



	Lunes 13	Martes 14	Miercoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Sopa/Crema	CREMA DE ESPARRAGO	SOPA DE PANTRUCAS	CREMA DE TOMATE	CONSOME DE AVE	CREMA DE CHOCLO
Salad bar	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA CEVICHE DE COCHAYUYO	ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO	ENSALADA DE ARVEJITAS	ENSALADA APIO CON RABANITOS
	ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE DIENTE DE DRAGON	ENSALADA DE BROCOLI	ENSALADA DE BROCOLI CON DIENTE DE DRAGON	ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA
	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE ESPINACA	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE COLE SLOW	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS
	ENSALADA DE ZAPALLITOS ITALIANO	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTA	ENSALADA RUSA	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE TOMATE
	---	ENSALADA DE PEPINO	---	ENSALADA MIX 4 COLORE	---
	---	ENSALADA DE TOMATE	---	ENSALADA DE PEPINO	---
	---	---	---	ENSALADA DE POROTOS VERDES CORTE FRANCES	---
	---	---	---	ENSALADA DE TOMATE	---
Plato fondo	CERDO CON SALSA BARBECUE	CROQUETAS DE VACUNO AL HORNO	MERLUZA A LA MAULINA	PECHUGA DE POLLO A LA MOSTAZA	BURRITO CON GUACAMOLE
	VACUNO A LA CACEROLA	SALSA BONTU (POLLO)	OMELETTE DE PALMITO, TOMATE, QUESO, ACEITUNA	POROTOS GRANADOS AL PILCO	PAPAS RELLENAS CON QUESO
	VERDURAS SALTEADAS	SALSA ITALIANA	PURE MIXTO(ZAPALLO)	ACELGAS FLORENTINAS	---
	SPAGUETTI AL CILANTRO	TORTELLIN	GUISO DE POROTOS VERDES CON ZANAHORIA	---	---
	---	MACARRONES	---	---	---
	---	ARROZ CON SEMILLA DE AMAPOLA Y TOMATE EXOTICO	---	---	---
Vegano	VG.SALSA MEDITERRANEA (BERENJENAS, ZAP.ITAL, TOMATE)	VG-GUISO DE ACELGAS A LA CREMA CON PAPAS RUSTICAS	VG.ARROZ CHAUFAN (PVT, CEBOLLIN, VERDURAS CHINAS)	VG. BARRITA DE QUINOA	VG. PASTEL DE PAPAS CON PINO DE VERDURAS
	BAVAROISE DE FRAMBUESA	MELON TUNA	COMPOTA DE CIRUELAS CON MOTE	FLAN CHOCOLATE	MELON TUNA
	FRUTA NARANJA	JALEA DIET SABORES	JALEA DIET SABORES	JALEA DIET SABORES	HELADO DE PALETA NATURAL (MIX SABORES)
	JALEA DIET SABORES	TARTELETA DE FRUTILLA	LECHE ASADA	PIE DE NARANJA	JALEA DIET SABORES
	MUFFINS DE ZANAHORIA	---	STRUDEL DE DURAZNO	---	SANDIA
	---	---	---	---	TORTA 3 LECHES

(* 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-scuolaitaliana@giser.cl

APORTES NUTRICIONALES

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



MINUTA MARZO 5° BÁSICO A IV MEDIO

SEMANA 4

	Lunes 20	Martes 21	Miercoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Sopa/Crema	CREMA DE COLIFLOR	SOPA DE PANTRUCAS	CREMA DE PAPAS	CONSOME DE CARNE	CREMA DE ZAPALLO CAMOTE NATURAL
Salad bar	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA CEVICHE DE COCHAYUYO	ENSALADA DE BETARRAGA CON CILANTRO	ENSALADA DE APIO	ENSALADA APIO CON RABANITOS
	ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE ESPINACA	ENSALADA DE BROCOLI	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE ARVEJITAS CON CEBOLLA
	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA MIX 4 COLORES
	ENSALADA DE ZAPALLITOS ITALIAN	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTA	ENSALADA RUSA	ENSALADA DE POROTOS VERDES CORTE FRANCES	ENSALADA DE TOMATE
	---	ENSALADA DE TOMATE Y RUCULA	---	---	---
	---	---	---	---	---
	---	---	---	---	---
Plato fondo	BISTEC DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA	GOULASH DE PAVO	VG. CURRY DE LENTEJAS (CARNE VEGETAL, ARROZ, PAPAS, BERENJENAS, CURRY)	BLANQUILLO A LA VIZCAINA	ESCALOPA DE QUESILLO CON SESAMO
	V. PANQUEQUE RELLENO CON CHOCLO Y ESPARRAG GRATIN	NIÑOS ENVUELTOS EN REPOLLO GRATIN	FILETES DE POLLO CON SALSAS AL POMODORO	ÑOQUIS	PECHUGA DE POLLO ASADA
	MOSTACCIOLI	PAPAS DORADAS	ARROZ CON CHOCLO	SALSA CARBONARA (SSA. BLANCA, JAMON, HUEVO)	PRIMAVERA DE VERDURAS
	---	VERDURAS AL VAPOR (ESPINACA, ZAP. ITALIANO ZANAHORIA)	---	VG.SALSA MEDITERRANEA (BERENJENAS, ZAP.ITAL, TOMATE)	ARROZ CILANTRO
	---	---	---	PURE DE PAPAS	---
	---	---	---	FETUCCINI	---
Vegano	POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA	VG.NIÑO ENVUELTO EN REPOLLO (PVT,ARROZ)	LENTEJAS GUIADAS CON QUINOA	VG. FALAFEL CON SALSAS VEGANESA	V. HUMITA EN OLLA CON PEBRE TOMATE
Postres	FLAN DE FRUTILLA	ECLAIR	COMPOTA DE CIRUELAS CON MOTE	ESPUMA DE MORA	BROWNIE
	JALEA DIET SABORES	JALEA DIET SABORES	JALEA DIET SABORES	JALEA DIET SABORES	HELADO DE PALETA NATURAL (MIX SABORES)
	TORTA DE DURAZNO	MACEDONIA VERANO	MOLDE DE MAICENA CON SALSAS DE BERRIES	MACEDONIA VERANO	JALEA DIET SABORES
	UVA ROSADA	YOGUEN FRUZ DE FRUTILLAS	STRUDEL DE DURAZNO	---	---
	---	---	---	---	---

(* 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 MARZO 5° BÁSICO A IV MEDIO

SEMANA 5

	Lunes 27	Martes 28	Miercoles 29	Jueves 30	Viernes 31
Sopa/Crema	CREMA DE VERDURA	SOPA DE POLLO CON SEMOLA	CREMA DE ZAPALLITO ITALIANO	CONSOME AL CILANTRO	CREMA DE LEGUMBRES
Salad bar	ENSALADA DE CHOCLO TOMATE	ENSALADA DE BROCOLI	ENSALADA DE ACELGA	ENSALADA DE BETARRAGA	ENSALADA DE CEVICHE DE CUS CUS
	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE COCHAYUYO	ENSALADA DE APIO CON SESAMO	ENSALADA JARDINERA	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS
	ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE LECHUGAS MIXTAS	ENSALADA DE DIENTE DE DRAGON	ENSALADA DE LECHUGA ESCAROLA	ENSALADA DE PEPINO
	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE TOMATE	ENSALADA MIX 4 COLORES	ENSALADA DE POROTOS VERDES	ENSALADA DE TOMATE
	---	---	ENSALADA DE REPOLLO MORADO	---	---
	---	---	ENSALADA DE TOMATE	---	---
	---	---	---	---	---
Plato fondo	ESCALOPA DE JAMON - QUESO	AGNOLOTTI AL POMODORO	MERLUZA AL LIMON	POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA	LOMITO DE CERDO AL OREGANO
	TOMATICAN	CROQUETAS DE VACUNO AL HORNO	QUICHE FLORENTINO (ESPINACA)	SUPREMA DE POLLO	PAPAS RELLENAS CON QUESO
	PAPAS ASADAS	FETUCCINE (PASTA FRESCA)	RATATOUILLE	ARROZ CON SESAMO	VERDURAS SALTEADAS
	PEPERONATTA	SALSA ALFREDO	PURE DE PAPAS	---	ARROZ CON CHOCLO
	---	CHOCLO AL GRATIN	---	---	---
	---	---	---	---	---
Vegano	TOMATICAN DE TOFU	VG.HAMBURGUESA DE POROTOS NEGROS	VG. SPAGUETTI BOLOÑESA (PVT)	POROTOS GRANADOS CON MAZAMORRA	VG.PIZZETA VEGANA (ZAP.ITAL, TOMATE, BERENJENA, QUESO)
Postres	ESPUMA DE MANJAR	COMPOTA DE CIRUELAS DIET (VERANO)	BAVAROISE DE GUINDA	FLAN DE COCO	ENSALADA DE FRUTA (VERANO 1)
	JALEA DIET SABORES	JALEA DIET SABORES	MELON TUNA	JALEA DIET SABORES	HELADO DE PALETA NATURAL (MIX SABORES)
	MUFFINS DE ARANDANOS	KUCHEN DE MIGA	JALEA DIET SABORES	MACEDONIA VERANO	JALEA DIET SABORES
	UVA ROSADA	LECHE NEVADA	---	PANQUEQUE RELLENO CON MANZANA CAMELIZADA	PIE DE YOGURT
	---	---	---	---	---

(* 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