



NUUESTRO
MENÚ
NOVIEMBRE 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
20 DIAS \$ 53.900
VALOR DIARIO \$ 2.695

	LUNES 5	MARTES 6	MIERCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
SOPA/CREMA	• Crema de tomate	• Sopa de ave con arroz	• Crema de verdura	• Sopa de carne con sémolita	• Crema de choclo
SALAD BAR	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de repollo • Ensalada de zanahoria rallada • Ensalada de apio	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de betarraga con cilantro • Ensalada de choclo • Ensalada de ceviche de mote	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de apio • Ensalada de pepino • Ensalada de porotos negros	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de lechugas 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, poroto verde, tomate, carne juliana, queso fresco y Topping	• Mix cuatro estaciones, brócoli, tomate, pollo, palta y Topping	• Lechugas, repollo, choclo, tomate, atún, jamón y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, porotos verdes, coliflor, dados de jamón de pavo, huevo y Topping	• Lechugas, betarraga, zanahoria, tomate, queso fresco, y atún y Topping
PLATO FONDO	• Filetillo de pollo al jugo con Arroz perla • Pastel de papaS	• Rollito de merluza (horneados) con Puré de papas • Lasaña boloñesa	• Cerdito a las finas hierbas con Mascarroni a la oliva • Salteado de vacuno con Flan de zanahoria	• Porotos granados con mazamorra • Asado alemán en su salsa con Guiso de poroto verde	• Wraps relleno con ave, choclo, lechugas y guacamole con Papas bastón (horneada) • Humita en olla con pebre de tomate
POSTRES	• Jalea de piña • Bizcocho con mermelada y coco • Yogurt con cereales • Compota de manzanas • Canasto de frutas	• Jalea de guinda • Helado de paleta • Leche asada • Macedonia • Canasto de frutas	• Jalea de limón • Volteado de durazno • Macedonia • Espuma de manzana • Canasto de frutas	• Jalea de naranja • Quequito de manzana • Compota de frutilla • Compota de piña y kiwi • Canasto de frutas	• Jalea de frutilla • Helado de paleta • Molde de maicena con salsa de frambuesa • Tutti Frutti • Canasto de frutas

	LUNES 12	MARTES 13	MIERCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
SOPA/CREMA	• Consomé alianza	• Crema de coliflor	• Sopa de ave con fideos	• Crema de zanahoria	• Sopa de carne con arroz
SALAD BAR	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de tomate • Ensalada de betarraga • Ensalada de pepino	• Ensalada de Lechuga • Ceviche de mote • Ensalada de repollo • Ensalada de apio y zanahoria	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de coliflor • Ensalada de porotos verdes • Ensalada chilena	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de apio • Ensalada de pepino • Ensalada de choclo pimentón	• Ensalada de Lechuga • Ensalada bretona • Ensalada cole-slow • Ensalada de tomate con cilantro
ARMA TU	• Lechugas, repollo morado, choclo, tomate, atún, dados de queso gauda y Topping	• Lechugas, palmito, tomate, pepino con dados de palta, huevo y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, brócoli, tomate, Tortillón de verdura, dados de queso fresco y Topping	• Lechugas, zanahoria, tomate, causa de pollo, merluza cocida y Topping	• Lechugas, cascos de tomate, primavera, dados tortilla de coliflor, huevo y Topping
PLATO FONDO	• Spaguetti con salsa italiana • Escalopa de jamón y queso con Bouquetier de verduras	• Chapsui de cerdo con Arroz chino • Lentejas parmesana	• Merluza florentina con Puré de papas • Bifecitos de pavo apanados con Guiso de porotos verdes	• Pulpa acaramelada con Arroz perla • Hamburguesa con Verduras asadas	• Pastelera de choclo (terrina) • Chorrillana mixta
POSTRES	• Jalea de guinda • Helado de paleta • Bavaroise de frutilla • Compota mixta • Canasto de frutas	• Jalea de melón tuna • Rollo relleno con mermelada • Sémolita con salsa de frambuesas • Macedonia • Canasto de frutas	• Jalea de naranja • Cocada • Flan de chocolate • Ilusión de frambuesas • Canasto de frutas	• Jalea de manzana • Budín colegial • Cassata • Compota de peras • Canasto de frutas	• Jalea de frutilla • Helado de paleta • Compota de piña • Macedonia • Canasto de frutas

	LUNES 19	MARTES 20	MIERCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
SOPA/CREMA	• Crema de acelga	• Sopa de carne con sémolita	• Crema de arvejas	• Sopa de ave con verduras	• Crema de verdura
SALAD BAR	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de zanahoria rallada • Ensalada de repollo blanco con aceitunas • Ensalada de pepino	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de apio • Ensalada de betarraga con cilantro • Ensalada de choclo	• Ensalada de Lechuga • Ceviche de cochayuyo • Ensalada de pepino • Ensalada de zanahoria y con aceitunas	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de papas • Ensalada de tomate juliana con perejil • Ensalada de pepino al orégano	• Ensalada de Lechuga • Ensalada mix de repollo blanco y morado • Ensalada de acelga y crutones • Ensalada de pebre de mote
ARMA TU	• Lechugas, repollo, choclo, tomate, atún, jamón y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, brócoli, tomate, pollo, cerdo cocido y Topping	• Lechugas, palmitos, tomate, betarraga, carne juliana, queso fresco y Topping	• Lechugas, pepino, choclo, tomate, atún, jamón y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, porotos verdes, dados de pavo, huevo y Topping
PLATO FONDO	• Lentejas con chorizo • Raviolos con Salsa de verduras y queso rallado	• Bistec de cerdo grillé con arroz • Tortilla de acelga con Primavera de verduras	• Dados de pavo con salsa de champiñón con Papas salteadas • Porotos granados al pilco	• Croqueta de atún con rigattoni al oliva • Charquicán de verduras con huevo	• Quesadilla con huacamole • Papas rellenas con pino
POSTRES	• Jalea de naranja • Helado paleta • Mousse de cacao • Durazno al jugo • Canasto de frutas	• Jalea de frutilla • Panqueque con mermelada • Leche nevada • Macedonia • Canasto de frutas	• Jalea de frutilla • Helado paleta • Sémolita con leche y caramelo • Compota de manzanas • Canasto de frutas	• Jalea de melón • Galletón de avena y pasas • Panacotta • Compota de piña • Canasto de frutas	• Jalea de guinda • Milkshake • Flan de vainilla • Macedonia • Canasto de frutas

	LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
SOPA/CREMA	• Consomé de ave	• Crema de zapallo camote	• Sopa ajíaco	• Crema de choclo	• Sopa de carne con sémolita
SALAD BAR	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de zanahoria rallada • Ensalada de repollo blanco • Ensalada de pepino	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de tomate • Ensalada de acelga con huevo lluvia • Ensalada de apio	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de choclo con pimentón • Ensalada pebre de mote • Ensalada de betarraga	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de repollo mixto • Ensalada de tomate • Ensalada de zanahoria	• Ensalada de Lechuga • Ensalada de apio • Ensalada ceviche de cous cous • Ensalada de pepino
ARMA TU	• Lechugas, mix cuatro estaciones, brócoli, tomate, atún, huevo y Topping	• Lechugas, palmitos, tomate, ceviche de cus-cus, carne juliana, queso fresco y Topping	• Lechugas, pepino, choclo, tomate, hamburguesa de garbanzos, jamón y Topping	• Lechugas, mix cuatro estaciones, tomate, brócoli, dados de pavo, flan de poroto verde y Topping	• Lechugas, palmito, tomate, repollo morado, miniquiche lorraine, dados de queso y Topping
PLATO FONDO	• Tomaticán con Arroz graneado • Salteado de cerdo con Budín de acelga y zanahoria	• Figuras marinas (horneadas) con Puré mixto • Lasaña	• Escalopines de pavo grillé con Coditos a la oliva • Lentejas guisadas con arroz	• Hamburguesa casera con tomate y albacaca con Papas doradas • Omelette de verduras con Gratin de tomate	• Suprema de ave al limón con Fetuccini al pomodoro • Completo italiano
POSTRES	• Jalea de melón tuna • Bizcocho con mermelada • Flan de lúcuma • Compota de manzana y frutilla • Canasto de frutas	• Jalea de guinda • Rollo con pastelera • Molde de maicena con salsa de berries • Tutti - frutti • Canasto de frutas	• Jalea de naranja • Brownie de poroto negro • Espuma de manzana • Compota mixta • Canasto de frutas	• Jalea de melón • Helado • Leche con jujuno y frutos secos • Durazno al jugo • Canasto de frutas	• Jalea de guinda • Budín diplomático • Cassata • Macedonia • Canasto de frutas