



Somos FRUCKOS, Sabor en Abundancia

Participamos en el mercado con productos deshidratados gourmet selectos.

Frutos y Verduras deshidratados que se someten a un proceso especializado para lograr el crujiente sabor que nos hace diferentes de los demás

La deshidratación de las frutas consiste en eliminar el agua que estas contienen para evitar su descomposición, este proceso tiene sus ventajas ya que hay una concentración muy grande de sus propiedades como son vitaminas y minerales, se pueden mencionar vitamina A, C, B1, B2, E, calcio, hierro, cobre, zinc, beta, caroteno, potasio y acido fólico principalmente.

Investigaciones a nivel mundial asocian la mala alimentación con enfermedades como: la obesidad, el cáncer, la presión, la diabetes tipo II, entre otras. Hay evidencias científicas que muestran beneficios para la salud consumiendo mayor cantidad de frutas y verduras, lo que las convierte en una excelente opción para estar saludables.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda comer por lo menos 5 porciones de frutas y verduras diferentes diariamente.

Cotidianamente alimentarse con verduras y frutas contribuye a mejorar la salud en las diferentes etapas de la vida. Cuando somos niños una buena alimentación promueve el crecimiento y el desarrollo, mientras que en los adultos permite conservar o alcanzar el peso corporal para la talla, incrementa la capacidad física y amplía las capacidades del intelecto.

Oriente 174 No. 122 Int. 202, Col. Moctezuma 3da. Secc., México, D.F., C.P.
15530, Deleg. Venustiano Carranza, Tel. 5557715792

ventas@fruckos.com.mx
www.fruckos.com.mx



Incluir frutas y verduras en la dieta, podría tener beneficios:

- Aportan fibras que ayudan a disminuir el colesterol en sangre, a regular el azúcar y a evitar el estreñimiento.
- Brindan colorido, textura y sabor a los platillos.
- Fortalecen las defensas del organismo gracias a su aporte de vitaminas.
- Los cítricos tienen antioxidantes que protegen contra enfermedades crónicas, incluyendo el cáncer y padecimientos cardiovasculares.
- Ofrecen minerales que ayudan a mejorar la memoria.
- Otorgan energía para movernos.
- La vitamina C de los cítricos previene enfermedades respiratorias.
- Al incluirlas en una dieta saludable y balanceada son una excelente opción para bajar de peso y nutrirnos.
- Son bajas en kilocalorías, grasas y sodio.

Nuestros Productos:

Manzana Natural	Manzana Chile
Plátano Natural	Plátano Chile
Piña Natural	Piña Chile
Mango Natural	Mango Chile
Toronja Natural	Toronja Chile
Jícama Natural	Jícama Chile
Pepino Natural	Pepino Chile
Betabel Natural	Betabel Chile
Calabaza	Calabaza Chile
Jitomate Natural	Jitomate Chile
Zanahoria Natural	Zanahoria Chile
Nopal Natural (Semideshidratado)	Nopal Chile (Semideshidratado)
Xoconostle	
Ponche / infusión	
Papaya	
Sandia	
Coctel de Frutas	
Mix de Verduras (betabel + Calabaza + Jitomate + Zanahoria)	
Frutas de temporada.	

Oriente 174 No. 122 Int. 202, Col. Moctezuma 3da. Secc., México, D.F., C.P.
15530, Deleg. Venustiano Carranza, Tel. 5557715792

ventas@fruckos.com.mx
www.fruckos.com.mx



Hacemos divertido el consumo de nuestros productos dándole un toque de SNACK SANO, SALUDABLE.

Es importante indicar que es posible garantizar el abasto de todo tipo de fruta fuera de temporada siempre y cuando se pacte la cantidad requerida.

Se recomienda su consumo antes de seis meses para garantizar su frescura y sabor.

Nuestro socio comercial y productor cuenta con certificado KÓSHER, actualmente en proceso de renovación, permiso de salud y algunas tablas nutrimentales registradas, otras en proceso de registro.

Somos una empresa 100% mexicana, comprometida con el crecimiento y desarrollo de nuestro país, generando fuentes de empleo y salud.

Atentamente.

Gisela Núñez D.
Dirección

Oriente 174 No. 122 Int. 202, Col. Moctezuma 3da. Secc., México, D.F., C.P.
15530, Deleg. Venustiano Carranza, Tel. 5557715792

ventas@fruckos.com.mx
www.fruckos.com.mx