

**PRECIOS AL CONSUMIDOR DE ALGUNOS PRODUCTOS LIGHT E INTEGRALES,
OBTENIDOS EN DIVERSOS SUPERMERCADOS DE LOS DISTRITOS DE JUAN DÍAZ Y
TOCUMEN, EL 17 DE FEBRERO DE 2009**

I ANTECEDENTES ¹

Actualmente existe una gran confusión respecto a muchos productos alimenticios. La publicidad nos bombardea constantemente con adjetivos como light, dietético, orgánico... que parecen prometer sobre todo que vamos a comer muy sano sin engordar. Y en la mayoría de los casos nada tiene que ver una cosa con la otra.

Se debe tener claro que una alimentación debe ser rica y variada y que los productos que forman parte de la vida diaria de cualquier persona te bastan para conseguirlo. Después están tus gustos, preferencias o convicciones en las que pueden encajar este tipo de productos. Algunos son alimentos cultivados de una forma más natural, hechos con ingredientes más sanos bajos en calorías o sin azúcar.

En todas las grandes superficies hay una sección dietética. En ella encontrarás alimentos integrales, biológicos, hechos con productos naturales, sin azúcar, sin gluten, bajo en calorías, edulcorantes sustitutivos para el control del peso.

La mayoría de las personas acude a la sección dietética de los supermercados pensando que todo lo que hay allí sirve para adelgazar y no es así. Dietético significa equilibrados, y aunque esta sección incluye productos bajos en calorías la mayoría son alimentos elaborados de forma más natural.

II. OBJETIVO

La presente recopilación de precios de venta al público tiene como objetivo informar al consumidor sobre las marcas y los precios existentes en el mercado local. Por tal motivo la Autoridad de Protección al Consumidor y Defensa de la Competencia recopiló el día 17 de febrero de 2009, precios de venta de algunos productos light e integrales en los Distritos de Juan Díaz y Tocumen.

III. METODOLOGÍA

Se ha utilizado la técnica de muestreo no probabilístico de juicios, en la cual con base en la experiencia de visitar los locales (o cadenas) comerciales, al igual que el conocimiento de las marcas, se ha hecho una elección empírica.

Las variables consideradas fueron:

- ◆ Producto
- ◆ Tamaño
- ◆ Sector (Juan Díaz y Tocumen)
- ◆ Supermercados (7)
- ◆ Precios de venta a la vista del consumidor.

| Supermercados Visitados | |
|--------------------------------|------------------------------|
| Juan Díaz | Tocumen |
| Xtra Ciudad Radial | Xtra 24 de Diciembre |
| Xtra Los Pueblos | El Machetazo Puntal del Este |
| Super 99 Entrada de Pedregal | |
| Super 99 Los Pueblos | |
| Super 99 Plaza Tocumen | |

¹ www.productosdieteticos.com

IV. ANÁLISIS DE PRECIOS

A continuación se presentan los precios más bajos y más altos de algunos productos light e integrales, con la finalidad de orientar al consumidor en la selección del lugar donde puede efectuar sus compras con el mayor provecho posible.

| Corte | Presentación | Cuadro Analítico | | | |
|--|--------------|--------------------------------------|---------------------|--|---------------------|
| | | Supermercado | Precio más Bajo B/. | Supermercado | Precio más Alto B/. |
| Juan Díaz | | | | | |
| Jugo Del Prado Light Ponche de Frutas – Envase Tetrapack | 1 Litro | Xtra Ciudad Radial | 0.94 | Super 99 Entrada de Pedregal, Super 99 Los Pueblos | 1.05 |
| Soda Light Coca Cola - Lata | 12 oz. | Xtra Ciudad Radial | 0.54 | Super 99 Entrada de Pedregal, Super 99 Los Pueblos, Super 99 Plaza Tocumen | 0.60 |
| Soya Pac- Bebida de Soya en Polvo | 200 g. | Super 99 Plaza Tocumen | 2.35 | Xtra Ciudad Radial | 2.60 |
| Bio Land Galleta de Avena | Paq. 300 g. | Xtra Ciudad Radial, Xtra Los Pueblos | 2.33 | Super 99 Plaza Tocumen | 2.40 |
| Tocumen | | | | | |
| Ocean Spray Light Cramberry | 64 oz. | El Machetazo Punta del Este | 4.50 | Xtra 24 de Diciembre | 4.58 |
| Gelatina- Exquisita - Placeres light, durazno y otros | 12 g. | Xtra 24 de Diciembre | 0.57 | El Machetazo Punta del Este | 0.58 |
| Cereal Nestlé Fitness | Caja 390 g. | El Machetazo Punta del Este | 3.65 | Xtra 24 de Diciembre | 3.93 |
| Arroz Integral Natuforte Integral 100 % Natural | 2 Lb. | Xtra 24 de Diciembre | 1.46 | El Machetazo Punta del Este | 1.50 |

V. OBSERVACIONES AL CONSUMIDOR ¹

Todo consumidor debe tomar en cuenta las siguientes recomendaciones al comprar productos light e integrales:

- Respecto a los productos integrales se advierte que el pan, los cereales, o magdalenas integrales tienen las mismas calorías que los refinados. Eso si son mas sanos y saciantes porque tienen fibras y minerales y vitaminas, pero eso no significa que adelgacen.
- Antes de comprar un alimento light hay que leer bien la etiqueta y no engañarnos a nosotros mismos: una bolsa de papas fritas light tiene algunas calorías menos que una normal, pero sigue teniendo muchísimas calorías. Además algunos alimentos considerados light tienen casi la misma cantidad de calorías que los comunes ya que con solo modificar algún componente o rebajar la cantidad de calorías ya se consideran light.
- Y que el azúcar haya sido sustituida por fructuosa no quiere decir que tenga menos calorías, la fructosa es simplemente el azúcar de la fruta y además muchos de estos productos suelen contener más grasas o aceites, lo que puede incluso elevar su nivel calórico.

¹ www.productosdieteticos.com

AUTORIDAD DE PROTECCIÓN AL CONSUMIDOR Y DEFENSA DE LA COMPETENCIA
Departamento de Información de Precios y Verificación

PRECIOS DE VENTA AL CONSUMIDOR DE ALGUNAS MARCAS DE PRODUCTOS LIGHT E INTEGRALES
OBTENIDOS EN DIVERSOS SUPERMERCADOS DEL DISTRITO DE JUAN DÍAZ Y TOCUMEN
EL 17 DE FEBRERO DE 2009

| Marca / Producto | Unidad | Sector / Supermercado / Precio en Balboas | | | | | | | | |
|--|------------------|---|------------------|------------------------------|----------------------|------------------------|---------------------------------------|----------------------|-----------------------------|---------------------------------------|
| | | JUAN DIAZ | | | | | | TOCUMEN | | |
| | | Xira Ciudad Radial | Xira Los Pueblos | Super 99 Entrada de pedregal | Super 99 Los Pueblos | Super 99 Plaza Tocumen | Precio Promedio 17 de Febrero de 2009 | Xira 24 de Diciembre | El Machetazo Punta del Este | Precio Promedio 17 de Febrero de 2009 |
| JUGOS LIGHT | | | | | | | | | | |
| TETRA PACK | | | | | | | | | | |
| DEL PRADO - Light | | | | | | | | | | |
| Guayaba, Mango, Melocoton, Pera | 250 ml | 0.35 | 0.34 | 0.35 | 0.35 | 0.35 | 0.35 | 0.34 | 0.34 | 0.34 |
| Ponche de Frutas | 250 ml | 0.35 | 0.34 | 0.35 | 0.35 | 0.35 | 0.35 | 0.34 | 0.34 | 0.34 |
| Guayaba, Mango, Melocoton, Pera | 1 litro | 0.94 | 0.98 | 1.05 | 1.05 | 0.99 | 1.00 | 0.96 | 0.98 | 0.97 |
| Ponche de Frutas | 1 litro | 0.94 | 0.98 | 1.05 | 1.05 | 0.99 | 1.00 | 0.96 | 0.98 | 0.97 |
| DEL MONTE - Light | | | | | | | | | | |
| Naranja, Manzana, Mango, Pera, y Otros | 200 ml. | 0.29 | 0.28 | 0.29 | 0.29 | 0.28 | 0.29 | 0.28 | 0.29 | 0.29 |
| Naranja, Manzana, Mango, Pera, y Otros | 946 ml | 1.03 | 1.03 | 1.05 | 1.05 | 1.05 | 1.04 | 1.03 | 1.05 | 1.04 |
| OCEAN SPRAY - Light | | | | | | | | | | |
| Cranberry Juice Light | 946 ml | - | - | - | - | - | -- | 1.70 | 1.98 | 1.84 |
| WALT'S - Light | | | | | | | | | | |
| Naranja,Damasco, Piña y Otros | 200 ml. | - | - | 0.28 | 0.28 | 0.28 | 0.28 | - | - | -- |
| Naranja,Damasco, Piña y Otros | 1 litro | - | - | 1.05 | 0.99 | 1.05 | 1.03 | - | - | -- |
| Naranja,Damasco, Piña y Otros | 1.5 litro | - | - | - | 1.65 | 1.65 | 1.65 | - | - | -- |
| Limon Splash | 1 litro | - | - | 1.05 | 0.99 | 1.05 | 1.03 | - | - | -- |
| Piña Extreme | 1 litro | - | - | 1.05 | 0.99 | 1.05 | 1.03 | - | - | -- |
| Damasco Live | 1 litro | - | - | 1.05 | 0.99 | 1.05 | 1.03 | - | - | -- |
| Ice Frut | 1 litro | - | - | 0.89 | 0.89 | 1.05 | 0.94 | - | - | -- |
| ADES - Light | | | | | | | | | | |
| Manzana | 1 litro | - | - | - | 1.95 | 1.95 | 1.95 | - | - | -- |
| Naranja | 1 litro | - | - | - | 1.95 | 1.95 | 1.95 | - | - | -- |
| JUMEX - Light | | | | | | | | | | |
| Manzana, Naranja, Damasco, Guayaba | 1 litro | 0.88 | 0.86 | - | 0.99 | 0.99 | 0.93 | 0.95 | 0.86 | 0.91 |
| Uva | 1 litro | 0.88 | 0.86 | - | 0.99 | 0.99 | 0.93 | 0.95 | 0.86 | 0.91 |
| PLASTICO | | | | | | | | | | |
| BONLAC | | | | | | | | | | |
| Limonada Lite | 1 Pinta (437 ml) | 0.90 | 0.94 | 0.95 | 0.95 | 0.95 | 0.94 | 0.90 | 0.94 | 0.92 |
| Limonada Lite | 1/4 galón | 1.38 | 1.38 | 1.40 | 1.40 | 1.40 | 1.39 | 1.37 | 1.38 | 1.38 |
| Pera Lite | 1 Pinta (437 ml) | 0.90 | 0.94 | 0.95 | 0.95 | 0.95 | 0.94 | 0.90 | 0.94 | 0.92 |
| Pera Lite | 1/4 galón | 1.38 | 1.38 | 1.40 | 1.40 | 1.40 | 1.39 | 1.37 | 1.38 | 1.38 |
| Melocoton Lite | 1 Pinta (437 ml) | 0.90 | 0.94 | 0.95 | 0.95 | 0.95 | 0.94 | 0.90 | 0.94 | 0.92 |
| Melocotan Lite | 1/4 galón | 1.38 | 1.38 | 1.40 | 1.40 | 1.40 | 1.39 | 1.37 | 1.38 | 1.38 |
| Naranja Lite | 1 Pinta (437 ml) | 0.90 | 0.94 | 0.95 | 0.95 | 0.95 | 0.94 | 0.90 | 0.95 | 0.93 |
| Naranja Lite | 1/4 galón | 1.41 | 1.39 | 1.40 | 1.40 | 1.40 | 1.40 | 1.44 | 1.45 | 1.45 |
| MOTT'S | | | | | | | | | | |
| Plus Light Apple Juice Beverague | 64 oz | - | - | 3.25 | 3.15 | 3.35 | 3.25 | - | 3.30 | 3.30 |
| Plus Light Apple - Cranberry Juice Beverague | 64 oz | - | - | 3.25 | 3.15 | 3.35 | 3.25 | - | 3.30 | 3.30 |
| JUGOS LIGHT | | | | | | | | | | |
| PLASTICO | | | | | | | | | | |
| OCEAN SPRAY | | | | | | | | | | |

| Marca / Producto | Unidad | Sector / Supermercado / Precio en Balboas | | | | | | | | |
|--|-------------------|---|------------------|------------------------------|----------------------|------------------------|---------------------------------------|----------------------|-----------------------------|---------------------------------------|
| | | JUAN DIAZ | | | | | | TOCUMEN | | |
| | | Xtra Ciudad Radial | Xtra Los Pueblos | Super 99 Entrada de pedregal | Super 99 Los Pueblos | Super 99 Plaza Tocumen | Precio Promedio 17 de Febrero de 2009 | Xtra 24 de Diciembre | El Machetazo Punta del Este | Precio Promedio 17 de Febrero de 2009 |
| Light Cranberry | 64 oz | 4.50 | 3.98 | 4.80 | 4.69 | 4.70 | 4.53 | 4.58 | 4.50 | 4.54 |
| Diet Cranberry Grape Spray | 64 oz. | 4.50 | 3.98 | 4.69 | 4.69 | 4.70 | 4.51 | 4.26 | 4.50 | 4.38 |
| Light Cran Grape | 64 oz | 4.50 | 3.98 | 4.65 | 4.69 | 4.70 | 4.50 | 4.39 | 4.50 | 4.45 |
| VIDRIO | | | | | | | | | | |
| DEL HUERTO | | | | | | | | | | |
| Cranbebery Juice Light | 946 ml | 2.65 | 2.60 | 2.65 | - | 2.70 | 2.65 | 2.63 | - | 2.63 |
| DIET V-8 SPLASH | | | | | | | | | | |
| Diet -Tropical Blend | 16 oz (473 ml) | 1.02 | 1.04 | 1.05 | 1.09 | 1.07 | 1.05 | 1.02 | 1.05 | 1.04 |
| Diet - Mezcla de Moras | 16 oz (473 ml) | 1.02 | 1.04 | 1.05 | 1.09 | 1.07 | 1.05 | 1.02 | 1.05 | 1.04 |
| Diet - Mezcla de Tropical | 16 oz (473 ml) | 1.02 | 1.04 | 1.05 | 1.09 | 1.07 | 1.05 | 1.02 | 1.05 | 1.04 |
| Diet Fresa y Kiwi | 16 oz (473 ml) | 1.02 | 1.04 | 1.05 | 1.09 | 1.07 | 1.05 | 1.02 | 1.05 | 1.04 |
| LATA | | | | | | | | | | |
| DEL PRADO - Light | | | | | | | | | | |
| Guayaba, Mango, Melocoton, Pera | 355 ml | 0.49 | 0.49 | 0.61 | 0.51 | 0.51 | 0.52 | 0.49 | 0.49 | 0.49 |
| Ponche de Frutas | 355 ml | 0.49 | 0.49 | 0.61 | 0.51 | 0.51 | 0.52 | 0.49 | 0.49 | 0.49 |
| DEL MONTE - Light | | | | | | | | | | |
| Melocoton, Pera, Melocotón, Piña y Otros | 330 ml (11 .2 oz) | 0.44 | 0.44 | 0.45 | 0.45 | 0.43 | 0.44 | 0.48 | 0.45 | 0.47 |
| JUMEX - Light | | | | | | | | | | |
| Durazno, Guayaba, Manzana y Otro | 355 ml | 0.49 | 0.48 | - | 0.49 | 0.49 | 0.49 | 0.48 | 0.52 | 0.50 |
| KERNS - Light | | | | | | | | | | |
| Manzana, Piña, Melocotón | 340 ml (11.5 oz) | 0.49 | 0.47 | 0.53 | 0.56 | 0.54 | 0.52 | 0.49 | 0.49 | 0.49 |
| BEBIDA ENERGETICA | | | | | | | | | | |
| Ciclón - Light | | | | | | | | | | |
| SODAS LIGHT | | | | | | | | | | |
| PLASTICO | | | | | | | | | | |
| COCA COLA | | | | | | | | | | |
| Envase | 1 litro | 0.84 | 0.94 | - | - | - | 0.89 | 0.92 | 0.95 | 0.94 |
| Envase | 2.0 litros | 1.59 | - | 1.59 | 1.59 | 1.59 | 1.59 | - | 1.60 | 1.60 |
| Coca Cola - Zero | 2.0 litros | 1.59 | - | 1.59 | 1.59 | 1.59 | 1.59 | 1.57 | 1.60 | 1.59 |
| PEPSI COLA | | | | | | | | | | |
| Envase | 1 litro | 0.64 | - | - | - | 0.69 | 0.67 | 0.63 | - | 0.63 |
| Envase | 1.5 litro | 1.20 | 1.22 | 1.09 | 1.30 | - | 1.20 | 1.18 | 1.20 | 1.19 |
| SODAS LIGHT | | | | | | | | | | |
| PLASTICO | | | | | | | | | | |
| LATA | | | | | | | | | | |
| Coca Cola | 12 oz | 0.54 | 0.59 | 0.60 | 0.60 | 0.60 | 0.59 | 0.54 | 0.59 | 0.57 |
| Coca Cola - Zero | 12 oz.(354 ml.) | 0.54 | 0.59 | 0.60 | 0.60 | 0.60 | 0.59 | 0.54 | 0.59 | 0.57 |
| Pepsi Cola | 12 oz | 0.51 | 0.59 | 0.60 | 0.52 | 0.57 | 0.56 | 0.51 | 0.55 | 0.53 |
| 7 Up. | 12 oz | 0.54 | - | 0.55 | - | - | 0.55 | - | - | -- |
| Coca Cola diet Coke | 12 oz | - | 0.59 | - | 0.60 | 0.60 | 0.60 | - | - | -- |
| Coca Cola diet Coke Caffeine Free | 12 oz | - | 0.59 | 0.60 | 0.60 | - | 0.60 | - | - | -- |
| Pepsi Caffeine Free | 12 oz | 0.51 | 0.59 | - | 0.52 | 0.57 | 0.55 | - | 0.55 | 0.55 |
| Pepsi Caffeine Free diet | 12 oz | - | 0.59 | 0.60 | 0.52 | - | 0.57 | - | - | -- |
| BEBIDAS EN POLVO | | | | | | | | | | |
| SOBRES | | | | | | | | | | |

| Marca / Producto | Unidad | Sector / Supermercado / Precio en Balboas | | | | | | | | |
|---|-----------------------|---|------------------|------------------------------|----------------------|------------------------|-----------------|----------------------|-----------------------------|-----------------|
| | | JUAN DIAZ | | | | | | TOCUMEN | | |
| | | Xtra Ciudad Radial | Xtra Los Pueblos | Super 99 Entrada de pedregal | Super 99 Los Pueblos | Super 99 Plaza Tocumen | Precio Promedio | Xtra 24 de Diciembre | El Machetazo Punta del Este | Precio Promedio |
| 17 de Febrero de 2009 | 17 de Febrero de 2009 | | | | | | | | | |
| Zuco Light - Naranja, Limón | 9 g. | 0.28 | 0.28 | 0.30 | 0.30 | 0.30 | 0.29 | 0.28 | 0.28 | 0.28 |
| Zuco Light - Durazno, Pera, Piña | 8 g. | 0.28 | 0.28 | 0.30 | 0.30 | 0.30 | 0.29 | 0.28 | 0.28 | 0.28 |
| Borden Light - Exitic Berries y otros | 10 g. | - | 0.28 | - | 0.29 | - | 0.29 | - | 0.29 | 0.29 |
| Livean sin calorías - Mora | 8 g. | 0.28 | 0.29 | 0.31 | 0.31 | 0.31 | 0.30 | 0.27 | - | 0.27 |
| Livean sin calorías - Piña, Naranja y otros | 9 g. | 0.28 | 0.29 | 0.31 | 0.31 | 0.31 | 0.30 | 0.27 | - | 0.27 |
| Clight sin calorías - Limón, Piña y otros | 9 g. | - | 0.28 | 0.32 | 0.32 | 0.31 | 0.31 | 0.28 | 0.29 | 0.29 |

BEBIDAS DE SOYA

| | | | | | | | | | | |
|--|---------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Lasco- Bebida de Soya- Naranja, Piña y otros | Sobre 120 g. | 1.00 | 1.02 | 1.15 | - | - | 1.06 | 0.98 | 1.10 | 1.04 |
| Soya Pac- Bebida de Soya en polvo | Sobre 200 g. | 2.60 | 2.38 | 2.39 | 2.39 | 2.35 | 2.42 | 2.65 | 2.38 | 2.52 |
| Soya Pac- Bebida de Soya en polvo | Sobre 400 g. | 4.12 | 4.60 | 4.65 | 4.85 | 4.95 | 4.63 | 4.67 | 4.60 | 4.64 |
| Soya Pac- Bebida de Soya en polvo | Paquete 1 kg. | 9.64 | - | 9.65 | 9.65 | - | 9.65 | 9.80 | 9.33 | 9.57 |
| Bio Land- Bebida de Soya - Autentica | Sobre 200 g. | - | 2.45 | 2.09 | 2.19 | 2.10 | 2.21 | - | 2.49 | 2.49 |
| Bio Land- Bebida de Soya - Autentica | Sobre 400 g. | 4.22 | 4.22 | 4.29 | 4.29 | 4.30 | 4.26 | - | 4.20 | 4.20 |
| Bio Land- Bebida de Soya - con Vainilla org | Sobre 200 g. | - | 2.45 | 2.05 | 2.19 | 2.10 | 2.20 | - | 2.49 | 2.49 |
| Bio Land- Bebida de Soya - con Vainilla org | Sobre 400 g. | 4.22 | 4.22 | 4.29 | 4.29 | 4.30 | 4.26 | - | 4.20 | 4.20 |

LECHE DE SOYA EN POLVO

| | | | | | | | | | | |
|---|--------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Soya Pac- Banano, Chocolate, Vainilla y Fresa | Sobre 200 g. | 2.60 | 2.38 | 2.39 | 2.39 | 2.35 | 2.42 | 2.65 | 2.38 | 2.52 |
| Soya Pac- Banano, Chocolate, Vainilla y Fresa | Sobre 400 g. | 4.12 | 4.60 | 4.65 | 4.85 | 4.95 | 4.63 | 4.67 | 4.60 | 4.64 |

SOY FRESH - SOYA MILK

| | | | | | | | | | | |
|--|-----------------|------|------|------|---|------|------|------|------|------|
| Envase - Tetra Pak - Sabor a chocolate | 34 oz (1 litro) | 1.84 | 1.91 | 1.80 | - | 1.89 | 1.86 | 1.72 | 1.78 | 1.75 |
| Envase - Tetra Pak - Capuccino, Malt | 34 oz (1 litro) | 1.84 | 1.85 | 1.80 | - | 1.89 | 1.85 | 1.72 | 1.78 | 1.75 |

GELATINAS

| | | | | | | | | | | |
|---|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Exquisita - Placeres light, durazno y otros | 25 g. | 0.54 | 0.52 | 0.55 | 0.59 | 0.55 | 0.55 | 0.57 | 0.58 | 0.58 |
| Godet light | 30 g. | - | - | 0.65 | 0.69 | 0.65 | 0.66 | - | - | -- |

GELATINAS

| | | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Royal - light - sobre | 10 g. | - | 0.45 | - | 0.45 | - | 0.45 | - | - | -- |
| Ge'l hada sin sabor | 32 g | 0.60 | 0.52 | - | 0.65 | 0.64 | 0.60 | - | 0.42 | 0.42 |
| Bretzke - Gelatina Diet | 12 g. | 0.43 | - | 0.45 | 0.45 | 0.45 | 0.45 | 0.43 | - | 0.43 |

FLAN

| | | | | | | | | | | |
|---|-------|------|------|------|------|------|------|---|---|----|
| Lowcucar - Flan light- Leche Condensada | 25 g. | 0.60 | 0.47 | 0.48 | 0.55 | 0.48 | 0.52 | - | - | -- |
| Lowcucar - Flan light- Leche Condensada | 25g. | 0.60 | 0.47 | 0.48 | 0.55 | 0.48 | 0.52 | - | - | -- |

GALLETAS

NUTRI SNACKS - Mafam

| | | | | | | | | | | |
|---|---------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Avena Integral con pasas 110 calorías | Caja 10 u. (240 g) | 2.36 | 2.38 | 3.25 | 3.25 | 2.55 | 2.76 | 3.21 | 3.10 | 3.16 |
| Manzana y Canala sin azúcar 95 calorías | Caja 10 u. (240 g) | 2.36 | 2.38 | 2.59 | 3.25 | 2.55 | 2.63 | 3.21 | 3.10 | 3.16 |
| Mani sin azúcar 105 calorías | Caja 10 u. (240 g) | 2.36 | 2.38 | 2.59 | 3.25 | 2.55 | 2.63 | 3.21 | 2.49 | 2.85 |
| Naranja sin azúcar 95 calorías | Caja 10 u. (240 g) | 2.36 | 2.38 | 2.33 | 3.25 | 2.55 | 2.57 | 3.21 | 2.49 | 2.85 |
| Apple & Cinnamon cookies sugar free | Bolsita 48 g. (2.u) | 0.71 | - | 0.52 | 0.49 | 0.49 | 0.55 | 0.67 | 0.48 | 0.58 |
| Orange & Whole oats cookies sugar free | Bolsita 48 g. (2.u) | 0.71 | - | 0.52 | 0.49 | 0.49 | 0.55 | 0.67 | 0.48 | 0.58 |
| Low fat oats & raisins cookies | Bolsita 48 g. (2.u) | 0.71 | - | 0.67 | 0.49 | 0.49 | 0.59 | 0.67 | 0.48 | 0.58 |

NUTRI SNACKS - Mafam

| | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---------------------|------|---|------|------|------|------|------|------|------|
| Granola & flax seeds cookies | Bolsita 48 g. (2.u) | 0.71 | - | 0.52 | 0.49 | 0.49 | 0.55 | 0.67 | 0.48 | 0.58 |
|------------------------------|---------------------|------|---|------|------|------|------|------|------|------|

| Marca / Producto | Unidad | Sector / Supermercado / Precio en Balboas | | | | | | | | |
|---|-----------------------|---|------------------|------------------------------|----------------------|------------------------|-----------------|----------------------|-----------------------------|-----------------|
| | | JUAN DIAZ | | | | | | TOCUMEN | | |
| | | Xira Ciudad Radial | Xira Los Pueblos | Super 99 Entrada de pedregal | Super 99 Los Pueblos | Super 99 Plaza Tocumen | Precio Promedio | Xira 24 de Diciembre | El Machetazo Punta del Este | Precio Promedio |
| 17 de Febrero de 2009 | 17 de Febrero de 2009 | | | | | | | | | |
| Whole oats cookies | Bolsita 48 g. (2.u) | 0.71 | - | 0.67 | 0.49 | 0.49 | 0.59 | 0.67 | 0.48 | 0.58 |
| Oats & Raisins cookies | Bolsita 48 g. (2.u) | 0.71 | - | 0.67 | 0.49 | 0.49 | 0.59 | 0.67 | 0.48 | 0.58 |
| BIO LAND | | | | | | | | | | |
| Galletas de Avena con Naranja organicas | 8 Paq. (320 g) | 2.33 | - | 2.19 | 2.10 | 2.10 | 2.18 | - | 2.10 | 2.10 |
| Galletas de Avena con Pasas organicas | 8 Paq. (320 g) | 2.33 | - | 2.19 | 2.10 | 2.10 | 2.18 | - | 2.10 | 2.10 |
| Galleta dulce con Pasas organicas | Paq. 250 g. | - | 2.25 | - | 1.99 | - | 2.12 | 2.23 | - | 2.23 |
| Galletas de Avena | Paq. 300 g. | 2.33 | 2.33 | 2.39 | 2.39 | 2.40 | 2.37 | 2.33 | 2.10 | 2.22 |
| Palitos de Ajonjolí | Paq 200 g. | - | 2.33 | 1.95 | 2.29 | 2.30 | 2.22 | - | 2.25 | 2.25 |
| BANDUCCO | | | | | | | | | | |
| Levissimo light | Paq 200 g. | - | - | 0.75 | 0.99 | 0.79 | 0.84 | 0.83 | 0.78 | 0.81 |
| DUX - noel | | | | | | | | | | |
| Galletas integrales - Paquete | 9 u de 27.8 g c/u | 1.19 | 1.16 | 1.15 | - | 1.15 | 1.16 | 0.97 | 1.13 | 1.05 |
| Noel Saltin- noel integral - Paquete | 9 u de 24 g c/u | - | - | 1.15 | - | 1.15 | 1.15 | 0.97 | 1.13 | 1.05 |
| PASCUAL | | | | | | | | | | |
| Nutrex Bran - Galletas con salvado de trigo | 9 u (270 g) | 1.20 | 1.14 | 1.25 | 1.25 | 1.25 | 1.22 | 1.17 | 1.25 | 1.21 |
| Club Omega 3 - fibra integral | 9 u (252 g) | 1.20 | 1.14 | 1.24 | 1.25 | 1.25 | 1.22 | 1.17 | 1.24 | 1.21 |
| GALLETAS | | | | | | | | | | |
| NAVISCO | | | | | | | | | | |
| Club Social - integral | 9 u. (234 g) | - | - | - | 0.99 | 0.99 | 0.99 | 1.16 | 0.99 | 1.08 |
| CEREALES | | | | | | | | | | |
| NESTLÉ | | | | | | | | | | |
| Chokies Crip - cereal integral | Caja 360 g. | 3.45 | 3.49 | 3.50 | 3.50 | 3.50 | 3.49 | 3.34 | 3.35 | 3.35 |
| Cuni Mini - cereal integral | Caja 363 g | 3.47 | 3.45 | 3.50 | 3.52 | 3.49 | 3.49 | 3.33 | 3.35 | 3.34 |
| Fitness | Caja 390 g. | 3.85 | 3.86 | 4.05 | 3.99 | 4.05 | 3.96 | 3.93 | 3.65 | 3.79 |
| Fitness | Caja 870 g. | 6.73 | - | 6.75 | 6.75 | 6.75 | 6.75 | - | - | -- |
| JACKS | | | | | | | | | | |
| Corn Flakes - con sabores multicereal | 6/25 g c/u (150 g) | 1.22 | 1.25 | - | 1.25 | 1.25 | 1.24 | 1.17 | 1.15 | 1.16 |
| Surtidos - naranja tri granola y poffies | 6/23 g (138 g.) | 1.22 | 1.25 | - | 1.25 | 1.25 | 1.24 | 1.17 | 1.15 | 1.16 |
| Surtidos - nasau tri granola y poffies | 6/25 g c/u (150 g) | 1.22 | 1.25 | - | 1.25 | 1.25 | 1.24 | 1.17 | 1.15 | 1.16 |
| BRUGGEN VITALISIMO 0% Colesterol | | | | | | | | | | |
| Avena, Hojuela de Maíz y Trigo | | | | | | | | | | |
| Vitalisimo Muesli estilo suizo | Caja 450 g. | 2.85 | 2.94 | 2.82 | 2.85 | 2.99 | 2.89 | - | 2.85 | 2.85 |
| Vitalisimo Musli Fruit | Caja 450 g | - | 2.80 | - | - | 2.99 | 2.90 | 2.77 | 2.98 | 2.88 |
| Vitalisimo corn flakes | Bolsa 850 g | - | 3.24 | 3.55 | 3.55 | - | 3.45 | - | - | -- |
| Vitalisimo Muesli 10 frutas | Caja 450 g. | 2.85 | 2.78 | 2.82 | 2.99 | 2.99 | 2.89 | 2.77 | 2.98 | 2.88 |
| Vitalisimo Special Fit | Caja 375 g. | - | 2.94 | 2.85 | 2.85 | 2.89 | 2.88 | 2.77 | 2.98 | 2.88 |
| Vitalisimo Multiceal - Pasas | Caja 450 g. | - | 2.94 | 2.80 | 2.85 | 2.99 | 2.90 | 2.77 | 2.98 | 2.88 |
| Vitalisimo Multiceal - Fresa | Caja 450 g. | 2.93 | 2.94 | 2.97 | 2.99 | 2.99 | 2.96 | 2.77 | 2.98 | 2.88 |
| Vitalisimo Multiceal - Almendra | Caja 450 g. | 2.93 | 2.94 | 2.97 | - | 2.99 | 2.96 | 2.77 | 2.98 | 2.88 |
| VitalisimoMulticeal - Manzana | Caja 450 g. | - | 2.94 | - | 2.99 | 2.99 | 2.97 | 2.90 | 2.98 | 2.94 |
| NATURAL VALLEY (BARRAS) | | | | | | | | | | |
| Variety Pack (Cinnamon, Oat's y otros) | Caja 12 (252 g) | 3.38 | 3.68 | 3.79 | 3.95 | 3.89 | 3.74 | 3.73 | 3.59 | 3.66 |
| Oat's Honey | Caja 12 (252 g) | 3.27 | 3.68 | 3.70 | 3.95 | 3.89 | 3.70 | 3.73 | 3.59 | 3.66 |
| Roasted Almond | Caja 12 (252 g) | 3.33 | 3.68 | 3.70 | 3.95 | 3.89 | 3.71 | 3.73 | 3.59 | 3.66 |
| Cinnamon | Caja 12 (252 g) | 3.33 | 3.68 | 3.70 | 3.95 | 3.89 | 3.71 | 3.73 | 3.59 | 3.66 |
| KELLOGG'S | | | | | | | | | | |
| Arroz -Trigo | | | | | | | | | | |
| K Special Vainilla Almond | 360 g. | - | 2.14 | 5.99 | 5.99 | 5.99 | 5.03 | - | - | -- |
| K Special | 200 g | - | - | 2.99 | 2.99 | 2.99 | 2.99 | - | 2.55 | 2.55 |
| K Special | 340 g. | - | - | 3.50 | 3.50 | 3.50 | 3.50 | - | 3.45 | 3.45 |

| Marca / Producto | Unidad | Sector / Supermercado / Precio en Balboas | | | | | | | | |
|--|-----------------------|---|------------------|------------------------------|----------------------|------------------------|-----------------|----------------------|-----------------------------|-----------------|
| | | JUAN DIAZ | | | | | | TOCUMEN | | |
| | | Xtra Ciudad Radial | Xtra Los Pueblos | Super 99 Entrada de pedregal | Super 99 Los Pueblos | Super 99 Plaza Tocumen | Precio Promedio | Xtra 24 de Diciembre | El Machetazo Punta del Este | Precio Promedio |
| 17 de Febrero de 2009 | 17 de Febrero de 2009 | | | | | | | | | |
| K Special | 510 g. | - | - | 5.49 | 6.25 | - | 5.87 | - | - | -- |
| K Special - Manzana - Pera | Barra 144 g | - | - | 2.55 | 2.55 | 2.55 | 2.55 | - | 2.07 | 2.07 |
| K Special - Cosecha roja | Barra 144 g | - | - | 2.55 | 2.55 | 2.55 | 2.55 | - | 2.07 | 2.07 |
| K - sabor a chocolate - Barra | 6/22 g -132 g | - | - | 2.55 | 2.55 | 2.55 | 2.55 | - | 2.07 | 2.07 |
| Komplete linasa integral - Barra | 6/38 g. - 228 g. | - | - | - | 3.12 | 3.15 | 3.14 | - | - | -- |
| CEREALES | | | | | | | | | | |
| QUAKER (BOLSA) | | | | | | | | | | |
| Multi Bran - sin azúcar+splenda-trigo integral | 311 g | 2.39 | 2.18 | 2.49 | 2.49 | 2.49 | 2.41 | 2.37 | 2.39 | 2.38 |
| Multi Bran raisin - sin azúcar+splenda | 368 g. | 2.39 | 2.18 | 2.47 | 2.55 | 2.49 | 2.42 | 2.37 | 2.39 | 2.38 |
| ARROZ INTEGRAL | | | | | | | | | | |
| Natuforte integral 100 % natural | 2 libras | 1.44 | 1.29 | 1.56 | 1.56 | 1.50 | 1.47 | 1.46 | 1.50 | 1.48 |
| Jagasa 100% integral natural | 2 libras | - | - | - | 2.45 | 2.45 | 2.45 | - | - | -- |
| PASTAS ALIMENTICIAS INTEGRALES | | | | | | | | | | |
| CARROZI | | | | | | | | | | |
| Spaguetti - pasta integral | 250 g | - | - | 0.45 | 0.45 | 0.45 | 0.45 | - | - | -- |
| Fusilli - pasta integral | 250 g | - | - | 0.45 | 0.45 | 0.45 | 0.45 | - | - | -- |

Nota: Estos monitoreos reflejan únicamente una comparación de precios, no así el servicio que preste el agente económico ni la calidad de los productos. Estos precios pueden variar desde el momento en que se realizó el monitoreo y su fecha de publicación.

(-): No había el producto al momento del monitoreo.

(--): No hay precio promedio.

N.A.: No aplicable.

Fuente: ACODECO.