser.cl
Por favor enviar comprobante señalando:
Nombre y curso de el o los alumnos.



VALOR CUPONERA
13 DIAS \$ 35.035
VALOR DIARIO \$ 2.695

	LUNES 3	MARTES 4	MIERCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
SOPA/CREMA	• Crema de tomate	• Sopa de ave con arroz	• Crema de verdura	• Sopa de carne con sémola	• Crema de puerros
SALAD BAR	• Ensalada de lechuga • Ensalada de repollo • Ensalada de zanahoria rallada • Ensalada de apio	• Ensalada mix cuatro estaciones • Ensalada de betarraga con cilantro • Ensalada de choclo • Ensalada de ceviche de mote	• Ensalada de lechuga • Ensalada de apio • Ensalada tortillón de verdura • Ensalada de porotos negros	• Ensalada de verduras chinas • Ensalada de lechuga y rabanito • Ensalada de zanahoria rodela con cilantro • Ensalada de pebre de cochayuyo	• Ensalada de lechuga • Ensalada de repollo mixto • Ensalada de pepino • Ensalada de betarraga con perejil
ARMA TU	• Lechugas, palmito, tomate en casco, acelga, carne juliana, queso fresco y Topping	• Mix cuatro estaciones, brócoli, tomate, pollo, quesillo y Topping	• Lechugas mixtas, betarraga, choclo, tomate, atún, jamón y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, porotos verdes, coliflor, dados de pavo, huevo y Topping	• Lechugas, choclo, zanahoria cubo, tomate, hamburguesa de lenteja y Topping
PLATO FONDO	• Pavo al eneldo con Arroz primavera • Goulash con Flan de verduras	• Merluza mènier con Mil hojas de papas • Porotos a la chilena con Pulpito de vienesa	• Cerdo asado al romero con Mascarroni al oliva • Pastel Suizo	• Lentejas parmesana con huevo • Asado alemán con salsa inglesa con Guiso de verdura	• Tacos rellenos con pollo, choclo, lechugas y guacamole con Papas chaucha • Pastelera de choclo
POSTRES	• Jalea de piña • Rollo gitano • Yogurt con cereales • Puré de manzana con merengue • Pera	• Jalea de guinda • Muffins de cacao • Leche nevada • Compota de kiwi • Naranja	• Jalea de limón • Volteado de durazno • Arroz con leche y frutos secos • Macedonia • Plátano	• Jalea de naranja • Queque de zanahoria y amapola • Mousse de maracuyá • Compota de ciruelas • Manzana	• Jalea de frutilla • Musselina de manzana • Molde de maicena con salsa de damasco • Tutti Frutti • Naranja

	LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
SOPA/CREMA	• Consomé con huevo	• Crema de coliflor	• Sopa de pantrucas	• Crema de zanahoria	DESCANSO
SALAD BAR	• Ensalada de lechuga • Ensalada de zapallo italiano • Ensalada betarraga • Ensalada pepino	• Ensalada de lechuga • Ceviche de mote • Ensalada de repollo • Ensalada de apio y zanahoria	• Ensalada mix cuatro estaciones • Ensalada de coliflor • Ensalada de porotos verdes y lluvia de huevo • Ensalada chilena	• Ensalada de lechuga • Ensalada de apio • Ensalada de pepino • Ensalada de choclo pimentón	
ARMA TU	• Lechugas, repollo, choclo, tomate, atún, dados de queso gauda y Topping	• Lechugas, palmito, cascos de tomate, choclo kanikama, huevo y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, brócoli, tomate, flan de zanahoria, carne vegetal y Topping	• Lechugas, zanahoria rallada, tomate, causa de pollo, merluza cocida y Topping	
PLATO FONDO	• Asado bourguignon con Espirales • Escalopa de jamón y queso con Bouquetier	• Chapsui mixto con Arroz chaufán • Garbanzos guisados con Vienesas de pavo light	• Tomaticán mixto con Papas doradas • Bifecitos de ave a la soya con Guiso de poroto verde	• Pulpa mechada con Spaguetti al pomodoro • Pastel de papas	
POSTRES	• Jalea de guinda • Torta de durazno • Bavaroise de guinda • Compota mixta • Plátano	• Jalea de melón tuna • Panqueque con manjar • Molde de sémola con leche y salsa caramelo • Tutti - Frutti • Kiwi	• Jalea de naranja • Alfajor • Flan de vainilla • Compota de pera y frutilla • Manzana	• Jalea de manzana • Budín colegial • Crema de pie de limón • Macedonia • Mandarinas	

	LUNES 17	MARTES 18	MIERCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
SOPA/CREMA	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
SALAD BAR					
ARMA TU					
PLATO FONDO					
POSTRES					

	LUNES 24	MARTES 25	MIERCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
SOPA/CREMA	DESCANSO	• Sopa de choritos	• Crema de arvejas	• Sopa de carne con verduras	• Crema de apio
SALAD BAR		• Ensalada mix cuatro estaciones • Ensalada de apio • Ensalada betarraga • Ensalada de choclo	• Ensalada de lechuga • Ensalada de papas • Ensalada de pepino • Ensalada de zanahoria y con aceitunas	• Ensalada mix cuatro estaciones • Ceviche de cochayuyo • Ensalada de tomate juliana con perejil • Ensalada de pepino al orégano	• Ensalada de lechuga • Ensalada mix de repollo blanco y morado • Ensalada de hojas de espinaca con queso fresco • Ensalada de pebre de mote
ARMA TU		• Lechugas, mix cuatro estaciones, brócoli, tomate, pollo, cerdo cocido y Topping	• Lechugas, palmito, tomate en cascos, coliflor, carne juliana, queso fresco y Topping	• Lechugas mixtas, arvejas, tomate, betarraga, atún, jamón y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, porotos verdes, coliflor, dados de pavo, huevo y Topping
PLATO FONDO		• Cerdo a la barbecue con Fussili al pesto • Strogonoff de vacuno con Verduras asadas	• Trutro de pavo arvejado con Papas salteadas • Porotos guisados a la chilena	• Croqueta de atún con Arroz con semilla de sésamo • Charquicán de verduras con huevo	• Wraps con guacamole con Papas chips • Pollo al jugo con Primavera de verduras
POSTRES		• Jalea de frutilla • Kuchen de manzana • Merengón de mora • Compota de piña • Pera	• Jalea de frutilla • Galletón de avena y nueces • Leche con quinua y mermelada • Compota de ciruelas • Naranja	• Jalea de melón • Brownie • Panacotta • Macedonia • Kiwi	• Jalea de guinda • Torta de yogurt • Flan de vainilla • Compota de manzanas • Plátano