# Quién es Quién en los precios del plátano y la manzana, frutas de la canasta básica Pacic

Posted on 22 de julio de 2026 by Diario Humano



## El levantamiento de precios se llevó a cabo del 13 al 17 de julio de 2026

***Diario Humano | Ciudad de México. –*** Con el objetivo de enriquecer la información brindada cada lunes durante la conferencia Mañanera del Pueblo, encabezada por la Presidenta de México, Claudia Sheinbaum Pardo, la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) comparte el monitoreo realizado, del 13 al 17 de julio, al plátano y la manzana, dos productos básicos de la canasta del Paquete Contra la Inflación y la Carestía (Pacic).

El plátano Tabasco es uno de los alimentos más accesibles en el mercado y rico en carbohidratos, potasio, magnesio, fibra y vitamina B6.

Su consumo ofrece importantes beneficios para la salud, ya que proporciona energía inmediata, favorece la recuperación muscular, ayuda a controlar la presión arterial y estimula la producción de serotonina que impacta positivamente en el estado de ánimo. Chiapas, Tabasco y Veracruz lideran la producción nacional que, tan solo en 2022, alcanzó más de 2 millones de toneladas.

A través del Quién es Quién en los precios, la Procuraduría localizó el kilo más justo de $13.00 pesos en la Central de Abasto de la Ciudad de México y en Bodega Aurrera sucursal La Presa en Tlalnepantla, Estado de México. Contrario a esto, el costo más alto del país de $38.90 pesos lo tuvo Fresko La Comer en Guadalajara, Jalisco. El monitoreo semanal registró que el promedio de esta fruta es de $20.91 pesos el kilo.

Por su parte, la manzana es una fruta baja en calorías, rica en agua, fibra, potasio y vitaminas B, C y E. Destaca por su impacto positivo en la digestión y la salud cardiovascular. También aporta antioxidantes, antocianinas y flavonoides, que protegen las células contra el estrés oxidativo. En México, Chihuahua encabeza la producción nacional con más del 85% del total, derivado de las óptimas condiciones climáticas del estado.

En su variedad Red Delicious, el kilo de menor precio lo vendió Fresko La Comer en Monterrey, Nuevo León, en $29.90 pesos. Seguido por el establecimiento H-E-B en San Luis Potosí, donde se comercializó en $30.75 pesos. En tanto, el más elevado de $54.95 pesos se registró en H-E-B ubicado en Saltillo, Coahuila. El promedio con cobertura nacional fue de $38.97 pesos el kilo.

Respecto a la manzana Golden Delicious, el monitoreo de la Profeco encontró el precio más bajo en Soriana de Tijuana, Baja California, supermercado que ofreció el kilo de esta fruta en $46.80 pesos. En cambio, el más caro de $61.50 pesos se ubicó en los establecimientos de la misma cadena comercial, Soriana Híper, en Ciudad Juárez, Chihuahua; Culiacán, Sinaloa; y Hermosillo, Sonora.

Cabe destacar que la información presentada puede variar a la fecha de publicación, por lo que la institución enfatiza la importancia de comparar entre diversos establecimientos mediante la herramienta Quién es Quién en los precios a fin de tomar una decisión de consumo responsable con el bolsillo familiar.