



estamos hechos para
COMPARTIR

Alimentos Ultracongelados

Catálogo de PRODUCTO



estamos hechos para
COMPARTIR
www.fripozo.com



Hemos crecido contigo

FRIPOZO pertenece al GRUPO FUERTES, un holding empresarial con más de 65 años de desarrollo, de capital español y constituido por más de 20 empresas, entre las que destaca ELPOZO ALIMENTACIÓN.

Desde 1989

Hemos estado ahí todo este tiempo y entendemos tu forma de vida, porque es la nuestra.

Por eso, trabajamos para hacerte la vida más fácil.



El secreto es innovar

Llevamos la innovación en nuestro ADN. Son 30 años adaptándonos a nuevas ideas y retos. Sabemos que la zona de confort no existe. La tecnología de última generación, la mentalidad de equipo y crecer contigo es lo que nos permite ofrecerte sabrosas recetas que se adaptan a tu ritmo de vida.

Hoy, como todos los días, cocinamos pensando en ti.



Desde 1989

+600

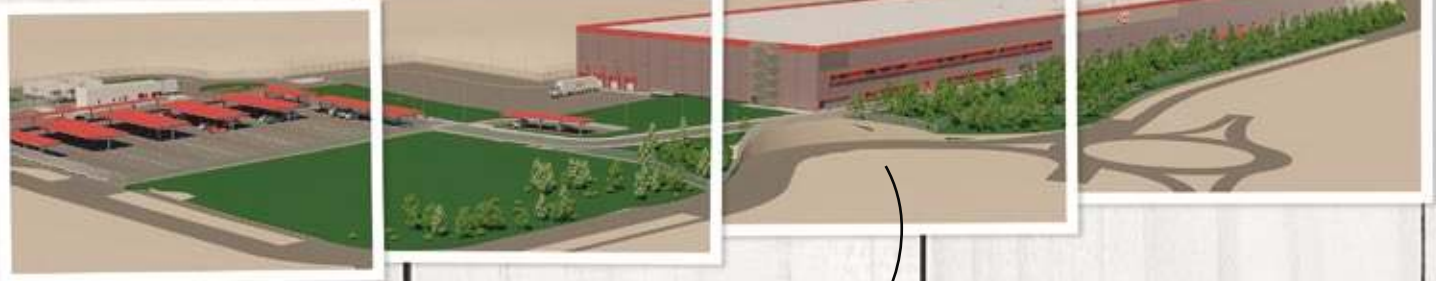
profesionales

+600

productos

+18.000 clientes





**25.000 m²
en 2019**

**60.000 m²
en 2020**

**80.000 m²
en 2ª fase**

Conservación a -23 °C
(5 grados por debajo
de la exigida).

LIBRES DE OGM



international
featured
standards



Estamos hechos para compartir

Somos como tú: exigentes,
aventureros, innovadores, curiosos
e inquietos.

Hemos buscado la inspiración
en recetas de todo el mundo, en
gastro mercados, en tendencias
como el «finger Food» o en las
simples y sabrosas propuestas de
los «Food Trucks».

Comida para experimentar,
saborear y sobre todo compartir.





250 gr.

TENDERS BARBACOA Y MIEL

15x0,25	175 °C
	2-3 mins.
11-14 uds.	18 gr./ud.
	180 °C
	14 mins.

250 gr.

TENDERS CAJÚN

15x0,25	175 °C
	2-3 mins.
11-14 uds.	18 gr./ud.
	180 °C
	14 mins.

300 gr.

CRUNCHY DE POLLO

15x0,3	175 °C
	3 mins.
16-18 uds.	13 gr./ud.
	200 °C
	16 mins.



300 gr.

CRUNCHY DE GOUDA

15x0,3	175 °C
	2 mins.
17-19 uds.	13 gr./ud.
	220 °C
	6-7 mins.

ESTAMOS HECHOS
PARA
COMPARTIR



250 gr.

SOLOMILLO DE POLLO KENTUCKY

15x0,25	3-4 mins.
6-8 uds.	40 gr/ud.
	220 °C
	18 mins.

250 gr.

SOLOMILLO DE POLLO KENTUCKY

15x0,25	3-4 mins.
6-8 uds.	40 gr/ud.
	220 °C
	18 mins.

250 gr.

PULLED CROKS ORIGINAL

15x0,25	3-4 mins.
10-11 uds.	23 gr/ud.

250 gr.

PULLED CROKS SMOKY BBQ

15x0,25	3-4 mins.
10-11 uds.	23 gr/ud.





350 gr.

MUCHO MÁS SANO QUINOA Y KALE

15x0,35 6 mins.

quinoa
kale
pavo
verduras
especias

6 mins.

92 Kcal
por 100 g

Información Nutricional		350 g (1 ración cocinada)
Valores medios por:		100 g (crudo)
Valor energético	385 kJ	1.312 kJ
	92 Kcal	314 Kcal
Grasas	3,2 g	7,0 g
de las cuales: saturadas	0,5 g	1,8 g
Hidratos de Carbono	7,1 g	35 g
de los cuales: azúcares	2,0 g	7,4 g
Fibra alimentaria	5,9 g	23 g
Proteínas	5,8 g	16 g
Sal	0,65 g	3,9 g

Este envase contiene 1 ración de 350 g.

Kale:
5 veces más Vitamina C que las espinacas

BAJO contenido en GRASAS SATURADAS

FUENTE de FIBRA

FUENTE de PROTEÍNAS

Quinoa:

- ✓ Alto contenido en proteínas.
- ✓ Favorece tránsito intestinal
- ✓ Efecto saciante.

Kale:

- ✓ 5 veces más vitamina C que las espinacas.
- ✓ Más calcio que la leche.
- ✓ Más hierro que la carne.
- ✓ Rico en antioxidantes.



Arroz integral:

- ✓ 5 veces más fibra que el arroz blanco.
- ✓ Más vitaminas y minerales que el arroz blanco.
- ✓ Efecto saciante.
- ✓ Hidratos de carbono de absorción lenta.



350 gr

MUCHO MÁS SANO DE ARROZ INTEGRAL

15x0,35 6 mins.

arroz integral
pavo
verduras
especias

6 mins.

85 Kcal
por 100 g

Información Nutricional		350 g (1 ración en sortén)
Valores medios por:		100 g (crudo)
Valor energético	353 kJ	1.518 kJ
	85 Kcal	361 Kcal
Grasas	2,4 g	6,3 g
de las cuales: saturadas	0,4 g	1,8 g
Hidratos de Carbono	7,3 g	19 g
de los cuales: azúcares	0,1 g	6,0 g
Fibra alimentaria	6,1 g	18 g
Proteínas	5,4 g	18 g
Sal	0,88 g	4,2 g

Arroz integral:
Más vitaminas
y minerales que el
arroz blanco

BAJO
contenido en
GRASAS
SATURADAS

FUENTE
de **FIBRA**

FUENTE
de **PROTEÍNAS**

Este envase contiene 1 ración de 350 g.



400 gr.

PREPARADO PARA HUEVOS ROTOS

15x0,4

5 mins. patata fiambre bacon cebolla pimientos

7 mins.

400 gr.

PAVO CON VERDURAS

15x0,4

6 mins. pavo judías zanahoria cebolla berenjena

8 mins.



400 gr.

YORK & BACON CON ARROZ

15x0,4

5 mins. arroz fiambre bacon, tortilla zanahoria quisantes

5 mins.

330 gr.

BACON & QUESO "PATATAS RANCHERAS"

15x0,33

5 mins. patata bacon, queso y salsa ranchera

5 mins. 250 °C 15 mins.





300 gr.

NUGGETS DE POLLO KEBAB

15x0,3	175 °C
	4 mins.
15 uds.	18 gr / ud.
	220 °C
	15 mins.

300 gr.

NUGGETS DE POLLO

12x0,3	175 °C
	3 mins.
14 uds.	18 gr / ud.
	220 °C
	15 mins.



260 gr.

MINI SAN JACOBOS

12x0,26	175 °C
	2-3 mins.
13 uds.	20 gr / ud.





BUÑUELOS DE BACALAO 500 gr.

12x0,5 175 °C
3 mins.

60 uds. 8 gr/ud.

200 °C
25 mins.



CROQUETAS CASERAS DE JAMÓN 400 gr.

10x0,4 175 °C
3-4 mins.

20 uds. 20 gr/ud.

CROQUETAS CASERAS DE POLLO 400 gr.

10x0,4 175 °C
3-4 mins.

20 uds. 20 gr/ud.

CROQUETAS CASERAS DE BACALAO 400 gr.

10x0,4 175 °C
3-4 mins.

20 uds. 20 gr/ud.



CROQUETAS CASERAS DE JAMÓN MINIS 400 gr.

10x0,4 175 °C
2-3 mins.

40 uds. 10 gr/ud.

400 gr.
DELICIAS DEL MAR

10x0,4 4 mins.
175 °C
20 uds. 20 gr./ud. aprox.
240 °C 10 mins.



400 gr.
ANILLAS A LA ROMANA
10x0,4 4 mins.
175 °C
30 uds. 13 gr./ud. aprox.
240 °C 12 mins.

240 gr.
CHISPAS DE MERLUZA

12x0,24 3-4 mins.
175 °C
12 uds. 22 gr./ud.
230 °C 20 mins.



400 gr.
RABAS

10x0,4 2-3 mins.
175 °C
20 uds. 19-23 gr./ud.
220 °C 13-15 mins.



450 gr.
MINI EMPANADILLAS DE BONITO

10x0,45 2-3 mins.
175 °C
29 uds. 16 gr./ud. aprox.



250 gr.
EMPANADILLAS DE ATÚN

12x0,25 3-4 mins.
175 °C
8 uds. 32 gr./ud. aprox.



200 gr.
LANGOSTINO REBOZADO

15x0,2 3-4 mins.
175 °C
12 uds. 10-20 gr./ud.
230 °C 15 mins.





500 gr.

ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA

	8x0,5		4 mins.
	5 mins.		arroz fiambre gambas guisantes zanahoria tortilla
			200 °C 12-15 mins.

500 gr.

ARROZ TRES DELICIAS CON MARISCO

	8x0,5		arroz surimi gambas judia zanahoria cebolla ajo maiz tortilla
	5 mins.		

350 gr.

REVUELTO DE GAMBAS

	10x0,35		5 mins.
			brotos de ajo espárragos verdes y gambas



400 gr.

FRUTOS DE MAR



10x0,4 descongela
y usa como
marisco fresco
pota, merluza
mejillones
gambas y almejas



400 gr.

PREPARADO PARA PAELLA DE MARISCOS



12x0,4 descongela
y usa según
modo de empleo

pota, cigalas,
mejillones, almejas,
merluza, gambas,
guisantes y pimiento



FLAMENQUÍN YORK 380 gr.

15x0,38	175 °C
4 uds.	4-5 mins.
95 gr/ud.	



SAN JACOBOS 320 gr.

15x0,32	175 °C
4 uds.	3 mins.
80 gr/ud.	



PECHUGAS DE POLLO EMPANADAS 320 gr.

15x0,32	175 °C
4 uds.	5 mins.
80 gr/ud.	



ALBÓNDIGAS DE CARNE 500 gr.

10x0,5	175 °C
23 uds. aprox.	2 mins.
22 gr/ud. aprox.	

HAMBURGUESAS 360 gr.

10x0,36	175 °C
4 uds.	4 mins. cada lado
90 gr/ud.	





360 gr.

CORDON BLEU

12x0,36	175 °C
4 uds.	4-5 mins.
	90 gr/ud.



400 gr.

PALITOS DE MERLUZA

10x0,4	175 °C
17 uds.	3-4 mins.
	23 gr/ud. aprox.
	220 °C
	20 mins.



320 gr.

MERLUZA CON YORK Y QUESO

12x0,3	175 °C
4 uds.	4-5 mins.
	75 gr/ud.

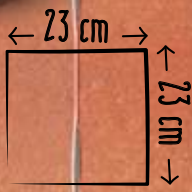


300 gr.

VARITAS DE MERLUZA

10x0,3	175 °C
10 uds.	3-4 mins.
	30 gr/ud.





MASA DE HOJALDRÉ 500 gr.

ver modo empleo

12x0,5

2 uds. 250 gr./plancha.

BASES DE PIZZAS 300 gr.

200 °C

8x0,3 10-12 mins.

2 uds. 150 gr/ud.



MINI PIZZA DE JAMÓN 270 gr.

200 °C

6x0,27 9-10 mins.

LASAÑA A LA BOLOÑESA 300 gr.

200 °C

12x0,3 25-30 mins

1 ración 100 gr/ud. aprox.



CANELONES DE CARNE 300 gr.

200 °C

12x0,3 25-30 mins

3 canelones 50 gr/canelón



con pasta fresca, al horno o al microondas



LASAÑA A LA BOLOÑESA 500 gr.

200 °C

12x0,5 40 mins.

2 raciones 100 gr/ud. aprox.

CANELONES DE CARNE 500 gr.

200 °C

12x0,5 40 mins.

6 canelones 50 gr/canelón





400 gr.

PIZZA DE JAMÓN

200 °C

6x0,40 10-12 mins.



385 gr.

PIZZA DE ATÚN

200 °C

6x0,385 10-12 mins.

400 gr.

PIZZA 4 QUESOS

200 °C

6x0,40 10-12 mins.



400 gr.

PIZZA DE POLLO

200 °C

6x0,40 10-12 mins.



400 gr.

PIZZA BARBACOA

200 °C

6x0,40 10-12 mins.



390 gr.

PIZZA DE BACÓN

200 °C

6x0,39 10-12 mins.



390 gr.

PIZZA BOLONESA

200 °C

6x0,39 10-12 mins.





8x500gr
MEJILLÓN
CARNE
10x500gr



8x500gr
ALMEJA
CHILENA



8x340gr
CALAMAR
TROCEADO



6x600gr
CALAMARES
6x0,6 65-85
gr/ud.
descongelar
y usar al gusto



6x600gr
SEPIA LIMPIA
"CHOCO"
6x0,6 150-250
gr/ud.
descongelar
y usar al gusto



6x1 kg
ANILLAS
DE POTA

6x600gr

FILETES DE PEZ ESPADA

6x0,6 90-140 gr/ud.

descongelar y usar al gusto



6x600gr

PESCADILLA FINA

6x0,6 80-200 gr/ud.

descongelar y usar al gusto

6x500gr

SUPREMAS DE MERLUZA SIN PIEL

6x0,5 90-130 gr/ud.

descongelar y usar al gusto



6x600gr

FILETES DE MERLUZA SIN PIEL

6x0,6 70-150 gr/ud.

descongelar y usar al gusto

6x600gr

BOQUERÓN DE LONJA

6x0,6 15-20 gr/ud.

descongelar y usar al gusto





8x340gr
GAMBA PELADA
15x200gr



3x1kg
GAMBA PELADA ESPECIAL AJILLO.



15x200gr
GAMBA PELADA EXTRA



12x250gr
ROLLITOS DE MAR
3x1Kg



12x250gr
MUSLITOS DE MAR
4x0,9Kg



12x1Kg
LANGOSTINO BLANCO SALVAJE



10x1Kg
LANGOSTINO TIGRE DEL MEDITERRÁNEO



10x1Kg
GAMBA BLANCA
6x1Kg



6x2Kg
GAMBÓN (GAMBA LANGOSTINERA)



6x700gr
GAMBÓN (GAMBA
LANGOSTINERA)

6x700gr
LANGOSTINO
COCIDO

6x490gr
BOGAVANTE
CRUDO



6x800gr
BOCAS Y CUERPOS
COCIDOS





12x400gr
ESPINACAS HOJAS.



10x500gr
ESPINACAS PORCIONES

10x400gr
HABA BABY

12x400gr
GUISANTES

10x500gr
GARBANZO SELECTO



12x400gr
ENSALADILLA
patata, zanahoria, guisante y judía verde

5x1kg
ESPÁRRAGO ENTERO*

12x400gr
MENESTRA MEDITERRÁNEA
judía plana, zanahoria, guisante, coliflor, alcachofa, puerro y espinacas

12x400gr
MENESTRA SUPERIOR
judía plana, zanahoria, guisante, coliflor, alcachofa, champiñón y espárrago





12x400gr
JUDIA PLANA

12x400gr
JUDIA REDONDA



4x2,5kg
COLIFLOR*



10x1kg
PATATA BRAVA*



10x1kg
PATATA
4x2,5kg

4x2,5kg
PATATA JULIENNE*



4x1kg
COCKTAIL DE SETAS*



10x1kg
PATATA GAJO*



4x2,5kg
PATATA STEAK HOUSE*



*PRODUCTO PRESENTADO EN BOBINA POLIVALENTE

www.fripozo.com



FRIPOZO S.A. - Avda. Juan Carlos I, 99
30565 Las Torres de Cotillas (Murcia-España)
Tlf. +34 968 38 76 40 Fax. +34 968 62 33 94
www.fripozo.com (2020)