

NOTA ABASTOS

DEL N O R E S T E

AÑO XXXV | MAYO 2022 | NÚMERO 182 | www.notaabastos.com.mx



56 Aniversario



DISTRIBUCIÓN GRATUITA A LOS COMERCIANTES DEL NORESTE DE MÉXICO Y E.U.A.

The World Sees You Here...

www.notaabastos.com.mx

promociones.y.ediciones@gmail.com

Tel. 818340-0402 y 818340-0366

NOTA ABASTOS

DEL NOROESTE



**TODOS LOS DÍAS ESTAMOS TRABAJANDO
PARA EL ABASTO DE ALIMENTOS**

EDITORIAL

56 ANIVERSARIO



Es fácil decir 56 aniversario, pero todo lo que conlleva esta celebración para el Mercado de Abastos Estrella y para la gran organización que hay detrás no es nada fácil.

La inauguración del Mercado de Abastos Estrella se llevó a cabo el memorable 21 de Mayo de 1966, teniendo como invitados especiales al Sr. Gobernador del Estado de Nuevo León, Lic. Eduardo Livas Villarreal, quien fuera el encargado de descubrir la placa que conmemora tan grandioso acontecimiento.

El programa que se tenía contemplado para este magno evento era el siguiente:

1. Se rindieron honores a la bandera.
2. Develación de la placa conmemorativa y declaratoria inaugural por el Gobernador del Estado de Nuevo León, el Lic. Eduardo Livas Villarreal.
3. Develación del busto de Don Cesáreo Campos Leal por la Sra. Hilaria Alonso Vda. de Campos.
4. Breve discurso biográfico sobre Don Cesáreo Campos Leal por el Historiador José P. Saldaña.
5. Discurso oficial de inauguración del Mercado de Abastos Estrella por el Dr. Roberto Campos Alonso.
6. Recorrido por las instalaciones.

7. Recepción. Los socios disfrutaron de una estupenda cena, música orquestal y de mariachi, amenizando la velada el dueto de Carmela y Rafael, artistas profesionales de moda, con las melodías románticas de siempre.

De esta manera, terminó la inauguración del Mercado de Abastos Estrella, un día memorable en los anales de la historia de nuestros municipios de Monterrey y San Nicolás de los Garza.

El trabajo de 138 condóminos fundadores del Mercado de Abastos Estrella que hoy son muchos más y encabezados por el Ing. Víctor Javier Cavazos Flores, Dr. Juan Antonio Villarreal Ramos, Sr. Pedro Barbosa Escalante y Sr. Carlos Heriberto Alanís Alanís. y que llevarán a buen puerto esta empresa para el bienestar y beneficio de miles de familias que trabajan en nuestro mercado, así como para otros miles que viven de los productos perecederos que se manejan y dan de comer a las familias del Estado de Nuevo León. Muchas felicidades



Pag Contenido

- 1..... EDITORIAL: 56 ANIVERSARIO
- 3..... DEL HUERTO: LA PIÑA
- 5..... GASOLINA SUBSIDIADA
- 7... GALERIA DE CUMPLEAÑOS Y ANIVERSARIOS
- 12... MISA
- 13... CELEBRACIÓN 56 ANIVERSARIO MAE
- 18... COMITE DE DAMAS MAE

Pag Contenido

- 20... CARTA A UN PADRE AMADO
- 21... CAMPAÑA DE VACUNACIÓN
- 22... HAMBRE CERO
- 24... RECETA: ENSALADA POLLO CON PIÑA (2 PERSONAS)



/Nota-Abastos www.notaabastos.com.mx
35 AÑOS LLEGANDO AL MUNDO ENTERO



Nutrición *en la Salud y el Deporte*

“Una dieta equilibrada es clave para una buena salud y, si además haces deporte, debes adecuar la ingesta de calorías y nutrientes a tu gasto energético, para cubrir todas tus necesidades y mejorar tu rendimiento.”

Consultorio Nutricional

ATENCIÓN PERSONALIZADA

- Plan de Alimentación
- Plan de Alimentación especial en el Embarazo

- Valoración nutricional
- Para todas las edades
- Nutrición Clínica y Deportiva

Consulta Previa Cita **8114704029**



Los Pinos



PRODUCTOS DEL CAMPO LOS PINOS S.A. DE C.V.

BODEGA 213 y 215

MERCADO DE
ABASTOS ESTRELLA

TEL. 818351-9475
813423-7619

SAN NICOLAS DE LOS
GARZA, NUEVO LEON

lospinosrodriguez@hotmail.com



**GRUPO
VERMEX**

GRUPO VERMEX S. A. DE C. V.

www.grupovermex.com
recepcion@grupovermex.net

Mercado de Abastos Estrella, Bodega 266-268
Av. Los Ángeles No. 1000, Col. Garza Cantú
San Nicolás de los Garza, N. L.
Tel. 81 8331-5391, Fax: 81 8331-6037

DEL HUERTO LA PIÑA

Piña o ananás son los nombres comunes de una planta tropical de la familia de las bromeliáceas, nativa de América del Sur, actualmente se cultiva en zonas tropicales alrededor del mundo. En México los principales estados donde se cultiva son Veracruz principalmente, Oaxaca, Tabasco, Quintana Roo y Jalisco, quienes aportan el 92.3% de la producción del país la cual se lleva a acabo durante todo el año, siendo los meses de abril, junio y julio los principales.

La piña es una planta terrestre que suele alcanzar un metro de altura, tiene tallos cortos y pecíolos ensanchados e imbricados entre sí de modo que forman una especie de depósito de agua en la base de la planta. Las hojas son unas vainas o láminas dispuestas en espiral, por lo general en capas. Sus hojas actúan como pendientes de captación del agua que almacena como reserva. Las raíces y vellosidades foliares absorben agua de esta reserva a medida que necesitan. Las flores son hermafroditas, su período de floración suele ser de 5 semanas. La polinización se realiza, en su entorno natural, por colibríes y otras aves.

El principal componente de la piña es el agua, que constituye aproximadamente el 85 % de su peso total. Esta cantidad de agua hace que la piña sea un alimento con un valor energético(calorías) muy bajo, por lo que se recomienda en los planes de alimentación para manejo de obesidad y control de peso. El nutriente principal de la piña son los hidratos de carbono simples, que suponen aproximadamente el 11 % de su peso, mientras que las proteínas y las grasas apenas están presentes en esta fruta, al igual que en el resto.



En cuanto al contenido en vitaminas la más abundante es la vitamina C, responsable de numerosas e importantes funciones en el organismo como su participación en la formación del colágeno (proteína presente en huesos, dientes y cartílagos), de los glóbulos rojos, de los corticoides (hormonas) y de los ácidos biliares. Además, la vitamina C favorece la absorción de hierro por parte de nuestro cuerpo y posee una importante función inmunológica ya que potencia la resistencia del organismo frente a las infecciones. La vitamina C es una sustancia con acción antioxidante, es decir, nos protege frente a los radicales libres, asociados al envejecimiento y a algunas enfermedades. Además de vitamina C, la piña posee en cantidades inferiores, vitamina B1 y B6. En relación con los minerales, potasio, magnesio, cobre y manganeso, son los más abundantes.

Esta fruta aporta 1,2 g de fibra por cada 100 g de porción comestible. Esta cantidad que aporta la piña la hace un alimento idóneo para prevenir y mejorar los síntomas del estreñimiento. Entre los beneficios de la fibra es que disminuye la absorción del colesterol y retarda la de otros nutrientes como la glucosa, por lo que su consumo será beneficioso tanto para personas con niveles elevados

de colesterol en sangre como para quienes tienen diabetes. La fibra también tiene la capacidad de alargar el tiempo de vaciado gástrico por lo que aporta sensación de saciedad, que es un complemento de la alimentación para personas para diabéticos, personas con colesterolemias, así como problemas intestinales.

Además, contiene una enzima denominada bromelina, ésta es una enzima proteolítica, lo que quiere decir que es capaz de romper las proteínas dejando libres las unidades que las forman, los aminoácidos. Por tanto, se puede decir que la piña ayuda al estómago a digerir los alimentos ricos en proteínas como las carnes, el pescado, los lácteos o el huevo, enzima de la que se ha demostrado, tanto en el laboratorio como en estudios en animales y humanos, sus propiedades antiinflamatorias, antitrombóticas, antiedematosas (evitan el edema) y fibrinolíticas (deshacen los coágulos).

El consumo de piña está aconsejado en personas con hipoclorhidria (falta de ácido clorhídrico en el jugo del estómago), cuyos síntomas son la pesadez de estómago y las digestiones lentas. También es recomendable la piña en casos de atonía gástrica, que es cuando el estómago presenta dificultades para vaciarse. En cualquiera de estos casos, la piña va a resultar beneficiosa tanto si se toma antes como después de las comidas, siempre que esté fresca y madura.

EL jugo de piña natural es beneficioso en los casos de bronquitis, ya que ayuda a acelerar el proceso de curación de la enfermedad.

En casos de obesidad la piña rayada durante quince días en el desayuno puede ser un tratamiento nutricional que ayuda a reducir estómago, limpiar intestino y drenar líquido retenido.

Uno de los remedios para control de peso que también regular los niveles de azúcar en sangre en diabéticos suele tener 1 reb de piña acompañado de 1/2pz de nopal, 1pz naranja o 1/2pz toronja, 1pz limón y algunas veces le agregan como jugo verde perejil y pepino.

Como todo lo saludable el consumo de piña también tiene algunas contra indicaciones para su consumo, por lo que, no obstante que ayuda al estómago a hacer la digestión, su consumo no está aconsejado en personas con gastritis o úlcera gastroduodenal, ya que debido a su contenido en ácidos orgánicos de frutas y a su capacidad para favorecer la producción de jugos gástricos, puede agudizar la sintomatología de estas enfermedades.

La piña es una fruta muy sensible a los cambios bruscos de temperatura. Se puede conservar durante unos días en un lugar fresco y seco a partir del punto óptimo de madurez comienza a perder su jugosidad con gran rapidez. En caso de refrigerarla una vez pelada y cortada, la piña se puede conservar con un envoltorio de plástico, aunque se ha de consumir lo antes posible, ya que se deteriora a temperaturas inferiores a los 7° C, por lo que no durará más de dos días.



GASOLINA SUBSIDIADA

Por primera vez en la historia el precio promedio de gasolina en el mercado al menudeo de EEUU supera los \$4.5 dólares por galón, derivado de los altos precios de petróleo y otras presiones de costos en el procesamiento y distribución.

Los futuros para la gasolina en el mercado de mayoreo cotizan cerca de los 4 dólares por galón.

Considerando que México importa cerca de 70% del consumo de gasolinas y de este monto 90% proviene de EEUU las presiones de costos se acentúan.

Actualmente el gobierno federal mantiene un fuerte programa de estímulos para evitar el alza de precios de los combustibles en términos reales. El gobierno ha dejado de cobrar por concepto de IEPS \$5.5 pesos por litro en la gasolina verde, \$4.6 en la roja y \$6 en el diésel para evitar un alza en los precios finales.

Sumado a ello se ofrece un estímulo complementario (deducción de IVA e ISR a las gasolineras para evitar alza de precios a la vista) de \$4.8, \$4.6 y \$5.2 pesos por litro para magnum, premium y diésel respectivamente, aunque la aplicación al precio de venta de este concepto depende de cada gasolinera.



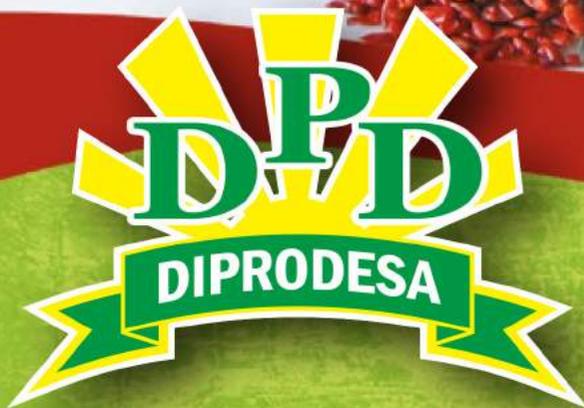
Suscribirse sin Costo a Buena Economía

El precio final del litro de gasolina es la suma del combustible + costos de logística, transporte, margen de ganancias y los impuestos IVA y IEPS. Aproximadamente 40% de del precio final correspondería a impuestos en situaciones normales. En la coyuntura actual los precios al consumidor no reflejan el costo verdadero de los combustibles al existir fuertes subsidios.

Fitch, que acaba de ratificar la calificación crediticia para México en BBB-, sostiene que el efecto en finanzas públicas del alza de precios del petróleo y del subsidio a la gasolina es neutro, mientras el precio del crudo permanezca por debajo de 100 dpb (actualmente \$92.36). Mayores ingresos petroleros compensan la caída de impuestos y los estímulos a las gasolinas.

Las prácticas de subsidios se complican porque generalmente generan ineficiencias o desabasto, especialmente si van acompañadas de intervención gubernamental para limitar la competencia.

www.diprodesa.com



**DISTRIBUIDORA DE PRODUCTOS
DESHIDRATADOS, S.A. DE C.V.**

ESPECIALIDAD EN:

FRUTAS SECAS | FRIJOL | GRANOS | CACAHUATE | ESPECIAS
TAMARINDO | SEMILLAS | CHILE SECO | HOJAS PARA TAMAL | AJO
FRITURAS DE MAÍZ Y TRIGO | PILONCILLO

MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA, SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, N.L.

BODEGAS 274, 276, 278, 280

CONMUTADOR: 818331.4060, 818331.5711,
818331.5771, 818331.7271

BODEGA 112-A TEL. 818351.7084

BODEGA 7-A TELS. 818331.3002, 818331.6079

BODEGA 214 TEL. 818351.6703



**SERVICIO
A DOMICILIO**
8134049263

 **diprodesa**  **diprodesa**

ventas@diprodesa.com

GALERÍA DE CUMPLEAÑOS

Nota-Abastos del Noreste les desea Felicidades a todos los que celebraron su cumpleaños o aniversarios durante los meses de Febrero y Marzo .

Olga Guadalupe Espronceda Flores, Michelle Ajeleth Ramírez Sánchez, Gálvez Gutiérrez Rodolfo de Jesús, Oviedo Plata Rodrigo, Oviedo Plata Enrique Guadalupe, Ayala Treviño Amel, González Valdez Elías Gerardo, Martínez Muñoz J. Cruz, Varela Amaya Jorge G., Trejo Jiménez Juan José, Cavazos Rodríguez Gerardo M. , Lozano Zertuche Jorge, Macías Arriaga Ma. Del Carmen, López Gutiérrez Rubén Gerardo, Rojas Carrillo José Odilón, Castro Ramírez Ricardo Antonio, Villarreal Garza Roberto, Castro Montemayor Aide, Durán Corral Ana Patricia, Alvarado Flores Jesús Rafael, García Rojas Roberto Antonio, Flores Salazar Agustín Gerardo, Solís Saucedo María Hortencia, Chapa Aguirre Jorge Alberto, Mendoza Martínez Dora Margarita, Romero Sánchez J. Guadalupe, Vela E. Mario, Álvarez Espinoza Martín de Jesús, Araujo Cruz Jesús Ángel, Galván Villarreal Mirthala, De la Rosa Montoya Isidro, Oropeza Herrera Adrián, Torres Zapata Francisco, Oviedo Hernández Candy Sarai, Elizondo A. María Cristina, Guzmán de Rivera María Clementina, Vázquez Cervantes Lidia Adriana, Gutiérrez G. Martín, Cano Cavazos Ana Sylvia, Ceballos Torres Jacinto, Leonardo Álvarez y Luz Ma. Alanís de Álvarez - Fidel Gerardo Sáenz Silva - Gabriel Leal - Karina Guerrero de Morales - César Tiscareño Áncer - Jesús Ramos Deándar - Grehtha Hernández Barbosa - Carlo González Pedraza - Óscar Morales Tamez - Francisco Jesús Valdez de la Peña - Elsa y Eliza Morales Guerrero - Gamaliel Rodríguez Rdz. - Max Carbajal - Agustín Flores Salazar - Graciela Alanís Vda. de Lozano - Martín de León Treviño e Irma Esperanza de la Garza de De León - José Lozano - Antonio González Rosas y Verónica Valero de González - Gamaliel Rodríguez Hernández - Don Arturo Leal Villarreal y Doña Orelia Rodríguez de Leal - José Manrique Sáenz - Fabiola Urbina - Edgar De León Treviño - Karen Ramos Guerrero - Sandra Patricia Silva de Sáenz - Andrea de León de la Garza - Fidel Pedraza Áncer y Alicia Obregón de Pedraza - Alejandra Marcela Tiscareño - Manuel Mauricio - José Dolores Pinedo Reyes - Melisa Fernanda Acosta Lara - Gloria Rivera Gutiérrez - Irene Treviño Elizondo - María de la Luz Flores de Cavazos - Ana Daniela y Diego Martínez Medina - Regina Alejandra Acosta Lara - Ulises Lara Esmeralda - Antonio Rodríguez Guajardo - Jesica Delgado y Leobardo Álvarez - Carolina López Pedraza - Jorge Lozano - Trini Ramos de Villarreal - Ilda Castro Ramírez

Envíanos las fotos de tu cumpleaños o aniversario, Nota Abastos uniendo familias desde hace 35 años.

promociones.y.ediciones@gmail.com





www.aguacatesecharte.com

Ventas Echarte

 **8180106973**

 ventas@aguacatesecharte.com



**BODEGAS
2, 36 y 63**

SERVICIO A DOMICILIO



**Mercado de Abastos Estrella, San Nicolás de los Garza, N.L.
Tels. 818351 1662 / 818351 5711**



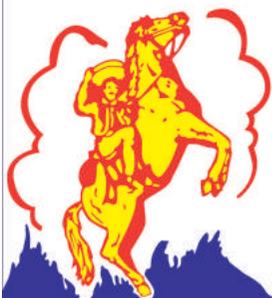
Envíanos las fotos de tu cumpleaños o aniversario, Nota Abastos uniendo familias desde hace 35 años.
promociones.y.ediciones@gmail.com



Envíanos las fotos de tu cumpleaños o aniversario, Nota Abastos uniendo familias desde hace 35 años.
promociones.y.ediciones@gmail.com



CEBOLLA SELECCIONADA




PRODUCTOS EL CAPORAL
S.P.R. de R.S.

MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA
BODEGA No. 19
TELS. 8351-1538, 8351-0561,
8351-9080
productoselcaporal@hotmail.com

MONTERREY, N.L., MEXICO

PRESENTE EN CUALQUIER EPOCA DEL AÑO
Calendarios con el nombre de su negocio y los productos que vende.
¡ADQUIERELO AHORA!
PROMOCIONES Y EDICIONES
818340-0402 y 818340-0366

frucam
Frutas de Calidad Morales, S.A. de C.V.

Bodega 5
Mercado de Abastos Estrella
Av. Los Ángeles 1000, San Nicolás de los Garza, N.L.

frutas_morales@frucam.lat
Tels. 818331 1842
818351 1114, 818351 4531

Misa Conmemorativa

El 22 de Mayo, previo a la fiesta y con motivo del 56 aniversario se celebró la tradicional misa en honor a todos los fundadores de nuestro Mercado de Abastos Estrella y por la directiva encabezada por Víctor Javier Cavazos Flores como Presidente, Juan Antonio Villarreal Ramos como Vicepresidente, Pedro Barbosa Escalante como Secretario y Carlos Heriberto Alanís Alanís como Tesorero.

En nuestra capilla del Buen Pastor, con gran dificultad, pero con gran ánimo ofició la santa misa el Arzobispo José Guadalupe Olivares Gámez, quien pidió por todos los comerciantes del Mercado y en especial por sus directivos, para el buen desarrollo y crecimiento de nuestra asociación.

Al finalizar la misa, el Arzobispo dio la bendición a la Imagen de la madre Santísima de Guadalupe, cuadro que se encuentra ahora en nuestra Capilla del Buen Pastor.



Celebración del 56 Aniversario

Gran celebración por la fundación de nuestro mercado, después de una terrible pandemia que nos aisló y alejó de nuestras reuniones y tradiciones. El día 22 de mayo de 2022 nuevamente reanudamos la tradicional fiesta de aniversario, donde nuestro presidente, Ing. Víctor Javier Cavazos Flores, dio la bienvenida a todos los socios asistentes y sus apreciables familias, recordando a todos los que, debido a la pandemia, ya no están con nosotros, pidiendo a los asistentes guardar un minuto de silencio en recuerdo de los amigos y familiares ausentes.

Ing. Víctor Javier Cavazos Flores, agradeció por su apreciable presencia e invitó a todos a disfrutar de la música y de la comida con motivo del 56 aniversario de nuestro Mercado de Abastos Estrella.











COMITÉ DE DAMAS MAE

El pasado 4 de Mayo se reunieron las Señoras del Comité Social y Asistencial de Damas del Mercado de Abastos Estrella, presidido por la Señora Blanquita Carbajal, para celebrar el 40 aniversario de su fundación, con la presencia de distinguidas socias fundadoras.

Aprovechando la reunión celebraron también el día de las madres con presentes para todas las asistentes y delicioso platillo "Mar y Tierra", ¡muchas felicidades!





CARTA A UN PADRE AMADO

Psi. Brenda B. Ibarra Martínez
psic.brendaibarra@gmail.com

Querido papá:

Hoy que ya soy todo un adulto valoro el esfuerzo que has hecho por mí en todos estos años, conforme fui creciendo tus consejos y sabidurías se fueron planteando en mi mente con una voz diciendo: "tú puedes, porque papá dice que si lo lograremos", esa manera tan única de hacerme responsable de mis propios actos han dado frutos, que la valentía, lealtad y verdad, harían justicia por cualquier situación en donde yo me encontrara.

Muchas veces te juzgue, te reprimí y hasta incluso fui tan duro contigo, que no te di la oportunidad de ponerte atención del porque tu reaccionabas de esa manera, y hoy entiendo tu tarea tan difícil que es ser un padre... Un papá que se levanta todos los días a las cinco de la mañana para ir a trabajar aunque haya dormido tan solo dos horas, por todas las veces que sacrificaste tu comodidad para dárselos a tus hijos, a tu esposa, ese padre que en vez de reprochar mis derrotas siempre buscaba conmigo una solución o simplemente tenía las palabras exactas para hacerme sentir un poco mejor, es tan cierto el dicho: "Nadie nace, ni tiene un instructivo para ser un padre", la escuela de la vida es como te va enseñando y aún con prueba-error tu haz sido el mejor que ha hecho ese papel.

Quiero agradecerte no solo hoy; sino siempre y para toda la vida lo que has hecho por mí, pues desde que te enteraste que ibas a ser papá tuviste el valor de reconocer tu paternidad, por brindarme siempre seguridad, que a pesar de mis errores siempre podía recurrir a tus brazos, sin importar el regaño o el castigo que me esperaba, sabía que tu ibas a estar siempre para mí.



Te pido disculpas por todas las angustias, sustos y miedos que te llegue a dar, por hacerte desvelar hasta altas horas de la madrugada por salir de fiesta, por no valorar el esfuerzo que haces todos los días, el no prestarte atención cuando lo más necesitabas.

Espero y la vida me dé la oportunidad de poder remediarlo y hacerte sentir el mejor Papa y abuelo del mundo.

Te amo, te admiro y te respeto, eres una persona con tantas cualidades, y aunque no te des cuenta, siempre vas dejando una semillita del bien con cada persona que te relacionas, tu respeto, te lo has ganado a pulso, como también, el cariño de todos aquellos que te rodean.

Papá... gracias por existir, si volviera a nacer, te volvería a escoger como mi padre.

CAMPAÑA DE VACUNACIÓN



Grupo Frucat

CULTIVANDO GRANDES EXPERIENCIAS
TELS: 8183-51-2260 / 8183-31-8290



**BODEGA
303**

Nos Especializamos en :
Manejo, zanahoria, verduras, chiles secos y ajos

www.grupofrucat.com.mx

HAMBRE CERO

Participa Presidente de CONACCA en el Lanzamiento de Hambre Cero en Nuevo León. Con autoridades, representantes alimentarios, Centrales de Abasto de la localidad e Instituciones de Asistencia Privada, el presidente de CONACCA, Miguel Fernando Gracián Ramírez, participó en la firma y lanzamiento del Plan Hambre Cero en el Estado de Nuevo León, evento encabezado por el Gobernador Samuel García Sepúlveda.

Acompañado por Ivonne Álvarez, presidenta del Congreso Local y Luis Donaldo Colosio Riojas, Alcalde de Monterrey, Samuel García reconoció que en el arranque de su administración el hambre se triplicó, consecuencia del sexenio pasado, por lo que trabajarán para combatir la carencia alimentaria.

Asimismo, durante el evento trascendió que la estrategia buscará erradicar la pobreza alimentaria, con la meta de llegar a unas 430 mil personas en esa entidad.

En su oportunidad, la Secretaria de Igualdad e Inclusión, Martha Herrera González, dijo que el proyecto contempla tres estrategias; disminuir el desperdicio de alimentos; brindar ayuda y orientación a las familias que padecen pobreza alimentaria, y buscar su autosuficiencia.



"Queremos un Nuevo León sin hambre donde cada nuevoleonés pueda elegir con toda dignidad, en cualquier momento, una cantidad diaria de alimentos pertinentemente, variados, saludables y a precios asequibles", dijo.

Para el programa, Herrera González estimó necesario un presupuesto de mil 280 millones de pesos anuales, que se implementará de manera gradual. Explicó que la meta para los primeros dos años es llegar a 215 mil personas, pasando de una atención a personas con necesidades alimentarias del 13% actual, al 50%

Aseguró que de inicio cuentan con 161 millones de pesos de recursos estatales, 110 millones en especie donados por el Banco de Alimentos y 12 millones de donativos privados.

El titular de CONACCA estuvo acompañado del Secretario Nacional, José Manuel Tapia Muñoz; el Tesorero Nacional, José Arturo Sánchez Rodríguez; el Comisionado Especial contra el Hambre, Patricio Cavazos Villarreal; el Presidente del Mercado de Abastos Estrella, Víctor Javier Cavazos Flores, y el Expresidente de CONACCA, Ramiro Cavazos Flores.



www.abastosestrella.com.mx

DIRECTORIO TELEFÓNICO 2022



ADQUIERE YA
TU ESPACIO

The World Sees
You Here

PROMEGA

PROMOTORA, MEXICANA GAITAN

Mercado de Abastos Estrella, Av. Los Ángeles 1000, Bodega 156

Tel. 81-8331-1041 y 81-8331-0971

promegamty@hotmail.com | www.promega.com.mx

Tel. 818340-0402 y 818340-0366
promociones.y.ediciones@gmail.com
www.abastosestrella.com.mx



RECETA

ENSALADA POLLO CON PIÑA (2 PERSONAS)

Ingredientes

2 reb de piña asadas a la plancha
2pz milanesas de pechuga de pollo asada
3 tz de mezcla de lechugas
1/4pz de cebolla morada fileteada
1/2tz tomate cherry
1/4tz de cilantro finamente picado

Aderezo

4 limones
1/4tz de aceite de oliva
Sal y pimienta al gusto



Procedimiento

En un recipiente se agrega el jugo de los limones, aceite de oliva se mezcla, posteriormente se sazonar con sal y pimienta, batir hasta que este emulsionada la mezcla. En bowl se agrega la mezcla de lechugas, cebolla morada fileteada y el cilantro finamente picado , se agrega parte de el aderezo una vez mezclada se agregan los demás ingredientes y se sirve para disfrutar.

NO CANCELE LAS CITAS MÉDICAS NECESARIAS



La vida tiene que continuar, pese a la propagación de la COVID-19.

Le explicamos cómo protegerse.



REDUZCA RIESGOS

Llame para comprobar si es posible y adecuado realizar la consulta por teléfono u otras tecnologías de telemedicina. Si no es así, programe la cita con antelación.

ANTES DE SALIR



Compruebe siempre la normativa local.



Lleve desinfectante y póngase mascarilla.



Si pertenece a un grupo de alto riesgo, póngase una mascarilla quirúrgica.



MIENTRAS ESPERA SU CITA

Evite aglomeraciones, mantenga la distancia física o pida que le acomoden en otro espacio menos concurrido.

RECUERDE: SIEMPRE ES MÁS SEGURO



**CONOCER LOS RIESGOS.
REDUCIR LOS RIESGOS.**



Organización
Mundial de la Salud



"El Sabor Tropical por Excelencia"

www.frutascavi.com

MONTERREY, N. L.

MATRIZ

Francisco Gz. Bocanegra #1020
Col. del Norte C.P. 64500
Tel: 815000-5353
LADA sin costo 01800-8015353

Bodega 55-57:
818331-5353, 818331-1023

Bodega 71:
818351-7143, 818351-6777

Bodega 346:
818331-3210, 818331-2725
C.P. 66482

TAPACHULA, CHIAPAS

AGRO PACÍFICO S.A. DE C.V.

10° Ave. Nte. #99-B
Col. 5 de Febrero C.P. 30710
Tels: (01 962) 118-1155
(01 962) 626 7472

MÉRIDA, YUCATÁN

Av. Periférico Lic. Manuel Berzunza

Col. Juan Pablo II
Tel: (991) 9481-6203

