



MINUTA AGOSTO 2026

CASINO THE INTERNATIONAL SCHOOL - LA SERENA

Minuta mensual de alimentación escolar

En GM Express trabajamos cada día para entregar una alimentación segura, equilibrada y pensada en el bienestar de nuestros estudiantes.

GM EXPRESS
Sabores que mueven vidas!

ARME SU MENÚ PERSONALIZADO

Elija la combinación que más le guste cada día

¿Cómo funciona?

Puede cambiar 1 proteína o 1 acompañamiento por un valor adicional de \$300 por cada modificación (si cambia ambos, el valor total es \$600)

ALTERNATIVAS DISPONIBLES

PROTEÍNAS

Pechuga de pollo a la plancha
Nuggets de pollo al horno
Hamburguesa de vacuno
Salchicha de pavo cocida
Filete de pescado empanizado
Huevo (frito, revuelto o cocido)
Omelette queso/jamón
Salsa boloñesa
Hamburguesa de legumbres



ACOMPAÑAMIENTOS

Arroz blanco
Pasta del día
Papas duquesas
Papas fritas al horno
Cous cous



(No se pueden elegir dos proteínas ni dos acompañamientos)

Disponible según stock, recuerda que debe agendarse con un día de anticipación

GM EXPRESS
Sabores que mueven vidas!

MINUTA MENSUAL S32



SEMANA 32

AGOSTO 2026

	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
ENTRADAS (Ensalada o Sopa)	repollo verde, zanahoria, pepino Sopa del día	lechuga escarola, tomate, betarraga Sopa del día	Ensalada a la chilena, papas mayo Crema del día	Zanahoria, coliflor, lechuga Sopa del día	Mix de repollo con pepino Sopa del día
PLATO DE FONDO 1 (Guarnición Sugerida)	Estofado de vacuno Papas doradas	Lentejas con arroz -	Merluza frita Arroz	Carbonada de ave -	Salsa bolognesa Spaguetti al orégano
PLATO DE FONDO 2 (Guarnición Sugerida)	Pollo al jugo Espirales	Carne al jugo Puré	Omelette de atún -	Cerdo al horno Papas gratinadas	Pizza napolitana Palitos de queso
HIPOCALÓRICO	Pollo al jugo con ensalada	Omelette de espinaca con tomate	Ensalada pollo mediterraneo	Cerdo al horno + guarnición	Huevos cocidos con mix de lechugas
VEGETARIANO	Estofado de carne de soya + guarnición	Falafel de garbanzos + guarnición	Tofu crocante con ensalada	Chapsui de champiñones + guarnición	Carne de soya + guarnición
POSTRES	Fruta del día Jalea de piña	Fruta del día Flan con caramelo	Fruta del día Queque de naranja	Fruta del día Sémola con leche	Fruta del día Kuchen de manzana

Menú vegetariano e hipocalórico se debe pedir con anticipación (máximo 10:00 a.m.).

Minuta mensual de alimentación escolar

En GM Express trabajamos cada día para entregar una alimentación segura, equilibrada y pensada en el bienestar de nuestros estudiantes.



ARME SU MENÚ PERSONALIZADO

Elija la combinación que más le guste cada día



¿Cómo funciona?

Puede cambiar 1 proteína o 1 acompañamiento por un valor adicional de \$300 por cada modificación (si cambia ambos, el valor total es \$600)

ALTERNATIVAS DISPONIBLES

PROTEÍNAS

Pechuga de pollo a la plancha

Nuggets de pollo al horno

Hamburguesa de vacuno

Salchicha de pavo cocida

Filete de pescado empanizado

Huevo (frito, revuelto o cocido)

Omelette queso /jamón

Salsa boloñesa

Hamburguesa de legumbres



ACOMPÑAMIENTOS

Arroz blanco

Pasta del día

Papas duquesas

Papas fritas al horno

Cous cous



(No se pueden elegir dos proteínas ni dos acompañamientos)

Disponible según stock, recuerda que debe agendarse con un día de anticipación



MINUTA MENSUAL S33

AGOSTO 2026



SEMANA 33

	LUNES 10	MARTES 11	DÍA INTERNACIONAL ARGENTINA	JUEVES 13	VIERNES 14
ENTRADAS (Ensalada o Sopa)	Espárrago, tomate, pepino Crema del día	Rolito jamón-queso, lechuga escarola, coliflor Sopa del día	Ensalada rusa (Papa, zanahoria y arveja con mayonesa) Crema del día	Papas mayo, chilena, lechuga Sopa del día	Betarraga, apio-palta, brócoli Crema del día
PLATO DE FONDO 1 (Guarnición Sugerida)	Estofado de ave Arroz con zanahoria	Cazuela de ave -	Milanesa de vacuno Puré de papas	Filetitos de pollo a la albahaca Fideos con pomarola	Pollonapolitano Papas fritas (al horno)
PLATO DE FONDO 2 (Guarnición Sugerida)	pescado a la plancha Papas doradas	Ragout de vacuno Arroz graneado	Bolognesa con queso rallado Pasta	Porotos con riendas -	Bistec a lo pobre Papas fritas (al horno)
HIPOCALÓRICO	Estofado de ave + ensalada	Pescado a la plancha + ensalada	Milanesa + ensalada	Filetitos de pollo + ensalada	Pechuga de pollo a la plancha + ensalada
VEGETARIANO	Albóndiga de carne de soya + guarnición	Hamburguesa legumbres con guarnición del día	Empanadas veganas	Salsa boloñesa veggie + guarnición	Burritos vegetarianos
POSTRES	Fruta del día Leche asada	Fruta del día Panqueques con manjar	Fruta del día Chocotorta	Fruta del día Tiramisú	Fruta del día Macedonia

Menú vegetariano e hipocalórico se debe pedir con anticipación (máximo 10:00 a.m.).

Día internacional Argentina



Minuta mensual de alimentación escolar

En GM Express trabajamos cada día para entregar una alimentación segura, equilibrada y pensada en el bienestar de nuestros estudiantes.



ARME SU MENÚ PERSONALIZADO

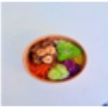
Elija la combinación que más le guste cada día



¿Cómo funciona?

Puede cambiar 1 proteína o 1 acompañamiento por un valor adicional de \$300 por cada modificación (si cambia ambos, el valor total es \$600)

ALTERNATIVAS DISPONIBLES

PROTEÍNAS		ACOMPANIAMIENTOS
Pechuga de pollo a la plancha Nuggets de pollo al horno Hamburguesa de vacuno Salchicha de pavo cocida Filete de pescado empanizado Huevo (frito, revuelto o cocido) Omelette queso/jamón Salsa boloñesa Hamburguesa de legumbres	 	Arroz blanco Pasta del día Papas duquesas Papas fritas al horno Cous cous

(No se pueden elegir dos proteínas ni dos acompañamientos)

Disponible según stock, recuerda que debe agendarse con un día de anticipación



MINUTA MENSUAL \$34



	AGOSTO 2026				
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
ENTRADAS (Ensalada o Sopa)	Papas mayo, mix de pimentón, betarraga	Repollo morado, Tomate, Zanahoria	Palmitos, espárragos, choclo	Coliflor, tomate, pepino	Lechuga, pepino, coliflor
	Sopa del día	Crema del día	Sopa del día	Crema del día	Sopa del día
PLATO DE FONDO 1 (Guarnición Sugerida)	Tomatichán	Croquetas de atún	Pechuga pollo a la plancha	Carne mechada	Nugget
	Arroz con choclo	Papas rusticas	Arroz pimentón	Puré	Papas duquesas
PLATO DE FONDO 2 (Guarnición Sugerida)	Zapallo italiano relleno de ave	Salsa Alfredo	Lentejas guisadas	Tortilla española	Fritos de coliflor
	-	Tallarines al orégano		-	Arroz con papas y arvejas
HIPOCALÓRICO	Churrasco + ensalada	Croquetas de atún + ensalada del día	Ensalada griega con pollo	Ensalada cesar	Huevo duro ensalada
VEGETARIANO	Omelette de verduras con guarnición del día	Salsa de champiñones con tallarines	Pastel de papas veggie	Croquetas de soja con guarnición del día	Pimentón relleno con arroz
POSTRES	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día
	Mousse de chocolate	Jalea guinda	Semola con leche	Brazo de reina	Leche asada

Menú vegetariano e hipocalórico se debe pedir con anticipación (máximo 10:00 a.m).

SEMANA 34

Minuta mensual de alimentación escolar

En GM Express trabajamos cada día para entregar una alimentación segura, equilibrada y pensada en el bienestar de nuestros estudiantes.



ARME SU MENÚ PERSONALIZADO

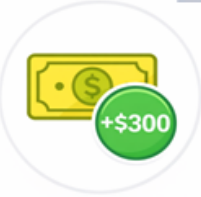
Elija la combinación que más le guste cada día



¿Cómo funciona?

Puede cambiar 1 proteína o 1 acompañamiento por un valor adicional de \$300 por cada modificación (si cambia a ambos, el valor total es \$600)

ALTERNATIVAS DISPONIBLES

PROTEÍNAS		ACOMPANIAMIENTOS
Pechuga de pollo a la plancha Nuggets de pollo al horno Hamburguesa de vacuno Salchicha de pavo cocida Filete de pescado empanizado Huevo (frito, revuelto o cocido) Omelette queso/jamón Salsa boloñesa Hamburguesa de legumbres		Arroz blanco Pasta del día Papas duquesas Papas fritas al horno Cous cous

(No se pueden elegir dos proteínas ni dos acompañamientos)

Disponible según stock, recuerda que debe agendarse con un día de anticipación



MINUTA MENSUAL \$35



	AGOSTO 2026				
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
ENTRADAS (Ensalada o Sopa)	Pimentón rojo, lechuga, champiñón salteado	Palmito, apio, brócoli	Tomate, queso, aceituna, lechuga costina	Papas mayo, cebolla morada, pepino	Lechuga morada, porotos verdes, tomate cherry
	Crema del día	Sopa del día	Crema del día	Sopa del día	Crema del día
PLATO DE FONDO 1 (Guarnición Sugerida)	Albóndigas de vacuno	Porotos con mote	Carne mechada	Chapsui de pollo	Sandwich Barros luco
	Corbatas	-	Puré	Arroz graneado	Papas fritas
PLATO DE FONDO 2 (Guarnición Sugerida)	Pescado frito	Pollo al limón	Chuletas	Salsa puttanesca	Pollo crispy al horno
	Arroz blanco	Verduras salteadas	Puré	Arroz graneado	Papas fritas
HIPOCALÓRICO	Ensalada proteica	Pescado a la plancha con verduras salteadas	Zapallo italiano relleno pollo con ensalada	Ensalada mediterránea	Carne salteada con ensalada
VEGETARIANO	Albóndigas de soja con corbatas	Champiñón relleno con arroz	Zapallo italiano soja con puré	Tomaticán veggie con arroz	Hamburguesa con papas fritas
POSTRES	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día	Fruta del día
	Flan de caramelo	Jalea de naranja	Mousse de frutilla	Panqueques con manjar	Natilla

Menú vegetariano e hipocalórico se debe pedir con anticipación (máximo 10:00 a.m.).

SEMANA 35