

MINUTA ABRIL SEMANA 1

VIERNES SANTO

	Lunes 03	Martes 04	Miercoles 05	Jueves 06	Viernes 07
Sopa/Crema	Sopa de carne con sémola	Consomé al eneldo	Crema de verdura	Sopa del huerto (juliana de verduras)	---
Salad bar	Ensalada de lechuga escarola	Ensalada de mix cuatro colores	Ensalada de lechugas mixtas	Ensalada de lechuga escarola	---
	Ensalada de repollo blanco y cilantro	Ensalada de pepino	Ensalada de betarraga	Ensalada de zanahoria con arvejas	---
	Ensalada de choclo con pimiento rojo	Ensalada de zanahoria hilo	Ensalada de aros de cebolla	Ensalada de tomate	---
	Ensalada de apio	Ensalada de legumbres	Ensalada de zapallo italiano rallado con sésamo tostado	Ensalada de cole-slow	---
Plato fondo 1	Pechuga de pollo arvejada con Espirales tricolor	Pulpa de cerdo a la cacerola con Puré de papas	Strogonoff de carnes mixtas con Arroz graneado	ARMA TU PASTA: Spaguetti con salsa Alfredo / Ñoquis con salsa napolitana	---
Plato fondo 2	Pastel de zapallo italiano	Tortilla de choclo, tomate, albahaca y queso con Guiso de porotos verdes cus-cús	Tortilla de choclo, tomate, albahaca y queso con Guiso de porotos verdes cus-cús	Merluza con salsa al eneldo con Arroz con choclo	---
Vegano	Milanesa de zapallo italiano con Molde de quinoa primavera	Pastel del Pastor (pino de verduras)	Albóndigas de avena al pomodoro con Panaché de verduras	Spaguetti con salsa boloñesa de garbanzos	---
Postres	Queque de naranja y semilla de amapolas	Celestinos	Strudel	Torta tres leches	---
	Flan de caramelo	Molde de maicena con salsa de naranja	Jalea con leche	Mousse de arándanos	---
	Uvas	Compota de pepino	Ensalada de fruta	Macedonia	---
	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	---
Hipocalórico	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	---
	Huevos duros (mitad) / Filetes de pollo y Topping	Abanico de jamón / molde de atún y Topping	Albóndigas de porotos negros con mix de semillas / Dados de queso fresco y Topping	Huevos duros (mitad) / Atún y Topping	---

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

VALOR DIARIO \$4.456

Transferencia o depósito a:

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K
Banco Santander
Cuenta Corriente 0-000-7207395-9
Email: pagosscuolaitaliana@giser.cl

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.
Contacto comedor Irina Robles | Email: comedor-scuolaitaliana@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 2

	Lunes 10	Martes 11	Miercoles 12	Jueves 13	Viernes 14
Sopa/Crema	Crema de acelga	Sopa de pollo con fideos	Consomé alianza (mixto)	Crema de zapallo mixto	Consomé clarificado
Salad bar	Ensalada de lechuga picada	Ensalada de mix cuatro colores	Ensalada de lechuga con hojas de rúcula	Ensalada de lechuga picada	Ensalada de mix cuatro colores
	Ensalada de apio con semilla sésamo	Ensalada de pebre de mote	Ensalada de legumbres con salsa verde	Ensalada de repollo con aros de aceituna	Ensalada de tomate
	Ensalada de betarraga con cilantro	Ensalada de zanahoria con arvejas	Ensalada de tomate	Ensalada de verduras asadas	Ensalada de arvejas, cebollita y cilantro
	Ensalada de pepino	Ensalada de zapallo italiano rallado	Ensalada de tortillon de verduras	Ensalada de betarraga	Ensalada rusa
Plato fondo 1	Pavo a la vizcaína (tomate perejil) con Papas doradas	ARMA TU PASTA : Fettuccine con salsa de atún / Ravioles con salsa de espárragos	Pulpa de cerdo mechada con Coditos al perejil	Aji de gallina con Arroz graneado	Fajita con salsa de guacamole y Papas bastón
Plato fondo 2	Omelette zanahoria champiñones y queso con Verduras asadas		Estofado	Lentejas guisadas a la parmesana con huevo duro picado (opcional)	Pollo asado con Verduras al vapor
Vegano	Tomatacán de verduras con Papas doradas	Spaguetti con salsa boloñesa (* PVT) (espirales)	Lentejas guisadas con arroz integral	Croquetas de lentejas con Verduras asadas	Fajita vegana con salsa de guacamole y Nachos caseros
Postres	Volteado de piña	Kuchen de manzana	Alfajor	Galletón de avena	Eclair con crema de chocolate
	Crema pastelera con durazno	Pepino alegre	Espuma de frambuesas	Sémola con salsa de mango	Yogurt con cereales
	Puré de manzana	Compota de pera	Macedonia	Compota de ciruelas con mote	Ensalada de fruta
	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light
Hipocalórico	Ensaladas surtidas	Ensalada César (juliana de pollo, lechugas mixtas, queso parmesano rallado, salsa César, crutones)	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas
	Dados de queso fresco / Pollo laminado y Topping		Huevos duros (mitad) / Molde de atún y Topping	Tortillón de verduras / Dados de queso fresco y Topping	Dados de polenta asada a la albahaca / Rollito de jamón y Topping

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

VALOR DIARIO \$4.456

Transferencia o depósito a:

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K
Banco Santander
Cuenta Corriente 0-000-7207395-9
Email: pagossuolaitaliana@giser.cl

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.
Contacto comedor Irina Robles | Email: comedor-scuolaitaliana@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 17	Martes 18	Miercoles 19	Jueves 20	Viernes 21
Sopa/Crema	Sopa de carne con chuchoca	Crema de apio	Consomé al eneldo	Sopa carbonada de verduras	Crema de zapallo camote
Salad bar	Ensalada de lechuga escarola	Ensalada de mix cuatro colores	Ensalada de lechugas mixtas	Ensalada de lechug escarola	Ensalada de lechuga mixtas
	Ensalada de apio con rabanitos	Ensalada de pepino con salsa de yogurt	Ensalada de zanahoria con hojas de rúcula	Ensalada de tomat con cilantro	Ensalada de pepino con choclo
	Ensalada de repollo mixto	Ensalada de betarraga cubo	Ensalada de cochayuyo con arvejas	Ensalada de apio	Ensalada de porotos negros con cebollita
	Ensalada de choclo y tomate	Ensalada de brócoli	Ensalada de fritos de verduras	Ensalada de cole-slow	Ensalada de zanahoria
Plato fondo 1	Goulash a la húngara con Arroz primavera	Rollito de merluza con ssa. de alcaparras con Arroz con zanahoria	Asado alemán en su salsa con Canutones al pesto	ARMA TU PASTA: Agnolotti con salsa pomodoro / Tortellini con salsa de quesos	Lomito de cerdo con salsa de mostaza con Puré de papas
Plato fondo 2	Pulpa de cerdo asada con Ratatouille	Filetes de pollo con salsa barbecue con Gratin de porotos verdes	Garbanzos guisados con vienesa light (opcional)		Pastelera de choclo (pino de carne, huevo, aceituna y pasas)
Vegano	Hamburguesa de porotos negros con Ratatouille	Falafel con Gratin de porotos verdes	Guiso de acelga a la crema y Papas rústicas	Panqueques boloñesa con pino de *PVT	Humita en olla con Pebre de tomate
Postres	Muffins de yogurt	Buñuelos de manzana	Profiteroles con crema pastelera	Budin de plátano	Pastel vasco
	Turrón de mora	Puré de manzana	Quínoa con leche y pasas	Bavaroise de frutilla	Sémola con espejo de jalea
	Fruta natural	Compota mixtas	Ensalada de fruta natural	Pera al curry	Tutti- Frutti
	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light
Hipocalórico	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas
	Molde de atún / Dados de queso fresco marinados con orégano y Topping	Dados de polenta asada a la albahaca / Rollito de jamón y Topping	Quesadillas / Huevos duros (mitad) y Topping	Queso fresco / Dados de jamón y Topping	Tortillón de verduras / Filetes de pollo a la plancha y Topping

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

VALOR DIARIO \$4.456

Transferencia o depósito a:

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K
Banco Santander
Cuenta Corriente 0-000-7207395-9
Email: pagosscoulaitaliana@giser.cl

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.
Contacto comedor Irina Robles | Email: comedor-scoulaitaliana@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 24	Martes 25	Miercoles 26	Jueves 27	Viernes 28
Sopa/Crema	Consomé de ave con cilantro	Crema de zanahoria	Sopa de carne con polenta	Consomé madrileño (tomate)	Crema de arvejas
Salad bar	Ensalada de lechuga picada	Ensalada de mix cuatro colores	Ensalada de lechuga con hojas de rúcula	Ensalada de lechuga picada	Ensalada de mix cuatro colores
	Ensalada de zapallo italiano	Ensalada de betarraga	Ensalada de arvejas con salsa verde	Ensalada cochayuyo con cebollita	Ensalada de porotos verdes con tomate
	Ensalada de zanahoria con hojas de cilantro	Ensalada de apio con manzana verde	Ensalada de tomate	Ensalada de zanahoria	Ensalada de legumbres mixtas
	Ensalada de repollo	Ensalada de hojas de espinaca, rúcula y cascos de tomate	Ensalada de cole-slow	Ensalada de apio	Ensalada de zapallo italiano salteado
Plato fondo 1	Chapsui de pavo con Arroz chino	ARMA TU PASTA : Ravioles con salsa bontú / Spaguetti con salsa mediterránea	Merluza con tomate y albahaca con Puré de papas	Porotos a la campesina con escalopín de pollo (opcional)	Chorrillana de carnes mixtas con Papas bastón
Plato fondo 2	Charquicán de vacuno		Niños envuelto en repollo con Verduras salteadas	Pastel suizo (puré de papas, tomate, jamón y queso)	Omelette de choclo, palmito y queso con Arroz perla
Vegano	Chapsui de verduras con almendras laminadas y Molde de arroz integral	Spaguetti con salsa boloñesa *PVT	Dados de polenta asada con Guiso de porotos viejos, zapallo camote y choclo	Porotos a la campesina (verduras y papas)	Charquicán de verduras
Postres	Torta de piña	Tartaleta de frutas	Roscas con azúcar flor	Crema de manzana tres leches al gratín	Rollo de manjar y anís
	Ilusión de guinda (jalea con leche)	Crema catalana	Macedonia	Pastelera con piña	Bavaroise
	Yogurt con granola	Compota mixtas	Ensalada de fruta	Compota de pepino	Macedonia
	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light	Jalea Light
Hipocalórico	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensaladas surtidas	Ensalada César (juliana de pollo, lechugas mixtas, queso parmesano rallado, salsa césar, crutones)	Ensaladas surtidas
	Molde de atún / Huevos duros y Topping	Dados de queso fresco marinados con oliva y orégano / Pollo laminado y Topping	Omelette de jamón y queso Rollito de queso gauda y Topping		Tomate relleno con pasta de quesillo al cilantro y Topping

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

VALOR DIARIO \$4.456

Transferencia o depósito a:

Giser S.A. Rut: 78.542.610-K
Banco Santander
Cuenta Corriente 0-000-7207395-9
Email: pagossuolaitaliana@giser.cl

Por favor enviar comprobante señalando nombre y curso de él o los alumnos.
Contacto comedor Irina Robles | Email: comedor-scuolaitaliana@giser.cl

APORTES NUTRICIONALES

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