

vida saludable



toma agua · nutrete · cuídate · ejercítate



fresko 
LA COMER

16 DE ENERO AL
8 DE FEBRERO DE 2026
fresko.com.mx

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Aceites de
aguacate o coco OLEW
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



\$52⁰⁰
c/u

Aceite comestible de
soya mente o defensas
NUTRIOLI protect 850ml



Atún bajo en sodio TUNY
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Todos los frijoles
procesados sin grasa
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Lomo de atún en agua bajo en
sodio pouch DOLORES 74g
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Atún bajo en sodio
MARINA AZUL
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO

**TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA**



\$10 por cada **\$50**
de compra en
vinagres BRAGG



\$10 por cada **\$50**
de compra en todos
los aceites orgánicos

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Arroz salvaje SAN MIGUEL
250g ó 500g
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Arroz salvaje 100% puro
SOS 170g
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Arroz deshidratado integral
VERDE VALLE 250g
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Todas las semillas de quinoa
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Consomés en bolsa o frasco
VEGGIE MIX
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Variedad de sazonador
ORIGEN SANO 250g
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Jugo sazonador reducido en
sodio MAGGI 250ml
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO

TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA

\$10 por cada \$50
de compra en todo
el arroz integral



vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Pastas orgánicas CASTAGNO
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Pastas sin gluten slim line
KONJAC
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Pastas sin gluten RUMMO
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



\$285⁰⁰

Caldo de huesos
de res instantáneo

TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA



\$10 por cada \$50
de compra en
productos orgánicos
AIRES DEL CAMPO



\$10 por cada \$50
de compra en galleta
integral habaneras
GAMESA 468g



\$10 por cada \$50
de compra en sopa de
pasta o pasta para sopa
sin gluten BARILLA 340g



\$10 por cada \$50
de compra en
tostadas SUSALIA

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Salsa cátsup sin sal HEINZ 397g
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Salsa en polvo reducida en
sodio clásica TAJÍN 255g
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO

\$25 por cada \$100
de compra en todas
las mayonesas light,
reducidas y ligeras



\$25 por cada \$100
de compra en todos los
aderezos reducidos en
grasa



TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA



\$10 por cada \$50
de compra en
mantequillas clarificadas
GHEE EARTH FINEST



\$10 por cada \$50
de compra en consomés
y sazonadores
ORGANIKUM



vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate

TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA



Barras de amaranto
NUTRIWELL
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Bites de amaranto **ANGELFOOD**
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



\$10 por cada **\$50**
de compra en todas
las avenas



\$10 por cada **\$50**
de compra en
cereales **FITNESS**

\$59⁹⁰ c/u
Cereal de trigo
con miel etapa 4 ó
manzana y plátano
etapa 2 **NESTUM** 270g



\$10 por cada **\$50**
de compra en barras de
cereal stila **QUAKER**



\$10 por cada **\$50**
de compra en 6 pack barras
de proteína **KETOPIA**

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Harinas orgánicas
BOB'S RED MILL
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



\$64⁰⁰

Harina para hot cakes
de avena QUAKER 500g



\$53⁰⁰ c/u

Galletas de
avena QUAKER



Galletas sin gluten GULLÓN
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Galletas I AMARANTH 62g
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Galletas y cereales NoGlut de
SANTIVERI
compra uno y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



\$60⁰⁰ c/u

Panecillos de salvado con
miel y avena 300g o de
avena 270g TAIFELD'S

TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA

\$10 por cada \$50
de compra en 6 pack
galletas keto con
chispas de chocolate
o proteína MORAMA



vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Azúcar, miel o café de dátil
CAMPES
compra uno y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Mermeladas sin azúcar HERO
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Endulzante de fruta del monje
SUPER LIFE caja 150g ó bolsa 400g
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



\$16⁰⁰ c/u
Gelatinas
light JELL-O



\$36⁵⁰ c/u
Mermeladas línea
balance McCORMICK

TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA

\$10 por cada \$50
de compra en
crema de avellana
NUCOLATO



vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



\$285⁰⁰
Leche en polvo
SVELTY 1.6kg



\$36⁵⁰ c/u
Sustituto de crema
natural, avellana o
vainilla SPLENDA 237ml



Variedad de té herbolario
THERBAL
compra uno y llévate
EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO

TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA



\$10 por cada \$50
de compra en sustituto de
crema almendra vainilla o
coco NATURE'S HEART 500ml



\$10 por cada \$50
de compra en leche evaporada
descremada o deslactosada
CARNATION 360g



\$10 por cada \$50
de compra en leche
condensada light
LA LECHERA 385g



\$10 por cada \$50
de compra en media
crema deslactosada
NESTLÉ 191g

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



2x\$50⁰⁰
Jugo de limón
LA LIMONERA 1.1lt



Agua alcalina WION
compra dos y llévate
LA TERCERA GRATIS



Bebida carbonatada limón o
arándano/frambuesa LA CROIX
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



2x\$68⁰⁰
Tés listos para
beber HATSU



Agua natural de manantial
TEAHUACÁN 1lt. ó 1.5lt.
compra una y llévate
LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Agua mineral lima o toronja
brillante TEAHUACÁN 355ml
compra una y llévate
LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO

**TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA**



\$10 por cada **\$50**
de compra en agua
natural STA. MARÍA



vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Agua de coco CALAHUA
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Papas y palomitas ZUMITAM
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Barras y botanas TRUSNACK
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Papas fritas tomate espinaca
sin gluten VEGGIE CHIPS 42.5g
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO

Aguas alcalinas
naturales y minerales
WATER PEOPLE
compra una y llévate

LA SEGUNDA A
MITAD DE PRECIO



TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA

\$10 por cada \$50
de compra en agua
mineral saborizada
FREELIFE



vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Botanas CRUJISANAS
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



2x\$100⁰⁰

Kale aceite de oliva
o chile & limón 28g



2x\$76⁰⁰

Churrinopal
chile & limón 200g



2x\$50⁰⁰

Churrinopal sal
del Himalaya 80g



2x\$78⁰⁰

SUSALITAS enchiladas,
flama o nachos 200g



COMO TE GUSTA
TE LLEGA[®]
fresko.com.mx 





\$99⁹⁰

Aceite de aguacate
GOLDEN HILLS 750ml



\$199⁹⁰

Aceite de aguacate
GOLDEN HILLS 750ml



Atún GOLDEN HILLS
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Aceite de oliva GOLDEN HILLS
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



Vinagre de manzana
orgánico
GOLDEN HILLS 500ml ó 1lt.

DESDE... **\$109⁹⁰**



\$59⁹⁰

Aceite comestible
puro de cártamo
GOLDEN HILLS 800ml



Lenteja, garbanzo, haba
y maíz palomero GOLDEN HILLS
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Arroz GOLDEN HILLS
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



\$49⁹⁰ c/u
Mermeladas sin azúcar
GOLDEN HILLS 260g



Miel de abeja
GOLDEN HILLS
DESDE... **\$62⁹⁰**



Chía y quinoa GOLDEN HILLS
compra una y llévate
LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Jamaica GOLDEN HILLS
compra una y llévate
LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Barras de cereal
GOLDEN HILLS
DESDE... **\$46⁹⁰**



Jarabe de agave
orgánico GOLDEN HILLS
660g ó 1.02kg
DESDE... **\$129⁹⁰**



Avena natural en hojuela
GOLDEN HILLS 400g ó 1kg
compra una y llévate
LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Granola artesanal original o
ligera GOLDEN HILLS 340g
compra una y llévate
LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Edulcorante de mesa
a base de stevia
GOLDEN HILLS

DESDE...\$48⁹⁰

\$94⁹⁰
c/u
Chocolate amargo
o amargo sin azúcar
GOLDEN HILLS



\$154⁹⁰
Cocoa natural
GOLDEN HILLS



\$55⁹⁰
Azúcar bajo en calorías
GOLDEN HILLS 1kg



\$34⁹⁰
Azúcar mascabado
en sobres
GOLDEN HILLS 250g



Sustituto de azúcar con
fruta del monje
GOLDEN HILLS 50ml ó 100g
DESDE...\$115⁹⁰



Variedad de frutos y
nueces GOLDEN HILLS 1kg
DESDE...\$**269⁹⁰**



\$**34⁹⁰** c/u
Chicharrones de
cerdo GOLDEN HILLS



Variedad de frutos y nueces
GOLDEN HILLS 180g
DESDE...\$**79⁹⁰**



\$**128⁹⁰**
35 pack agua
purificada sin sodio
GOLDEN HILLS 500ml

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Pierna y muslo de
pollo GOLDEN HILLS.....\$**215**⁷⁰_{KILO}

Conejo\$**204**⁷⁰_{KILO}

Medallón con
pimiento de pollo\$**198**⁷⁰_{KILO}

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Sartén 20cm ó 24cm o wok
28cm cerámico blanco ILKO

DESDE...\$348⁰⁰



Variedad de contenedores
con tapa SMASH

DESDE...\$248⁰⁰



\$198⁰⁰
c/u

Contenedor hermético
cuadrado o rectangular
TOP CHOICE 3pz



\$244⁰⁰
c/u

Termo doble pared
NUVÓ 460ml



\$194⁰⁰
c/u

Botella de hidratación
de plástico NUVÓ 1.5lt.



\$198⁰⁰

Botella de plástico
chugger SMASH 750ml



\$288⁰⁰
c/u

Termo doble pared
NUVÓ 600ml



\$358⁰⁰
c/u

Termo doble pared acero
inoxidable NUVÓ 532ml



Termo doble pared acero
inoxidable con popote y
asa NUVÓ 650ml ó 946ml

DESDE...\$378⁰⁰

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Suplementos
alimenticios líquidos
FARMACOM
compra uno y llévate
**EL SEGUNDO A
MITAD DE PRECIO**



Vitaminas y complejo B FARMACOM
compra uno y llévate
EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO



\$20 por cada **\$100**
de compra en todas las
proteínas y suplementos
deportivos



\$20 por cada **\$100**
de compra en REDUSTAT



\$10 por cada **\$100**
de compra en todos los
multivitamínicos



\$20 por cada **\$100**
de compra en MICROBIOT FIT

vida saludable



toma agua · nutre · cuidate · ejercitate



Todas las mascarillas faciales
compra una y llévate

LA SEGUNDA A MITAD DE PRECIO



Tratamientos faciales
BABARIA
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A
MITAD DE PRECIO

Todo el spa en casa
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A
MITAD DE PRECIO



Todos los shampoos sólidos
compra uno y llévate

EL SEGUNDO A MITAD DE PRECIO

TE BONIFICAMOS EN TU
MONEDERO NARANJA



\$25 por cada \$100
de compra en todas las
cremas reafirmantes y
reductoras

vida saludable



toma agua · nutrete · cuídate · ejércitate



fresko 
LA COMER

fresko.com.mx

Síguenos en:  LaComer  LaComerOficial  @lacomer_oficial  fresko.com.mx

PAGA CON TU CELULAR



Banco Azteca

BanBajío

BBVA

Banjercito

BANORTE

banregio

Banamex

HSBC

NU

invex Banco

Santander

Scotiabank

toxa

easyvale

easygo

CONTPAQI gastos

Ticket

Edenred

Si Vole

EFFECTIVALE

ecovale

sodexo

VIGENCIA DEL 16 DE ENERO AL 8 DE FEBRERO DE 2026 O HASTA AGOTAR EXISTENCIAS EN TIENDAS QUE MANEJEN ESTOS PRODUCTOS.

TIENDAS PARTICIPANTES: VALLARTA, PABELLÓN BOSQUES, TECAMACHALCO, JURIQUILLA, JESÚS DEL MONTE, PLAZA MAYOR, SANIA, LA RIOJA, RAFAEL SANZIO, BUGAMBILIA, PALMILLA, MIGUEL ÁNGEL DE QUEVEDO, AVÁNDARO, MILENIO, MIDTOWN, CABO SAN LUCAS, LA HERRADURA, CUMBRES, PLAZA ESFERA Y SATÉLITE.