

Profeco llama a hacer un consumo responsable de alimentos en el Mundial

Posted on 5 de julio de 2026 by Diario Humano



Un taco placero, fruta de temporada y agua fresca son opciones saludables y accesibles

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. – Aunque pedir comida a domicilio por medio de aplicaciones o plataformas digitales es sencillo, también puede resultar más costoso debido a las tarifas elevadas y los tiempos de entrega más largos debido a la alta demanda que se genera previo y durante cada encuentro deportivo de la Copa Mundial de fútbol.

Comprometida con promover un consumo responsable entre las y los aficionados, la Procuraduría propone preparar un tradicional taco placero en casa, por lo que realizó un monitoreo especial a través del Quién es Quién en los Precios del 23 al 26 de junio, el cual detectó que por un promedio de \$249.62 pesos es posible comprar un kilo de chicharrón seco y por \$34.40 pesos, dos kilos de tortillas.

Una vez definida la base del taco, se puede integrar el queso doble crema disponible en puntos de venta desde \$128.00 pesos el kilo, queso de puerco en \$124.00 pesos el kilo aproximadamente y aguacate por un mínimo de \$54.90 pesos. Si bien dichas cantidades fueron calculadas para 12 personas, pueden modificarse de acuerdo a las necesidades de cada familia.

También se puede adquirir un kilo de jitomate saladette, el cual tuvo un precio promedio de \$26.34 pesos,



250 gramos de cebolla blanca sin rabo por un mínimo de \$3.25 pesos, 100 gramos de chile serrano desde \$3.95 pesos y un manojo de cilantro de \$9.00 pesos. Mezclar estos ingredientes da como resultado un pico de gallo saludable y accesible por menos de \$43.00 pesos. Como complemento, la Profeco sugiere agregar nopales preparados por \$20.00 pesos en menor cantidad. Y para dar el toque final característico del taco placero, comprar un manojo de pápalo por \$10.00 pesos.

Si la idea es compartir refrigerios, la fruta fresca y de temporada es una opción saludable. Tanto el melón, la sandía y piña, como la jícama, zanahoria y pepino no requieren una preparación compleja más que agregar chile en polvo con limón o salsa picante tipo botanera. Como bebida, la institución plantea optar por agua de limón, jamaica o tamarindo hecha en casa.

La Procuraduría recomienda tomar en cuenta los gustos de las y los integrantes de la familia o amistades; comparar precios antes de comprar en <https://qpp.profeco.gob.mx/>, establecer un presupuesto y apegarse a él para hacer un consumo responsable durante la justa mundialista.