

Ruta rápida

Plaza de mercado Paloquemao

Bienvenido a Ruta rápida, la comunidad virtual de la plaza de mercado de Paloquemao. Aquí encontraras información que podría ayudarte a hacer un mercado más rápido. Encontrarás consejos de personas que ya han ido y sus respectivos recorridos mostrados tanto en mapa como en un video mapa o foto mapa. Podrás ver recomendaciones y comentarios sobre ciertos puestos dentro de la plaza. **Consejos** a la hora de comprar y si eres muy nuevo en la compra en plaza podrías identificarte con uno de los perfiles de la página que te dará la guía para una buena compra en la plaza. Registrate y comparte tu experiencia, consejos, fotos, videos y preguntas. Guarda tus recorridos y tu lista podrás irla modificando a medida que adquieras experiencia y esta podría ser de ayuda para otra persona en el futuro. Vota por la foto y el comentario del mes. **Únete a nuestra comunidad** y entre todos formemos una plaza más amigable y fácil de recorrer.

Haz clic 📉

en cualquiera de las hojas o en el letrero de entrar y descubre las

maravillas de la plaza.





Sobre nosotros

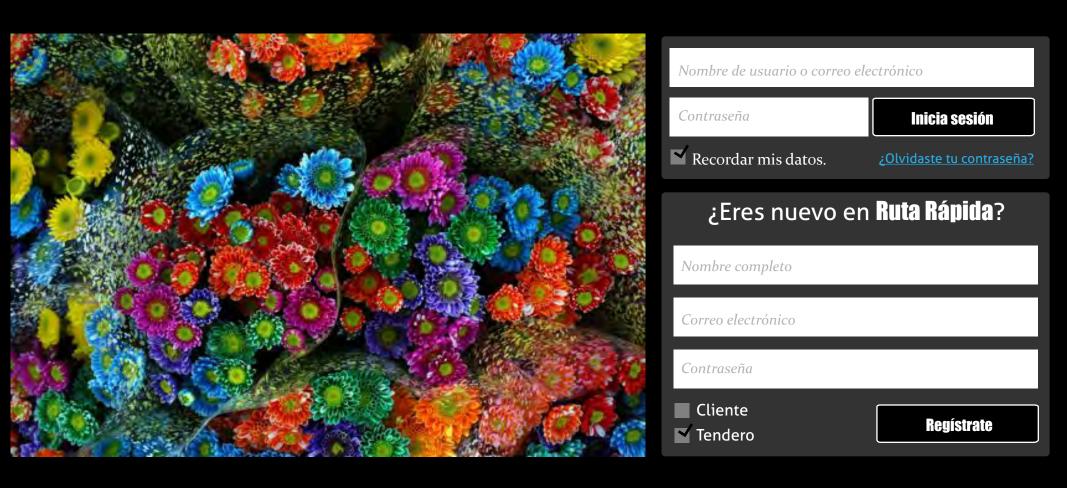
Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa









A STATE OF THE STA

Cuenta

HIEN WELL

Información Personal

Mis rutas

Historial de rutas

84400

Favoritas

Mercado quincenal Cumpleaños Navidad

Rutas recientes

Título	Ultima fecha	Favoritos
Frutas	12/9/13	
Cumpleaños	24/ 8/13	•
Mercado semanal	17/8/13	

Perfil

Alfredo Vargas

Notas / Recordatorios



 Noticias
 Sobre nosotros
 Consejos
 Perfiles
 Mi Lista
 Mapa

8/00/01/2019

Cuenta

HIEN WELL

Información Personal

Mis rutas



Perfil

Alfredo Vargas

Lo que compré:

Frutas y Verduras Pollo Lácteos Granos Decoración Flores



Sobre nosotros

Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa

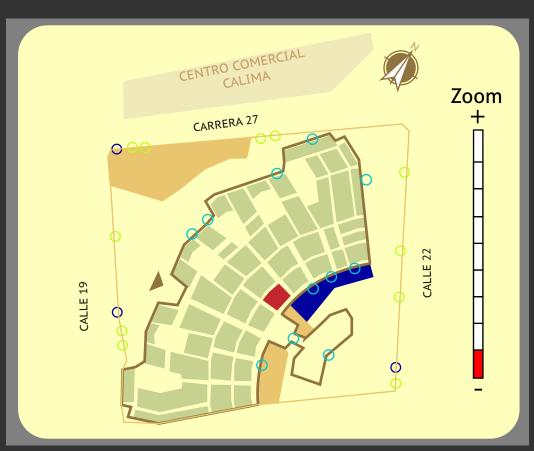
Cuenta

MILL STATE OF THE STATE OF THE

Información Personal

Localización

Productos



Perfil

Alba Urbique

Indicaciones

¿Cómo llegar?





Cuenta

Información Personal

Localización

Productos

Productos

Escriba a continuación los productos que su local ofrece.

Perfil

Alba Urbique

Productos en cosecha

Anuncios.

Mapa



Sobre nosotros



Consejos

N. BELL

Noticias

Filtros

Zonas

- Frutas y Verduras
- Pescados
- Pollo
- Lácteos
- Granos
- Restaurantes
- Decoración
- Especias y condimentos
- Menaje
- Flores

Infraestructura

- Entradas vehiculares
- Entradas Peatonales
- Entradas a la edificación
- Baños
- Parqueadero de Carros
- Parqueadero de Motos
- Parqueadero de Bicicletas
- Zona de descarga
- Salidas Vehiculares



Perfiles





En los 3 años que he venido a este puesto nunca me ha salido una mandarina dañada. Doña blanca es muy amable y siempre se asegura de dar la mejor calidad. Si una fruta esta dañada la bota pero nunca la vende. La recomiendo!!!

Mi Lista

Jose U.



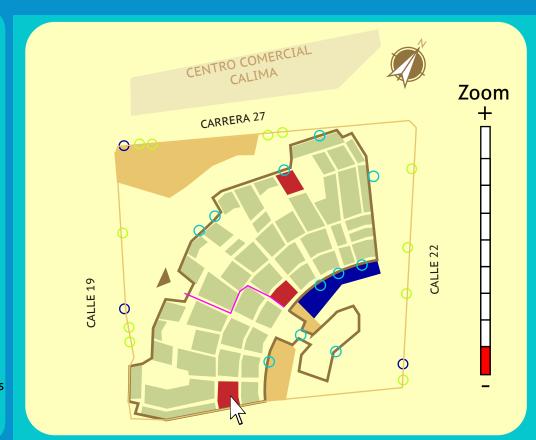
Filtros

Zonas

- Frutas y Verduras
- Pescados
- Pollo
- Lácteos
- Granos
- Restaurantes
- Decoración
- Especias y condimentos
- Menaje
- Flores

Infraestructura

- Entradas vehiculares
- Entradas Peatonales
- Entradas a la edificación
- Baños
- Parqueadero de Carros
- Parqueadero de Motos
- Parqueadero de Bicicletas
- Zona de descarga
- Salidas Vehiculares



STATE OF THE STATE

Herramientas: Crea tu recorrido











18 de noviembre 2013

En el puesto 225, venden la pasta de ajo en frasquitos a \$2490 el mediano. Esos frasquitos alcanzan para masomenos un mes.

El señor <u>Alfredo Vargas</u> vende ademas de ajo diferentes especias de belgica dice que son las mejores para





Sobre nosotros

Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa

Producto

- Frutas y Verduras
- Pescados
- Pollo
- Lácteos
- Granos
- Restaurantes
- Decoración
- **Especias y condimentos**
- Menaje
- Flores

Directorio



Nombre: Alba Urbique Tienda: Verde Fresco **Productos**: Frutas y verduras



Nombre: Alfredo Vargas

Tienda: Frutas, Frutas y mas Frutas

Productos: Frutas, verduras y Condimentos



Indique aquí la palabra o palabras que desea buscar.



Nombre: Pablo y Juana Ramos **Tienda:** Semillas de mi campo **Productos:** Frutas, verduras y especias



Nombre: Andres J. Tienda: Mi ranchito

Productos: Frutas, verduras y granos

Mis listas

Usuario

Contraseña

Olvide la contraseña Registrarme

Iniciar Sesión



Nombre: Alfredo Vargas **Tienda:** Frutas, Frutas y mas Frutas **Productos:** Frutas, verduras y Condimentos





Productos

Producto... Precio (Libra)

Lulo	\$1900
Papa criolla.	\$1580
Tomate	\$690
Cebolla	\$1050
Zanahoria	\$500
Granadilla	\$ 1500
Patilla	\$ 850

Noticias relacionadas con esta búsqueda

"Tu" Hizo un comentario sobre esta búsqueda

La página se actualizo el 1-11-2013





Sobre nosotros

Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa

Filtros

Zonas

- Frutas y Verduras
- Pescados
- Pollo
- Lácteos
- Granos
- Restaurantes
- Decoración
- Especias y condimentos
- Menaje
- Flores

Infraestructura

- Entradas vehiculares
- Entradas Peatonales
- Entradas a la edificación
- Baños
- Parqueadero de Carros
- Parqueadero de Motos
- Parqueadero de Bicicle-
- •:as
- Zona de descarga Salidas Vehiculares



Mis listas

- Lista mensual

- NAVIDAD!!!

- CALLOS EN SOPA

Nombre de la lista



3 Libras **Tomate** Cebolla 5 Uniades



lombre: Pablo y Juana Ramos Tienda: Semillas de mi campo Productos: Frutas, verduras y especias

Pimienta

1 libra

Guardar Imprimir Mapa Compartir





Perfiles

Votos: 54

Mi Lista

Mapa

Cliente

Cuenta

Información Personal

Rutas

Alba Urbique

Años de experiencia: 13

Frecuencia: 15 días

Edad: 35

Sobre mi: Mamá de 3 niños

Rutas recurrentes

Comentarios / Consejos



Sobre nosotros

Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa

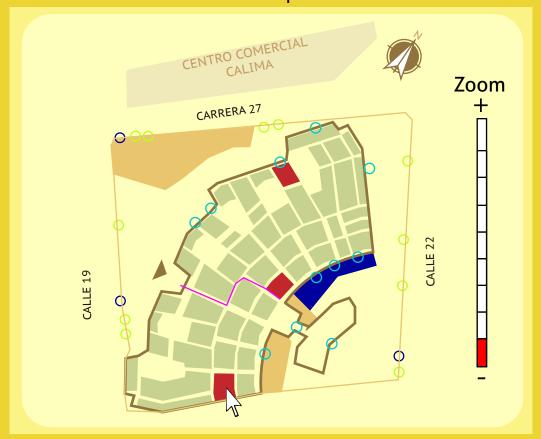
Cliente

Cuenta

Información Personal

Rutas

Rutas recurrentes: Mercado quincenal



Información de la ruta

Duración: 1 hora

Día de la semana: Jueves

¿Con quién fue?: Sola



Mensajes recientes

No hay nada más agradable que entrar a la plaza y gozar de la gran variedad de frutas, verduras, colores, olores, no sólo es muy bueno para nuestra salud sino para nuestro paladar sin olvidar el bolsillo.

Luz H. 3:20 pm

Es cierto que mañana hay promoción en los tubérculos?

Alejo H. 2:00 pm

La vez pasada que fui, me ayudo mucho la nueva señalizacion

Andres H. 12:00m

Un consejo miren el precio antes de pedir.

Gloria Ayer 9:00 pm

Tema más activo

Título del tema	Visitas/Respuestas	Ultimo mensaje
Tips de última hora: Compra en menos de 1 hora	50 respuestas 120 visitas	Hoy a las 7:17 pm Por: Andres H.

Temas

Título del tema	Visitas/Respuestas	Último mensaje
Consejos para los que van a la plaza por primera vez	30 respuestas 30 visitas	Hoy a las 8:15 pm Por: Alba Urbique
Recetas de la plaza	25respuestas 100 visitas	Ayer a las 10:15 pm Por: Maria J.
La fruta en cosecha!! Que opinan?	10 respuestas 50 visitas	Ayer a las 5:40 pm Por: Gloria
Mi experiencia!: Cómo te trato la plaza?	3 respuestas 10 visitas	Ayer a las 7:50 am Por: Andres H.



Mensajes recientes

No hay nada más agradable que entrar a la plaza y gozar de la gran variedad de frutas, verduras, colores, olores, no sólo es muy bueno para nuestra salud sino para nuestro paladar sin olvidar el bolsillo.

Luz H. 3:20 pm

Es cierto que mañana hay promoción en los tubérculos?

Alejo H. 2:00 pm

La vez pasada que fui, me ayudo mucho la nueva señalizacion

Andres H. 12:00m

Un consejo miren el precio antes de pedir.

Gloria Ayer 9:00 pm

Tips de última hora: Compra en menos de 1 hora

Autor	Mensaje	Hora
Alba Urbique	Siempre que vayan a la plaza hagan una lista, les será más fácil hacer las compras. Hay tantas cosas en la plaza que podrían confundirse	Hoy a las 8:15 pm
Pablo y Juana Ramos	Si un tomate esta extremadamente blandito está podrido no lo compren!	Hoy a las 12:00m
Andres J.	Vayan a la plaza por la mañana, la gente no suele madrugar y la plaza esta mas vacía hacia las 10 de la mañana. Aprovechen y hagan una compra sin tanta gente y ruido.	Hoy a las 7:05 am
Alfredo Vargas	Compren las flores de últimas porque si hay mucha gente sus flores podrían arruinarse, también por el calor o que alguna bolsa le caiga encima.	2 de noviembre a las 3:30 pm



Mensajes recientes

No hay nada más agradable que entrar a la plaza y gozar de la gran variedad de frutas, verduras, colores, olores, no sólo es muy bueno para nuestra salud sino para nuestro paladar sin olvidar el bolsillo.

Luz H. 3:20 pm

Es cierto que mañana hay promoción en los tubérculos?

Alejo H. 2:00 pm

La vez pasada que fui, me ayudo mucho la nueva señalizacion

Andres H. 12:00m

Un consejo miren el precio antes de pedir.

Gloria Ayer 9:00 pm

Tema más activo

Titulo del tema	Visitas/Respuestas	Ultimo mensaje
Tips de última hora: Compra en menos de 1 hora	50 respuestas	Hoy a las 7:17 pm
	120 visitas	Por: Andres H.

Temas <u>Crear un tema</u>

Titulo del tema	Visitas/Respuestas	Ultimo mensaje
Consejos para los que van a la plaza por primera vez	30 respuestas 30 visitas	Hoy a las 8:15 pm Por: Alba Urbique
Recetas de la plaza	25respuestas 100 visitas	Ayer a las 10:15 pm Por: Maria J.
La fruta en cosecha!! Que opinan?	10 respuestas 50 visitas	Ayer a las 5:40 pm Por: Gloria
Mi experiencia!: Como te trato la plaza?	3 respuestas 10 visitas	Ayer a las 7:50 am Por: Andres H.



Mensajes recientes

No hay nada más agradable que entrar a la plaza y gozar de la gran variedad de frutas, verduras, colores, olores, no sólo es muy bueno para nuestra salud sino para nuestro paladar sin olvidar el bolsillo.

Luz H. 3:20 pm

Es cierto que mañana hay promoción en los tubérculos?

Alejo H. 2:00 pm

La vez pasada que fui, me ayudo mucho la nueva señalizacion

Andres H. 12:00m

Un consejo miren el precio antes de pedir.

Respuesta

Gloria Ayer 9:00 pm

Tips de última hora: Compra en menos de 1 hora

Autor Mensaje Hora Siempre que vayan a la plaza hagan una lista, les será más Hoy a las 8:15 pm fácil hacer las compras. Hay tantas cosas en la plaza que podrían confundirse Alba Urbique Si un tomate esta extremadamente blandito está podrido no Hoy a las 12:00m lo compren! Pablo v Juana Ramos Vayan a la plaza por la mañana, la gente no suele madrugar y Hoy a las 7:05 am la plaza esta mas vacía hacia las 10 de la mañana. Aprovechen y hagan una compra sin tanta gente y ruido. Andres J.





Sobre nosotros

Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa

¿Quiénes somos?

Esta comunidad fue creada como un espacio para que las personas conocedoras de la Plaza de Mercado de Paloquemao compartan sus experiencias y consejos a las personas que no la conocen, de esta forma conocen los secretos de la plaza incluso antes de llegar a esta.



¿Quiénes pueden participar?

¡Todos pueden ser parte de la comunidad! Expertos, principiantes, compradores y vendedores; Todos compartimos e intercambiamos consejos y experiencias.



¿Cómo participar?

Solo necesitas registrarte para empezar a disfrutar de todos los beneficios tanto si eres vendedor como comprador.

dPara qué participar?

Si eres principiante obtendrás los mejores consejos directamente de los expertos, si eres conocedor estarás al tanto de los cambios y noticias de ultima hora de la plaza (productos en cosecha y promociones) y si eres vendedor podrás dar a conocer lo que vendes.



Sobre nosotros

Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa















Sobre nosotros

Consejos

Perfiles

Mi Lista

Mapa



FRUTA EN COSECHA: MANZANA

Para este mes de noviembre del 2013 la fruta en cosecha más importante es la Manzana. Pero que es una fruta en cosecha? Aunque esta en cosecha por que debería comprarla?.

Los alimentos en cosecha son aquellos que por esa época se producen en mayor cantidad y con una muy buena calidad, esto se puede deber a varios factores principalmente climáticos que favorecen el crecimiento y desarrollo de estas cosechas a diferencia de otras épocas del año u otras cosechas. Cuando las frutas están en cosecha, existe una gran oferta y por ende su precio baja. Cuando se compran las frutas en cosecha se ahorra plata y se ayuda a que gran parte de esa sobre oferta sea rescatada por que muchos de los alimentos en cosecha son perecederos y si no se venden en un tiempo determinado se dañaran y tocara botarlas.

Este mes la fruta en cosecha es la Manzana, la manzana es una fruta de las que más se ha plantado en el planeta. Es especialmente buena para climas fríos por sus nutrientes. Es de las especies más duraderas. Puede durar un largo tiempo (Mientras no se abra) sin perder sus propiedades y nutrientes. Actualmente existen entre 5.000 y 20.000 especies de Manzanas. Estas frutas se encuentran en cosecha en épocas invernales porque es de los frutales que más horas de frio (Más de 7° C) necesita para su correcto desarrollo.

Las manzanas además del uso en consumo como alimento también puede ser utilizado en la medicina, como antinflamatorio, antiácida, diurético, anticatarral, hipotensora, sedante, antidiabética entre otras cosas por sus componentes, vitaminas y propiedades. Para su uso se extraen diferentes partes y se preparan de diversas maneras dependiendo del uso.