

# NOTA ABASTOS

DEL N O R E S T E

AÑO XXXVII | AGOSTO 2024 | NÚMERO 195 | [www.notaabastos.com.mx](http://www.notaabastos.com.mx)

## PARIS 2024



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

**The World Sees You Here...**

[www.notaabastos.com.mx](http://www.notaabastos.com.mx)

[promociones.y.ediciones@gmail.com](mailto: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

37 AÑOS LLEGANDO AL MUNDO ENTERO

JUNIO - JULIO



## Nuestro Hogar y ahora también de ellos

Nuestro planeta es nuestro hogar, el único hogar que tenemos, donde vivimos todos los seres vivos. Hoy retomo un tema crucial que deberíamos considerar cada día de nuestras vidas futuras.

Actualmente, enfrentamos un problema grave que será aún peor para las generaciones venideras. La falta de respeto, la educación colectiva deficiente, el egoísmo, los malos gobiernos y la sobrepoblación están aniquilando al planeta.

Mientras países de la Unión Europea prohíben el uso de plásticos para contener bebidas y alimentos, el resto del mundo sigue consumiendo indiscriminadamente estos productos, que envenenan tanto nuestros cuerpos como el medio ambiente. La basura se arroja a calles, praderas, montes, playas y ríos.

En China, se imponen impuestos y se prohíbe la reproducción indiscriminada, mientras que en otros países se celebra a las madres prolíficas y se festejan los partos múltiples como grandes hazañas. Sin embargo, no se considera si estos nuevos habitantes tendrán acceso a comida, educación y sustento, o si simplemente se convertirán en un problema social futuro. ¿Realmente les estamos dejando un mundo habitable?

La falta de educación en los países pobres es consecuencia de malos gobiernos que subsisten gracias a la ignorancia. Hay quienes no creen en el cambio climático o en la gravedad de problemas como el sargazo. En los países no desarrollados, hay una irresponsabilidad al pensar que la basura arrojada irresponsablemente en cualquier parte del mundo no tendrá repercusiones inmediatas para ellos. La caca que tiras hoy, mañana la estás respirando.

### CONTENIDO

- 1 EDITORIAL: NUESTRO HOGAR Y AHORA TAMBIEN DE ELLOS
- 4 DEL HUERTO: LAS MORAS.
- 7 GALERIA DE CUMPLEAÑOS Y ANIV.
- 10 OLIMPIADAS 2024

- 12 ¡VE COMO VENEZUELA HIERVE!
- 15 REPUNTA INFLACIÓN ACUMULADA 5.6%
- 17 COMITE DAMAS MAE
- 21 RECETA: PALETA DE FRAMBUEZA Y ZARZAMORA





# 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.COM  
RECEPCION@GRUPOVERMEX.NET

MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA, BODEGA 266-268  
AV. LOS ANGELES NO. 1000 COL. GARZA CANTÚ  
SAN NICOLAS DE LOS GARZA N.L.  
TEL. 83 615391 O AL 83 316037



No se toma conciencia mundial de este gran problema hasta que una pandemia avanza, como el ébola, la influenza H1N1, el sida, la malaria, el coronavirus, etc. Es en esos momentos cuando la humanidad se siente vulnerable y se identifica como igual, sin distinción de raza, sexo, origen, ideología política o religión. Es entonces cuando comprendemos que vivimos en la misma casa y que, para sobrevivir, debemos actuar juntos.

Además del trabajo individual que cada uno de nosotros debe hacer para salvar nuestro planeta, es necesario encontrar una solución global para controlar a los líderes irresponsables que ponen en riesgo al mundo, ya sea contaminando indiscriminadamente o lanzando misiles nucleares, así como experimentando irresponsablemente en laboratorios. Algunos prefieren el uso indiscriminado del carbón o el petróleo para producir energía en lugar de utilizar tecnología limpia, hidrógeno o energía solar.

Ninguno de los lectores de esta revista tendrá la posibilidad de ver un nuevo mundo en otro planeta, ya sea porque no hay nada descubierto o porque la distancia es insalvable. Este nuevo lugar no serviría de nada si seguimos siendo los depredadores que somos hasta ahora.

Aún existen bellos lugares en el planeta, principalmente porque están lejos del hombre. Debemos educarnos y tomar conciencia del daño que hacemos al planeta, nuestro único lugar de vida. Si no lo hacemos, pronto pagaremos terribles conse-



cuencias. No se trata solo de tirar basura irresponsablemente, sino también de consumir energías limpias y de tener solo los hijos de los que podemos responsabilizarnos y educar correctamente.

Tenemos mucha tarea por delante. Esperamos que no sea una peste mortal o una catástrofe, o la inteligencia artificial y los androides, los que nos lleven a la conciencia global y nos ubiquen en la realidad. Somos una sola humanidad, sin diferencias, sin fronteras, sin muros, viviendo en un pequeño planeta muy vulnerable y expuesto a muchos riesgos que nosotros mismos hemos creado.

Este artículo busca comunicar de manera más clara y estructurada la preocupación por el medio ambiente y la responsabilidad compartida que tenemos como habitantes de este planeta.







# DEL HUERTO LAS MORAS

Las **moras** son frutos pequeños, jugosos y llenos de beneficios para la salud. Se cree que su origen es diverso y se encuentra en varias partes del mundo. La región de América del Norte, se considera la cuna de las moras silvestres. Estas crecen en todo el continente en diversas especies y variedades. Desde el noroeste del Pacífico hasta los montes Apalaches, las moras crecen en abundancia en la naturaleza, siendo apreciadas tanto por recolectores como por la fauna. Las tribus nativas americanas utilizaban las moras para alimentación, medicina y tintes, y los primeros colonos europeos también reconocieron el valor de esta fruta versátil.

En Europa fue donde se desarrollaron las primeras variedades cultivadas. En el siglo XVI, los jardineros británicos comenzaron a experimentar con híbridos de moras, creando nuevas variedades con frutos más grandes y mejor sabor. Para el siglo XIX, las moras eran un cultivo popular en muchas partes de Europa, especialmente en el Reino Unido.

Aunque no es muy conocido como en las regiones antes mencionadas, en Asia también alberga varias especies de moras. La mora del Himalaya, por ejemplo, se encuentra en toda la región. En china, las moras se han cultivado durante siglos, especialmente en la provincia de Sichuan, donde se utilizan en la medicina tradicional y la cocina.

En Australia alberga varias especies de moras, incluida la conocida como "Loganberry" que es el cruce de mora y una frambuesa. Originaria de California, se introdujo en Australia a fines del siglo XIX



y desde entonces se ha convertido en una fruta que se consume con frecuencia.

En Sudamérica, crecen de forma silvestre principalmente en la región andina donde crecen en las montañas. Hoy en día, las moras se cultivan y comercializan en todo el mundo, con importantes productores que incluyen Estados Unidos, México, España, Polonia y Perú.

## Origen y Cultivo en México

En México, la producción de moras se concentra principalmente en regiones específicas del país:

1. **Baja California:** En Baja California se cultiva una gran cantidad de moras, especialmente en el Valle de San Quintín. Esta región cuenta con condiciones climáticas favorables para el cultivo de moras, como temperaturas moderadas y suelos adecuados.
2. **Michoacán:** Otra región importante para el cultivo de moras en México es Michoacán. En esta zona, se producen moras de alta calidad gracias a la altitud de sus terrenos y al clima favorable que favorece su desarrollo.
3. **Jalisco:** Jalisco es otro estado destacado en la producción de moras en México. En esta región,



se emplean técnicas de cultivo modernas que permiten obtener moras de excelente calidad y sabor.

Hay diferentes tipos de moras entre las que encontramos las:

**Morus alba** (Morera Blanca):

**Nombre Científico:** Morus alba.

**Descripción:** Estos árboles pueden alcanzar hasta 15 metros de altura. Tienen ramas jóvenes de color grisáceo y hojas ovadas o lobuladas, de un verde claro. Las moras blancas crecen en sorosis (agrupaciones de frutos) que pueden ser blancas, blanco-moradas o moradas.

**Distribución:** Son oriundos de las zonas templadas de Asia central y del Este (China, Manchuria y Corea) y se cultivan en Asia, Europa y América. Además de su fruto comestible, se utilizan como árboles ornamentales.



**Morus nigra** (Morera Negra):

**Nombre Científico:** Morus nigra.

**Descripción:** Estos árboles también pueden alcanzar alturas considerables. Sus hojas son grandes, de un verde intenso y caducas. La corteza del tronco es gruesa y rugosa, de tono grisáceo. El Morus nigra produce frutos oscuros y sabrosos.

**Origen y Distribución:** Es originario de las regiones templadas de Asia, especialmente del oeste de China. A lo largo de la historia, se ha extendido a Europa, África y América, adaptándose a diferentes climas y suelos.

**Rubus spp.** (Zarzamoras):

**Nombre Científico:** Rubus spp.

**Descripción:** Las zarzamoras no provienen de árboles, sino de plantas sarmentosas y espinosas. Son arbustos que crecen en forma de zarzas y producen frutos compuestos por pequeñas drupas. Aunque no son moras en el sentido botánico, se les llama así comúnmente.

**Rubus idaeus L** (Frambuesa)

**Nombre Científico:** Rubus idaeus L.

**Descripción:** La frambuesa roja es un arbusto de hoja caduca que produce frutos dulces y comestibles. Sus tallos son generalmente erectos o se extienden, formando espesos matorrales con espinas, las hojas son grandes y pinnadas, compuestas por cinco o siete folíolos. Las flores, que aparecen en primavera, son pequeñas, con cinco pétalos blancos. El fruto es rojo, dulce pero ligeramente ácido, y se produce en verano o principios de otoño. Botánicamente, no es una baya, sino un fruto agregado compuesto por numerosas drupelas alrededor de un núcleo central.



Las moras son frutos pequeños, jugosos y llenos de beneficios para la salud.

Pertenecen al género *Rubus* y forman parte de la familia *Rosaceae*, la misma familia que las rosas y las manzanas. Algunas de las variedades más comunes son:

1. **Zarzamora** (*Rubus fruticosus*): Esta variedad es dulce y ligeramente ácida.

Sus frutos suelen ser de color negro o violeta oscuro cuando están maduros.

2. **Mora roja** (*Rubus idaeus*): También conocida como frambuesa, tiene un sabor más suave y dulce. Se utiliza en postres y jaleas.

3. **Mora blanca** (*Morus alba*): Menos común, pero conocida por su sabor dulce y textura ligeramente crujiente. Es popular en la medicina tradicional china.

Dentro sus propiedades Nutricionales, las moras son una excelente fuente de vitaminas, minerales y antioxidantes. Algunos aspectos destacados de su valor nutricional incluyen:

- **Vitamina C:** Contienen una cantidad considerable de vitamina C (35 mg por 100 g), que fortalece el sistema inmunológico y favorece la salud de la piel.

- **Fibra:** Son ricas en fibra, beneficiando la salud digestiva.

- **Antioxidantes:** Contienen antocianinas y otros compuestos antioxidantes que combaten los radicales libres en el organismo.

En cuanto a los beneficios para la salud se encuentran:



- **Salud Cardiovascular:** Las moras ayudan a mantener la salud del corazón debido a su contenido de antioxidantes y fibra.

- **Control de Peso:** Son bajas en calorías y azúcares, lo que las convierte en una opción ideal para quienes buscan perder peso.

- **Salud Ósea y Dental:** Contribuyen a la nutrición de huesos, dientes y la generación de colágeno.

- **Absorción de Hierro:** La vitamina C presente en las moras mejora la absorción de hierro.

### Usos en Gastronomía

Las moras se utilizan en:

- **Postres:** Agregan sabor y color a tartas, pasteles y helados.

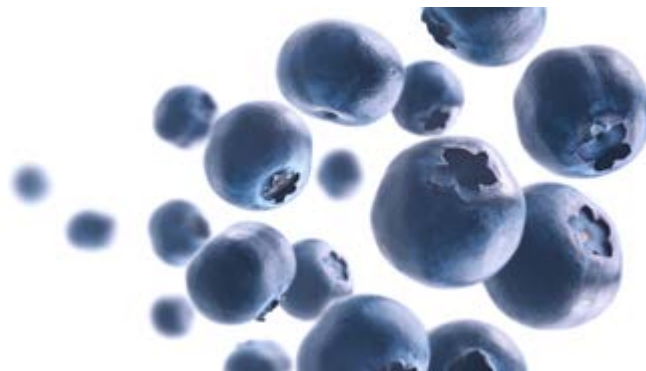
- **Mermeladas y Jaleas:** La mora roja es especialmente popular para hacer mermeladas.

- **Batidos y Smoothies:** Aportan un toque saludable y delicioso.

### Temporada de Cosecha

La temporada de cosecha de las moras en México suele ser de mayo a septiembre, dependiendo de la región y las condiciones climáticas.

En resumen, las moras son pequeñas joyas nutricionales que puedes disfrutar de diversas formas. ¡Inclúyelas en tu dieta consciente y saludable!





## GALERÍA DE CUMPLEAÑOS

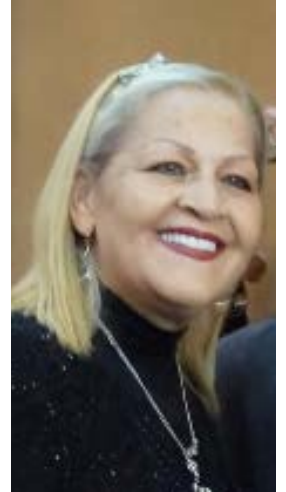
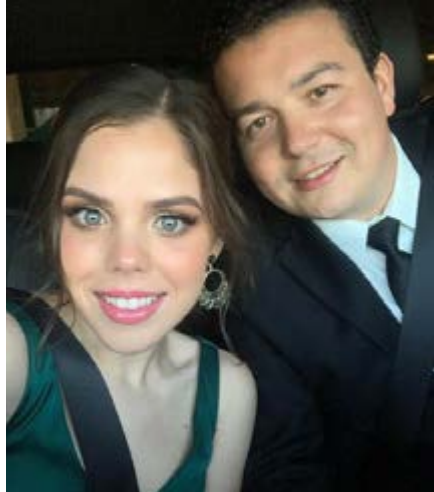
**Nota-Abastos del Noreste les desea Felicidades a todos los que celebraron su cumpleaños o aniversarios durante los meses de Junio y Julio.**

Andrea Elizabeth Flores - Lic. Iris Villarreal Quezada - Lic. Fidel Cantú Martínez - David Eduardo Flores Salazar - Julio Acosta - Alicia Manrique Sáenz - Sra. María Isabel Rodríguez - Juan Pablo Flores Aguilar - Julio Acosta y Eva Lara - Leonardo Álvarez Alanís y Cynthia Cisneros de Álvarez - Sra. Patricia Elizondo de Pedraza - Sr. Vicente Álvarez Piñones y Sra. Teresa Vega de Álvarez - Sr. José Javier González V. - Mariel García Chavarría - Aleida López - Sr. Juan Hernández González y Sra. Aurora Boja de Hdz. - Sra. Diana Rodríguez de De León - Andrés Martínez Medina - Sr. Sergio Cavazos Rdz. - Aldo Flores G. - Andrea Carolina Villarreal Galaviz - Sr. Eulalio Blanco Valdez - C. P. Raúl Garza Alanís y Sra. Fanny Villanueva de G. - Raúl Garza Villanueva - Víctor M. Ramírez González - Daniela Ramírez Salinas - Isabel Guerrero - Sra. Alicia Esthela Sáenz de Manrique - Sra. Tania Garza de Guerrero - Ing. Martín Gerardo Reyna - Isabella Escudero Pedraza - Lourdes Monserrat Tiscareño Áncer - Valeria Nicol Ochoa - Max Carbajal Pedraza - Lic. Daniel Martínez y Sra. Ángeles Medina de Mtz. - Don José Guadalupe Guerrero Salazar - Víctor M. Ramírez de Santiago - Alejandro Guerra Guerrero - Sr. Jorge Luis Pedraza Elizondo y la Sra. Leticia Flores de Pedraza - Sra. Rosa Elia Esmeralda de Lara - Sra. Leticia Guerrero de Ramos - Christian Guerrero Arrambide - César Alejandro Díaz Hernández - Catalina Rodríguez Villa - Sra. Evelia Treviño de Ayala - Sra. Blanca Silvia Alanís García - Sra. Karla Pedraza de González - Daniela Sofía Gámez Villarreal - Natalia Guerra Guerrero - Paty Elizondo de Pedraza y Fidel Pedraza Obregón.



**Envíanos las fotos de tu cumpleaños, aniversario o evento**  
**Nota Abastos uniendo familias desde hace 37 años.**  
**[promociones.y.ediciones@gmail.com](mailto:promociones.y.ediciones@gmail.com)**











## PARIS 2024



La inauguración de los Juegos Olímpicos de París 2024, que tuvo lugar el 26 de julio, fue una celebración innovadora y sin precedentes. Por primera vez, la ceremonia se realizó fuera de un estadio, en el icónico río Sena, Trocadero, la Torre Eiffel, el Palacio de los Inválidos y el Museo del Louvre. El desfile de atletas se llevó a cabo en barcos que recorrieron un tramo de 6 kilómetros, permitiendo a los 10,500 deportistas participar en el tradicional paseo en barco por el río Sena.

Los organizadores de París 2024 habían planificado una grandiosa ceremonia de apertura para el 26 de julio, anticipando 600,000 espectadores, en su mayoría sin tener que pagar nada desde la orilla del río. Sin embargo, el dispositivo de seguridad y otros problemas logísticos –como las quejas de los icónicos puestos de venta de libros adyacentes al Sena– han provocado que el gobierno fuera dando marcha atrás con sus ambiciones.

El mes pasado, la cifra de espectadores se redujo a 300,000. El ministro del Interior, Gérald Darmanin, dijo que 104,000 de ellos deberán adquirir boletos para mirar desde la parte baja de la ribera. Otros 222,000 podrán ver gratuitamente la ceremonia desde una ubicación más alta. La realidad fue otra, pues testimonios de asistentes hablan de precios de entre 900 euros (18,300 pesos) en la mayor parte de lugares por el río Sena y de 2,700 euros (54,800 pesos) en la zona principal de Trocadero y la Torre Eiffel, donde fueron los principales eventos. Sin embargo, hasta estos principales lugares no vieron en vivo toda la ceremonia y, al igual que la mayoría de







asistentes, parte de la inauguración la tuvieron que ver por pantallas gigantes.

Lady Gaga impresionó cantando en francés en la inauguración de los Juegos Olímpicos de 2024, pero quienes pagaron 2,700 euros la vieron cantar "Mon Truc en Plumes" al igual que la vimos millones de telespectadores, detrás de una pantalla y con el gran beneficio de que no nos mojamos, pues la inauguración de París 2024 estuvo pasada por agua, sin que por esto desmereciera en absoluto.

Celine Dion hizo un regreso triunfal el viernes durante la ceremonia de apertura de los Juegos Olímpicos de París, cantando "Hymne à l'amour" desde la Torre Eiffel. Su aparición marcó el final del espectáculo de cuatro horas y su primera actuación pública desde su diagnóstico de síndrome de la persona rígida. Para la actuación del viernes, el atuendo de perlas de Dion fue diseñado por Dior. En declaraciones a la televisión francesa, la directora de diseño y vestuario para ceremonias del comité organizador de París, Daphné Bürki, recordó el entusiasmo de Dion por la oportunidad.

Uno de los momentos más espectaculares en la ceremonia de inauguración de los Juegos Olímpicos de París 2024 fue el encendido del pebetero. La llama prendió la base de un globo



aerostático que se elevó por el cielo de la 'Ciudad del Amor'... Pero ¿qué pasaría si les decimos que no hubo fuego real?

Así es, los parisinos se las ingenieron para 'engañar' a todo el mundo. Todo se trató de luces led y agua evaporada para simular el fuego y las llamas. Es más, la verdadera flama olímpica está guardada en una pequeña urna.

Eso sí, no podemos negar que durante la ceremonia nos emocionó su creatividad y seguramente más de uno se convenció de que era fuego real. La verdad, yo esperaba el pebetero en lo alto de la Torre Eiffel o que dicho globo llevaría hasta arriba la flama olímpica.

Así como lo anterior, hubo algunos detalles que no fueron del agrado general por incluir temas que sí existen y no podemos negar, pero no son lo predominante de Francia y mucho menos del deporte, los atletas y la sana competencia. 'Citius, altius, fortius' proviene del latín y significa "Más rápido, más alto, más fuerte, juntos". Algunos detalles presentados se metieron por la amplia rendija de la discriminación y la inclusión, algo lejos del significado principal "Ser mejor que el rival en todos los sentidos".

La ceremonia incluyó espectáculos artísticos y un desfile que culminó en Trocadero, todo bajo la idea de unos Juegos creados por y para los atletas, con el slogan "Abramos a lo grande los Juegos".



## ¡Ve como Venezuela hierve!

"Si agarras un sapo, lo pones en una olla con agua y llevas al fuego, observarás algo interesante: el sapo se adapta a la temperatura del agua, permanece dentro y continúa adaptándose al aumento de temperatura.

Pero cuando el agua llega al punto de ebullición, al sapo que le gustaría saltar de la olla, no puede. Porque está demasiado débil y cansado debido a los esfuerzos que ha realizado para adaptarse a la temperatura.

Algunos dirían que lo que mató al sapo fue el agua hirviendo... en realidad lo que mató al sapo fue su incapacidad para decidir CUÁNDO saltar.



Así que deja de "adaptarte" a situaciones equivocadas, relaciones abusivas, amigos parásitos y muchas otras cosas que te "calientan". Si continúas adaptándote, corres el riesgo de "morir" por dentro.

¡Salta apenas puedas!

Peter Senge



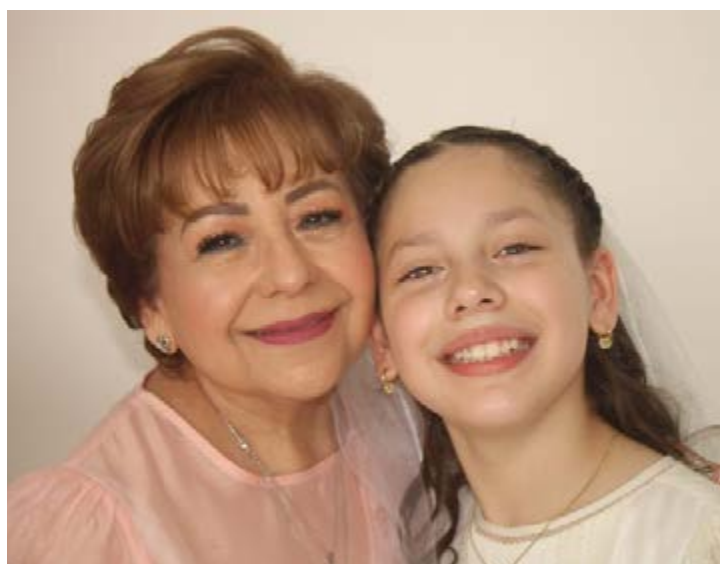




# PRIMERA COMUNIÓN

El pasado 13 de Julio las niñas Elsa y Eliza Morales Guerrero efectuaron su primer comunión del pan cuerpo de nuestro señor Jesucristo, en la Iglesia del Espíritu Santo, para posteriormente tener una celebración rodeada de sus familiares y amigos en la Quinta Esmeralda.

Muchas felicidades.





**¡ANUNCIATE  
YA MISMO!  
A UN PRECIO ECONÓMICO  
818340-0402 Y 818340-0366**

**CEBOLLA SELECCIONADA**



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

MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA  
**BODEGA No. 19**  
TELS. 818351-1538, 818351-0561,  
818351-9080  
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.  
**¡ A D Q U I E R E L O  
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. 81 8331 1842  
81 8351 1114, 8351 4531





## Repunta inflación acumulada 5.6%

### Margen de Banxico

Los precios productor repuntan 1.4% mensual durante junio, mientras que en las manufacturas el rebote es de 1.8%. Estos incrementos mensuales son los más pronunciados desde marzo de 2022 en el contexto de la guerra en Ucrania.

A nivel industria, los mayores aumentos se observan en: cómputo (4.3%), maquinaria y equipo (3.9%), transporte (3%), metales (2.6%) y aparatos electrónicos (2%).

Además destacan los aumentos en junio de algunos commodities como el petróleo (5.8%) y gas natural (37.1%).

A tasa anual el avance general de los precios productor es de 5.1%, mientras que los precios en manufacturas es de 3.9%. A nivel comparativo estas lecturas no las teníamos desde finales de 2022.

El repunte en los precios productor está influenciado por el repunte de 8.5% del tipo de cambio en junio. Los precios de la industria son muy sensibles a la volatilidad cambiaria por utilizar insumos que cotizan en dólares.

Los precios productor y en especial manufacturas, suelen anticipar la dinámica de la inflación al consumidor (exceptuando servicios), por lo que es posible cierta resistencia a



la baja de la tasa de inflación en los siguientes meses, sobre todo si el tipo de cambio permanece arriba o cerca de las 18 unidades.

Por lo pronto el mercado vuelve a dudar de si Banco de México recortará la tasa en agosto, y espera menos bajas en todo el 2024. Las decisiones de la FED y el tipo de cambio influirán en la postura de Banxico.

Si bien el diferencial de tasas entre rendimientos en pesos y dólares es elevado, las referencias históricas muestran que es peligroso desvincular las decisiones de política monetaria interna de las de la Reserva Federal.

### Acelera Inflación

Con información del INEGI, la inflación repuntó 0.71% en la primera quincena de julio, lo que elevó la inflación anual a 5.6%.

El dato está muy sesgado por el rebote de 6.1% de frutas y verduras, para un avance extremo de 25.7% en los últimos doce meses.





El avance de frutas y verduras es el más fuerte desde agosto de 2017 y muy por encima de la inflación promedio anual de 6.9% de este rubro desde el 2006 hasta la fecha.

En forma quincenal destaca el aumento de precio del aguacate (+10%), naranja (7.1%), plátano (4.6%), cebolla (16%), jitomate (28%), papa (4.1%), zanahoria (12%). Presentaron bajas el limón (-2.0%), melón (-5.3%), uva (-11%), chile (-9%), tomate verde (-5.3%). En general, de 35 frutas y verduras registradas, 23 presentaron aumentos de precios en la primera quincena de julio y el resto bajas.

Los servicios también muestran fuertes presiones, al reportar una inflación anual de 5.2%

y de 5.9% si se excluye educación y vivienda. Entre los servicios con mayor aumento de precios en doce meses están seguros (+16%), hoteles (+7.4%), envío de alimentos (7%), salones de belleza y peluquerías (9.5%), restaurantes (6.3%) y guarderías (6.2%).

Como vemos, aún resta un camino largo para la convergencia de la inflación al rango objetivo de Banxico de 3 +/-1%. Si bien persiste incertidumbre en la evolución de los precios de frutas y verduras dada su volatilidad, la persistencia de la inflación en servicios y el impacto potencial del alza del dólar en precios de mercancías le pone piso a la inflación.

**Bodega-118-A**

**Sanchez Valdez**  
PRODUCE

*Calabacita Fresca*

81-8331-2808  
81-2352-9783

arturo\_katya@hotmail.com





# CANACCA informa

Con las Designaciones en SADER y Economía, Confederación Nacional de Agrupaciones de Comerciantes de Centros de Abasto, A.C. más Fuerte en la Escena Nacional.

En diferentes medios de comunicación, la noticia de ayer fue la designación de una parte importante del Gabinete de la Presidenta Electa, Claudia Sheinbaum Pardo, entre los cuales se encuentran dos de gran interés para el sector Abasto Agroalimentario; Julio Berdegué Sacristán como Secretario de Agricultura y Desarrollo Rural, y Marcelo Ebrard Casaubón como Secretario de Economía.

En el primer caso, con la llegada de Julio Berdegué a SADER se abre el abanico de oportunidades para CONACCA y las Centrales de Abasto, que son de gran preocupación para el Exdirector de FAO en Latinoamérica. Así lo dejó de manifiesto en la reciente reunión que por tres horas sostuvo en las oficinas de CONACCA con el Presidente Arturo Fernández, quien le presentó un balance del sector, necesidades, preocupaciones y propuestas para el trabajo conjunto.

Respecto a la llegada de Marcelo Ebrard a Economía, hay que recordar que Arturo Fernández y su Comité Ejecutivo ya tienen avances en una agenda de temas planteados y valorados por la aún Secretaria



Raquel Buenrostro Sánchez. Por ello, es previsible que la dirigencia de CONACCA busque el encuentro, retomar las reuniones y enriquecer la agenda con Ebrard Casaubón.

En resumen, al terminar la actual e iniciarse la nueva Administración Federal, CONACCA está otra vez en la escena nacional, más fuerte y con muy buenos resultados en su convenio con el SENASICA (SADER) y la atención por parte de Economía.

Y como las oportunidades sólo se presentan una vez, la dirigencia de CONACCA tiene claro que es la hora de refrendar y asumir nuevos compromisos con el país, aspirar a ser partícipes de grandes perspectivas de crecimiento institucional y, sobre todo, a la modernización para las Centrales de Abasto con nuevos esquemas de apoyo a la población y ocupar un papel protagónico en la largamente acariciada Autosuficiencia, Seguridad y Soberanía Alimentaria de México.

Esto es tan solo el inicio de lo que vendrá en compromisos, trabajo y beneficios para todos en el Sector, en la Cadena de Suministro y en el consumidor final de todo el país.

**ESTE VERANO  
ADQUIERE YA  
TU ANUNCIO**

**The World  
Sees You Here**

Tel. 818340-0402 y 818340-0366  
schaper\_y@yahoo.com.mx  
www.abastosestrella.com.mx



**AHORA CON  
MEJORES PRECIOS**



**Grupo Frucat**

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



**BODEGA  
303**

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

**recepcion@grupofrucat.com.mx**





# COMITE DE DAMAS MAE

El pasado miércoles 24 de Julio 2024, el Comité de Damas del Mercado de Abastos Estrella, encabezado por su presidenta la Sra. Blanca Carbajal de Reyna realizaron su junta de trabajo correspondiente al mes.

Después de la tradicional oración procedieron a los trabajos programados, así como la degustación de los platillos para el evento.

Todo este esfuerzo es con la finalidad de recaudar fondos para la entrega de útiles escolares para los trabajadores del Mercado de Abastos Estrella.







**BANANAS**  
**EL SOLITARIO**  
ESPECIALIDAD EN PLATANO COCO Y CHILE HABANERO

**platanoselolitario@hotmail.com TEL: 8117623349 y 81127429165**  
**MERCADO DE ABASTOS ESTRELLA BODEGA 125 SAN NICOLAS DE LOS GARZA. N.L.**



**VISITA NUESTRO  
NUEVO PORTAL  
EN LA WEB**

**Más simple  
MAS COMPLETO**

**www.abastosestrella.com.mx**



# RECETA

## PALETA DE FRAMBUESA Y ZARZAMORA

### Ingredientes

- 1 litro de Yogur Natural
- 1 cda. de extracto de vainilla.
- ½ taza de azúcar o c/n de endulzante sin calorías.
- 1 taza de granola.
- ½ taza de almendras fileteadas.
- ½ taza de zarzamoras.
- ½ taza de frambuesas
- 2 cdas de mie

### Procedimiento

1. Mezclamos la granola con las almendras fileteadas.
2. Licuamos el yogur con la vainilla y el azúcar. Vertemos la mezcla en un pote para congelar y llevamos al refrigerador a congelar.
3. Raspamos con un tenedor el yogur congelado y añadimos la mezcla de granola, con miel, zarzamora y frambuesas machacadas.
4. Una vez integrados los ingredientes, agregamos la mezcla en moldes de paleta y las llevamos al refrigerador por dos horas más y a disfrutar de un rico postre para estos climas cálidos.





## **Naranja - Toronja - Mandarina**

**Empacadora  
Carretera Gral. Terán km 5.5  
Montemorelos, N.L.  
8262632090**

**Mercado de Abastos Estrella  
Bodega 190 A- 192  
818351-7875, 811-667-1414**

**[grupocitricolamac@gmail.com](mailto:grupocitricolamac@gmail.com)**