



Connecting
Travel

fantasías

DE MARRUECOS
PORTUGAL
& ESPAÑA

 **25** | 
DÍAS | NOCHES


SALIDA GRUPAL
ACOMPAÑADA
22 AGOSTO 2026
10 GRUPO MÍNIMO
PASAJEROS



Connecting
Travel



DESTACADOS



Grupos acompañados desde Argentina por coordinadores exclusivos de **Connecting Travel**.



En Marruecos tendremos pensión completa.



Visitaremos los pueblos de Sintra, Cascáis y Estoril.



Degustación en una bodega de vino en Oporto.



Visitaremos la Universidad de Coímbra con su famosa Biblioteca Joanina.



En Aveiro tendremos un paseo en el "Passeio de Moliceiro".



Visita a Santuarios de peregrinación: Fátima y Santiago de Compostela.



Paradas panorámicas con funicular en Braga, Bilbao y San Sebastián.





DÍA

01

22 DE AGOSTO EZEIZA

Presentación en el Aeropuerto Internacional de Ezeiza a las 17:30 hs. para realizar el check-in del **vuelo 108 de Iberia** con destino la ciudad de Casablanca vía Madrid y horario de salida de Ezeiza a las 21:40 hs. Conexión en Madrid con vuelo IB 1357. **Noche a bordo.**

DÍA

02

23 DE AGOSTO MADRID / CASABLANCA

Llegada al Aeropuerto Internacional de Casablanca. Al pasar migraciones nos estará esperando nuestro guía de habla hispana y el bus para llevarnos al hotel. **Cena y alojamiento.**

DÍA

03

24 DE AGOSTO CASABLANCA / MEKNES / VOLUBILIS / FEZ

Desayuno. El día de hoy comenzaremos con la **visita de Casablanca**, capital económica de Marruecos, incluyendo el exterior y el interior de la majestuosa **Mezquita Hassan II**, el exterior del **Palacio Real**, el Mercado Central y la arquitectura Art Decó en general. Salida hacia Meknes, conocida como el **"Versalles marroquí"**, antigua capital imperial fundada a finales del siglo XVII por Moulay Ismail. La **visita panorámica** incluirá **Bab Mansour**, los establos reales, Hari Souani y el barrio judío. Almuerzo y continuación hacia las **ruinas romanas de Volubilis**, sitio arqueológico clasificado por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad, donde se aprecian restos de culturas romana y bereber. Llegada a Fez. **Cena y alojamiento.**

DÍA

04

25 DE AGOSTO FEZ

Desayuno. Todo el día estará dedicado a conocer la **Capital Espiritual**: la Medina Medieval con su **"Attarine y Bou Anania Medersas"**, la fuente Nejjarine, el Mausoleo de Moulay Idriss y la **Mezquita de Karaouine**, visita exterior solamente. **Almuerzo.** En la tarde, visita de los **zocos** y de **Fez Jdid**. **Cena y alojamiento.**

DÍA

05

26 DE AGOSTO FEZ / RABAT

Desayuno. A la hora acordada salida hacia la **capital administrativa** de Marruecos, Rabat: recorriendo el **barrio diplomático**, donde se podrá ver el **Palacio Real** (exterior), el **Mausoleo de Mohamed V**, la **Torre Hassan** y la Kasbah de los Oudayas, entre otros monumentos históricos. **Almuerzo.** Parada en el **"Café Maure"**, a orillas del río Abouregrag, para disfrutar opcionalmente de un té moruno acompañado de dulces típicos como "Kaab Ghazal" y "Ghariba". **Cena y alojamiento.**

DÍA

06

27 DE AGOSTO RABAT / MARRAKECH

Desayuno. Salida hacia Marrakech. **Almuerzo.** Tarde libre en Marrakech. **Cena y alojamiento.**



DÍA

07

28 DE AGOSTO MARRAKECH

Desayuno. Tendremos todo el día disponible para **conocer la ciudad**, la segunda más antigua del imperio, también llamada "La Perla del Sur". Por la mañana se hará la **visita de la parte histórica**, que incluirá el **Jardín de la Menara**, el **Palacio Bahía**, la Koutoubia y el Medersa Ben Youssef. **Almuerzo.** Por la tarde, visita de los zocos y los **barrios de los artesanos** para apreciar la diversidad de la zona, incluida la conocida **zona de Jemaa El Fna** y su incomparable ambiente nocturno. **Cena y alojamiento.**

DÍA

08

29 DE AGOSTO MARRAKECH

Desayuno. Día libre a su disposición para conocer la ciudad. **Almuerzo. Cena y alojamiento.**

DÍA

09

30 DE AGOSTO MARRAKECH / LISBOA

Desayuno. Luego del check out, medio día libre para terminar de recorrer Marrakech. A la hora indicada traslado al Aeropuerto Internacional de Marrakech para nuestro **vuelo a Lisboa**. Llegada a Portugal, luego de pasar migraciones nos estará esperando nuestro guía para acompañarnos hasta el hotel. **Alojamiento.**

DÍA

10

31 DE AGOSTO LISBOA / SINTRA / CASCAIS / ESTORIL

Desayuno. Excursión de día completo para visitar Sintra, Cascais y Estoril. La primera parada será Sintra, ciudad declarada **Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO** gracias a su incomparable paisaje cultural. Con sus calles empedradas, **fachadas pintorescas** y aire romántico, Sintra nos hará sentir como dentro de un **cuento de hadas**. Conoceremos el **Palacio da Pena** (entrada y guía incluidos), que se encuentra en la cima de la sierra. Por último, en Sintra, visitaremos el **Palacio Nacional**, situado en el centro histórico de la villa y declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO; es uno de los **palacios reales medievales** mejor conservados de Portugal. Continuando hacia **Cascais**, tendremos una panorámica de su **casco antiguo**, su animado **puerto** deportivo y sus doradas **playas**. Finalmente, el recorrido panorámico por **Estoril** nos permitirá apreciar su **ambiente elegante**, su historia ligada a la **aristocracia europea** y su famoso **casino**. Regreso a Lisboa. **Alojamiento.**

DÍA

11

1 DE SEPTIEMBRE LISBOA

Desayuno. El día de hoy tendremos la **visita de día entero** por Lisboa. Comenzaremos recorriendo el histórico **barrio de Belém**, uno de los más representativos de la época dorada de Portugal. Visitaremos la imponente **Torre de Belém**, se trata de una fortaleza del siglo XVI, situada a orillas del río Tajo; declarada Patrimonio de la Humanidad, fue clave en la defensa de la ciudad y símbolo de las expediciones marítimas. A pocos pasos, nos encontraremos con el **Monumento a los Descubrimientos**, homenaje a los exploradores portugueses. Luego continuaremos con la visita al **Monasterio de los Jerónimos**, sus famosos **claustros** y la **Iglesia de Santa María de Belém**. El recorrido regresa al centro de Lisboa, donde tendremos una panorámica de **Baixa Pombalina**, reconstruido tras el terremoto de 1755, se trata de un barrio animado y corazón comercial de Lisboa. Continuaremos hacia la **Praça**

do Comércio, una plaza enorme y abierta al río Tajo, rodeada de elegantes edificios, históricamente la entrada a la ciudad. Finalmente, tendremos las mejores vistas del famoso **Puente 25 de Abril**, un impresionante **punte colgante** que conecta Lisboa con la margen Sur del río. Regreso al hotel. **Alojamiento.**



DÍA

12

2 DE SEPTIEMBRE LISBOA / FÁTIMA

Desayuno. Dejaremos Lisboa y partiremos rumbo a Fátima, en el camino visitaremos Óbidos y Nazaré. Comenzaremos con un recorrido panorámico visitando **Óbidos**, una de las **villas medievales** mejor conservadas de Portugal, desde sus murallas centenarias se obtienen vistas espectaculares del casco antiguo. Visitaremos el **Castillo de Óbidos**, una increíble fortaleza medieval que hoy funciona como hotel y caminaremos por el **casco antiguo**, lleno de calles empedradas y casas tradicionales pintadas de azul y blanco. Tiempo libre para almorzar y luego seguiremos camino hacia **Nazaré**, conoceremos este encantador **pueblo costero** y visitaremos la **famosa playa** conocida por sus olas gigantes, que algunas veces alcanzan hasta 30 metros de altura. Disfrutaremos de un recorrido panorámico por la costa atlántica de Portugal. Por la tarde, llegaremos a uno de los **centros de peregrinación** cristiana más importantes del mundo, el **Santuario de Fátima**, cuyo nombre completo es Santuario de Nuestra Señora del Rosario de Fátima, el mismo conmemora las apariciones de la Virgen María a los tres pastorcitos. Visitaremos la majestuosa **Basílica de Nuestra Señora del Rosario** o Basílica de Fátima, un templo neoclásico donde en su interior se encuentran las tumbas de los tres videntes. Continuamos hacia nuestro hotel. **Alojamiento.**

DÍA

13

3 DE SEPTIEMBRE FÁTIMA / COÍMBRA / COSTA NOVA DO PRADO / AVEIRO / OPORTO

Desayuno. Continuación hacia Coímbra, donde visitaremos la **Universidad**, la más antigua de Portugal y una de las más antiguas de Europa; visitaremos la famosa **Biblioteca Joanina**, que cuenta con más de 300.000 obras que datan de los siglos XVI al XVIII; el **Palacio Real** y la **Capilla de São Miguel**. Continuaremos recorriendo Coímbra, veremos el **Monasterio de Santa Cruz**, la **Sé Velha** (Catedral Vieja) y la **Sé Nova** (Catedral Nueva), ambas catedrales conectadas por las pintorescas calles del casco antiguo; el **Arco de Almedina**, puerta principal de la antigua muralla medieval de Coímbra y la **Praça do Comércio**, una de las más animadas de la ciudad, rodeada de negocios. Nuestra próxima parada será **Costa Nova**, donde podremos fotografiar los famosos **“palheiros”**, cabañas de madera con fachadas pintadas a rayas de colores vivos y vibrantes. Llegada a **Aveiro**, conocida como la “Venecia de Portugal”. **Paseo en barco** por el río (Passeio de Moliceiro) y recorrido a pie para admirar la **arquitectura Art Nouveau**. Finalmente llegaremos a **Oporto**. **Alojamiento.**

DÍA

14

4 DE SEPTIEMBRE OPORTO / VILA NOVA DE GAIA

Desayuno. Visita de la ciudad incluyendo vistas panorámicas de la **Ribeira** y el **punte Dom Luís I**, el barrio más pintoresco a orillas del Duero; paradas en la histórica **Estación de Sao Bento**, conocida por su vestíbulo decorado con alrededor de 20.000 azulejos que narran la historia de Portugal y el **Palácio da Bolsa**, lujoso edificio neoclásico. Visitaremos la **Torre, Museo e Iglesia de los Clérigos**, hito de la ciudad que ofrece una panorámica de 360° de Oporto; recorreremos el **Claustro y el Museo de la Catedral** (Sé), uno de los monumentos más antiguos. Tiempo libre para almorzar y luego partiremos hacia **Vila Nova de Gaia**, donde tendremos una visita guiada por las históricas **Bodegas Calem** y **degustaremos** dos tipos de vinos. Regreso a Oporto. **Alojamiento.**



DÍA

15

5 DE SEPTIEMBRE OPORTO / GUIMARAES / BRAGA

Desayuno. Excursión de día completo a Guimarães y Braga. Partiremos hacia **Guimarães**, reconocida como la "cuna de Portugal" por ser un destino medieval declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y la **primera Capital del país**; recorreremos su casco antiguo lleno de **calles empedradas** y plazas con encanto. Visitaremos el **Castillo de Guimarães**, fortaleza del siglo X y símbolo máximo de la fundación del país y el **Palacio de los Duques de Braganza** (Paco dos Duques), que destaca por sus 39 chimeneas cilíndricas de ladrillo. Continuación hacia **Braga**, donde visitaremos la **Catedral** más antigua del país, la misma mezcla estilos románico, gótico, manuelino y barroco, ofreciendo una visión profunda del arte sacro portugués. A través del funicular de Bom Jesus, visitaremos el **Santuario del Bom Jesus do Monte**, situado en lo alto de una colina, es uno de los lugares más bellos de Portugal y **Patrimonio de la Humanidad**, se trata de una iglesia principalmente barroca rodeada de jardines. Regreso a Oporto. **Alojamiento.**

DÍA

16

6 DE SEPTIEMBRE OPORTO / SANTIAGO DE COMPOSTELA

Desayuno. Por la mañana dejaremos Portugal y partiremos hacia Santiago de Compostela. Resto del día libre. **Alojamiento.**

DÍA

17

7 DE SEPTIEMBRE SANTIAGO DE COMPOSTELA

Desayuno. Visita de día completo por la histórica ciudad de peregrinación. Comenzaremos con la entrada a la **Catedral de Santiago de Compostela** y su **museo**, declarados Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, donde podremos descubrir siglos de **historia, arte sacro y tradición peregrina**. Tendremos **paradas fotográficas** para apreciar la Catedral, la **Plaza del Obradoiro**, el **Monasterio de San Martín Pinario**, el **Convento de San Francisco**, la **Fuente de Los Caballos** y el **Palacio de Raxoi**. Regreso al hotel. **Alojamiento.**

DÍA

18

8 DE SEPTIEMBRE SANTIAGO DE COMPOSTELA / OVIEDO / SANTANDER

Desayuno. Salida hacia Santander. En el camino disfrutaremos de un recorrido panorámico por **Oviedo**, incluyendo la **Catedral de San Salvador de Oviedo**, joya del arte gótico. Pasearemos por el **casco histórico** de la ciudad, admirando sus **calles empedradas** llenas de encanto, plazas tradicionales y edificios. Continuación hacia Santander. **Alojamiento.**

DÍA

19

9 DE SEPTIEMBRE SANTANDER

Desayuno. Visita de día completo de la ciudad. Comenzaremos visitando el centro de arte contemporáneo **Centro Botín**, situado en los Jardines de Pereda, se trata de un museo vanguardista diseñado por Renzo Piano. Continuaremos nuestro recorrido con vistas de la **Catedral de Santander**, situada en el centro histórico y el paseo marítimo **El Sardinero**, conocido por sus elegantes avenidas y playas de arena fina. Más adelante, nos dirigiremos hacia la icónica **Península de la Magdalena**, donde visitaremos el **Palacio de la Magdalena**, antigua residencia de verano de la realeza española; se trata de un sitio para admirar las **impresionantes vistas del mar Cantábrico**. Regreso al hotel. **Alojamiento.**



DÍA

20

10 DE SEPTIEMBRE SANTANDER / BILBAO

Desayuno. Por la mañana partiremos hacia Bilbao. Resto del día libre. **Alojamiento.**

DÍA

21

11 DE SEPTIEMBRE BILBAO

Desayuno. Visita panorámica de la ciudad. Disfrutaremos de un recorrido a pie por Bilbao, visitaremos la **Plaza Nueva**, la **Zona de Pintxos**, espacio gastronómico por excelencia para disfrutar los típicos pintxos; el **Mercado de la Ribera** y pasearemos por las calles estrechas del **Casco Histórico**, núcleo medieval fundado en el siglo XIV. Luego tomaremos el **Funicular de Artxanda**, billete de ida y vuelta incluido, para disfrutar de las mejores **vistas panorámicas** de Bilbao. La visita concluye con la **entrada al Museo Guggenheim**, diseñado por Frank Gehry, **ícono arquitectónico** de la ciudad que alberga exposiciones de **arte moderno y vanguardista**. Regreso al hotel. **Alojamiento.**

DÍA

22

12 DE SEPTIEMBRE BILBAO / SAN SEBASTIÁN

Desayuno. Por la mañana partiremos hacia San Sebastián. Resto del día libre. **Alojamiento.**

DÍA

23

13 DE SEPTIEMBRE SAN SEBASTIÁN

Desayuno. Nuestro día comienza por la mañana con la **visita panorámica** de la ciudad. Llegaremos al **Monte Igeldo** con el **Cable Car**, desde donde tendremos las mejores vistas panorámicas de San Sebastián. Continuaremos el recorrido hacia El **Peine del Viento**, luego el **Palacio de Miramar** y sus jardines, un bello palacio de estilo inglés con vistas a la Bahía. Al regreso, visitaremos el **casco antiguo**, explorando la arquitectura señorial del centro. Continuaremos hacia **Monte Urgull**, un mirador panorámico y espacio histórico con fortificaciones del siglo XII. Regreso al hotel. **Alojamiento.**

DÍA

24

14 DE SEPTIEMBRE SAN SEBASTIÁN / MADRID

Desayuno. Luego del check out, medio día libre en San Sebastián. A la hora indicada traslado al Aeropuerto Internacional de San Sebastián para tomar nuestro vuelo Iberia 450 con destino Ezeiza vía Madrid. Llegada a Madrid y conexión con nuestro vuelo IB 101. **Noche a bordo.**

DÍA

25

15 DE SEPTIEMBRE MADRID / EZEIZA

Por la mañana llegada a Ezeiza.

FIN DE NUESTROS SERVICIOS

EXCURSIONES

- **Casablanca:** Visita de la ciudad, incluyendo exterior e interior de la Mezquita Hassan II.
- **Meknes:** Visita panorámica de la ciudad y visita a las ruinas romanas de Volubilis
- **Fez:** Visita de día completo por la ciudad, incluyendo los zocos y Fez Jdid.
- Visitas de la ciudad en **Rabat y Marrakech.**
- Excursión de día completo por **Sintra, Cascáis y Estoril.** Incluyendo entradas a Palacio da Pena y el Palacio Nacional
- **Lisboa:** Visita de la ciudad, incluyendo entrada al Monasterio de los Jerónimos, Claustro e Iglesia.
- Excursión de día completo a **Óbidos, Nazaré y Fátima.** Incluyendo entradas al Castillo de Óbidos y al Santuario de Fátima.
- Excursión de día completo a **Coímbra, Costa Nova do Prado y Aveiro.** Entrada incluida a la Universidad de Coímbra, su Biblioteca Joanina, el Palacio Real y la Capilla de São Miguel. En Aveiro paseo en barco "Passeio de Moliceiro".
- **Porto:** Visita de la ciudad, entradas incluidas a la Torre, Museo e Iglesia de los Clérigos, el Claustro y Museo de la Catedral.
- Visita a la **bodega Calem** con degustación.
- Excursión de día completo a **Guimarães y Braga.** Incluyendo entradas al Castillo de Guimarães, al Palacio de los Duques de Braganza, la Catedral de Braga y funicular Bom Jesus.
- **Santiago de Compostela:** Visita de la ciudad, incluyendo entradas a la Catedral y Museo.
- **Oviedo:** Visita panorámica de la ciudad.
- **Santander:** Visita de la ciudad. Entradas incluidas a Centro Botín y el Palacio de la Magdalena.
- **Bilbao:** Visita de la ciudad. Entrada incluida al Museo Guggenheim y funicular al mirador de Artxanda.
- **San Sebastián:** Visita de la ciudad. Incluyendo funicular a Monte Igueldo (ida y vuelta).

EL PRECIO INCLUYE

- 22 noches de alojamiento en hoteles de categoría 4 y 5 estrellas en Habitación Standard.
- Régimen: Pensión Completa en Marruecos y Desayuno en Portugal/España.
- Aéreo de Iberia en Cabina Económica, ida y vuelta.
- Aéreo de Marrakech a Lisboa en clase económica.
- Traslados en servicio privado de llegada, entre destinos y salida con asistencia de habla hispana.
- Visitas con guía local y/o excursiones de habla hispana (según itinerario).
- Propinas obligatorias (guías y conductores).
- Tasas hoteleras.
- Asistencia al viajero de Universal Assistance Excellence USD 150.000 con garantía de cancelación plus, con causa hasta USD 6.000, **hasta 70 años cumplidos.**
- https://www.universal-assistance.com/uploads/ccggs/ccggs_retail_la_v40_single_trip_oct2025.pdf

SERVICIOS QUE NO INCLUYE

- Cualquier almuerzo o cena no mencionada en el programa.
- Extras y gastos personales.
- Cualquier excursión opcional.
- Propinas no obligatorias.
- Early check-in y late check out (salvo que se indique lo contrario en el itinerario).
- Asignación de asientos (el costo lo determina la compañía aérea).
- Bebidas no incluidas.
- Maleteros.
- Suplemento de asistencia al viajero para pasajeros entre 71 y 85 años: USD 120 por persona (con seguro de cancelación).

TARIFAS POR PERSONA PAGANDO EN DOLARES

Doble a compartir garantizada para mujeres

DOBLE

USD **8338**
+ 1450 IMPUESTOS

SINGLE

USD **10689**
+ 1450 IMPUESTOS

* Los impuestos no incluyen: Percepción RG 5463 sobre servicios terrestres / aéreos aplicable a pagos en pesos (consultar).

DETALLE DE LOS VUELOS

IB 108 22AUG EZEMAD 21:40 - 14:30 23AUG
IB1357 23AUG MADCMN 16:25 - 17:20 23AUG
IB 450 14SEP EASMAZ 21:30 - 22:40 14SEP
IB 103 15SEP MADEZE 00:05 - 07:40 15SEP

Equipaje permitido: Incluye 1 equipaje en bodega 23 Kg y equipaje de mano 10 Kg.
Vuelos confirmados por Iberia sujetos a modificación y re confirmación por la compañía aérea.

HOTELES PREVISTOS O SIMILARES

| | | | |
|------------------------|----------|---|--|
| CASABLANCA | 1 Noche |  | Kenzi Tower |
| FEZ | 2 Noches |  | Fes Heritage Boutique Hotel |
| RABAT | 1 Noche |  | Le Diwan Hotel Rabat - MGallery Collection |
| MARRAKECH | 3 Noches |  | Kenzi Rose Garden |
| LISBOA | 3 Noches |  | VIP Executive Arts |
| FÁTIMA | 1 Noche |  | Cinquentenario |
| OPORTO | 3 Noches |  | Vila Gale Porto Ribeira |
| SANTIAGO DE COMPOSTELA | 2 Noches |  | Eurostars Gran Hotel Santiago |
| SANTANDER | 2 Noches |  | Hotel Santemar |
| BILBAO | 2 Noches |  | Hotel Abando |
| SAN SEBASTIÁN | 2 Noches |  | Hotel Palacio de Aiete |

Haz click sobre el nombre del hotel y accederás automáticamente a la web del mismo.

REQUISITOS DE VIAJE

- Pasaporte vigente y en buenas condiciones, con hojas libres para sellados migratorios y vigencia mínima 6 meses desde la fecha de regreso a Argentina.
- Certificado de Vacunación contra la Fiebre Amarilla o su exención.

LEGALES

Las salidas grupales acompañadas requieren sin excepción un mínimo de 10 pasajeros para ser operativas, pudiendo llegar a 25/30 pasajeros como máxima cantidad de participantes dependiendo del destino. En caso de no reunirse dicha cantidad mínima (10), el Operador Responsable se reserva el derecho de informar la cancelación del mismo en un plazo no menor a los 15 días hábiles anteriores a la fecha de inicio del tour, teniendo el pasajero derecho al reintegro de la suma total abonada en concepto de seña, sin que corresponda realizar ningún otro tipo de compensación por parte del operador. De no aceptar el reintegro, el pasajero podrá optar por un itinerario alternativo y sujeto a re-cotización. Los tickets aéreos serán emitidos una vez completado el cupo de bloqueo o al cumplirse el plazo establecido 30 días anteriores a la salida. Por este motivo, las tarifas e impuestos aéreos quedan sujetos a modificaciones al momento de la emisión por parte de la compañía aérea, y a fluctuaciones de la moneda dólar/peso, como así también a nuevas regulaciones y resoluciones de los entes gubernamentales. En caso de suscitarse alguna diferencia, el operador responsable se reserva el derecho de reajustar las tarifas en consecuencia. Connecting Travel no se responsabiliza de la selección de asientos en los vuelos, esto depende exclusivamente de las compañías aéreas. Podemos realizar el requerimiento con la preferencia de cada pasajero, pero no lo podemos garantizar. Es responsabilidad del pasajero contar con los pasaportes y documentos de migración requeridos por las autoridades de la República Argentina y de los países de destino o de tránsito, tales como visas, permisos sanitarios, etc. El operador responsable del programa no aceptará ninguna responsabilidad por el deterioro de maletas ya sea durante los trayectos aéreos, terrestres o en cada hotel. Las excursiones y comidas ofrecidas en el presente itinerario pueden ser realizadas en diferentes días a los previstos en el itinerario, siempre que esto no desmejore la calidad y/o cantidad de servicios ofrecidos. Las opciones de menú incluidas son variadas de acuerdo a una selección realizada, considerando las preferencias de nuestros clientes y las costumbres y tradiciones de cada destino. Ante restricciones de salud al respecto, se ofrece una alternativa de "comida de dieta" de elaboración sencilla y basada esencialmente en verduras y frutas.

