

ESTUDIO ALIMENTOS CON GLUTEN VS. SIN GLUTEN (SEPTIEMBRE 2025)

FACUA-Consumidores en Acción ha realizado un estudio comparativo de un centenar de precios de productos con y sin gluten a la venta en seis grandes cadenas de distribución del país. Los precios en rojo se corresponden a ofertas temporales con descuento.

Entre los productos analizados hay pizzas, pasta, cerveza, panes, galletas, cereales, magdalenas, harinas, nuggets o tortas de anís. La toma de precios se realizó el 30 de septiembre en Mercadona, Dia, Hipercor, Eroski, Alcampo y Carrefour.

Toma de precios: 30 de septiembre 2025	Con gluten	Sin gluten	% diferencia
Mercadona			
Pizza jamón y queso Hacendado	2,50 €	3,20 €	28,00 %
Spaguetti (500 g.)	0,80 €	2,05 €	156,25 %
Baguette	0,57 €	2,03 €	256,14 %
Galletas cookies Hacendado (200-225 g.)	1,60 €	2,10 €	31,25 %
Salsa de soja Hacendado (250 ml.)	1,25 €	2,50 €	100,00 %
Dia			
Picos de pan (1 kg.)	3,16 €	13,90 €	339,87 %
Plumas Gallo (450 g.)	1,39 €	2,49 €	79,14 %
Pizza prosciutto Dr. Oetker (340-345 g.)	3,75 €	4,59 €	22,40 %
Cerveza Mahou (33 cl.)	0,85 €	0,85 €	0,00 %
Cereales Corn Flakes Nestlé (1 kg.)	6,00 €	10,37 €	72,83 %
Hipercor			
Pizza jamón y queso Casa Tarradellas (420 g.)	3,25 €	3,49 €	7,38 %
Estrella Galicia (botellas 25 cl.x 6)	4,29 €	3,87 €	-9,79 %
Eroski			
Magdalenas Eroski (1 Kg.)	3,45 €	12,16 €	252,46 %
Hélices vegetales Gallo (450 g.)	1,74 €	2,69 €	54,60 %
Pan rallado Eroski (1 kg.)	1,13 €	5,70 €	404,42 %
Macarrones Eroski (500 g.)	0,80 €	2,05 €	156,25 %
Pan de molde Bimbo (1 Kg.)	3,19 €	11,17 €	250,16 %
Corn Flakes Nestlé (1 Kg.)	5,78 €	10,64 €	84,08 %
Bases de pizza (1 Kg.)	4,30 €	10,17 €	136,51 %
Cerveza Mahou (33 cl.)	0,68 €	0,94 €	38,24 %
Spaguettis Eroski (500 g.)	0,80 €	2,05 €	156,25 %
Harina de trigo repostería Eroski (1 Kg.)	1,05 €	5,73 €	445,71 %
Nuggets La Cocinera (1 Kg.)	12,48 €	15,05 €	20,59 %
Fideos Gallo (450 g.)	1,37 €	2,69 €	96,35 %
Tortita de maíz Eroski (130 g.)	1,19 €	1,19 €	0,00 %
Pizza jamón y queso Tarradellas (420 g.)	3,19 €	3,39 €	6,27 %
Spaguetti Garofalo (1 Kg.)	3,58 €	6,85 €	91,34 %

Alcampo			
Mahou (33 cl.)	0,70 €	0,65 €	-7,14 %
Estrella Galicia (botellas 25 cl.x 6)	3,89 €	3,99 €	2,57 %
Pizza jamón y queso Tarradellas (420 g.)	3,18 €	3,38 €	6,29 %
Pasta hélices Gallo Ensaladas (1 Kg.)	2,90 €	5,18 €	78,62 %
Pan rallado Alcampo (1 Kg.)	1,12 €	5,00 €	346,43 %
Pan de molde Alcampo (1 Kg.)	1,36 €	7,50 €	451,47 %
Picos de pan Alcampo (1 Kg.)	2,96 €	10,00 €	237,84 %
Regañás Alcampo (1 kg.)	3,92 €	10,00 €	155,10 %
Fideos Gallo (450 g.)	1,00 €	2,33 €	133,00 %
Magdalenas Alcampo (1 Kg.)	3,38 €	13,69 €	305,03 %
Harina Gallo (1 Kg.)	1,34 €	5,88 €	338,81 %
Pasta espirales Alcampo (1 kg.)	1,58 €	3,96 €	150,63 %
Pan rallado Gallo (1 Kg.)	2,46 €	6,93 €	181,71 %
Tortas de anís Alcampo (1 Kg.)	5,20 €	24,55 €	372,12 %
Carrefour			
Reganás (1 Kg.)	5,38 €	21,25 €	294,98 %
Picos de pan (1 Kg.)	5,38 €	14,20 €	163,94 %
Copos de avena integral Carrefour (1 Kg.)	1,74 €	5,58 €	220,69 %
Cerveza artesana Carrefour (33 cl.)	0,99 €	1,10 €	11,11 %
Corn Flakes Carrefour (1 Kg.)	3,00 €	7,60 €	153,33 %
Base de pizza Carrefour (1 Kg.)	4,27 €	9,47 €	121,78 %
Pan rallado Carrefour (1 Kg.)	1,13 €	5,80 €	413,27 %
Spaguettis Carrefour (500 g.)	0,80 €	2,05 €	156,25 %
Masa de hojaldre Carrefour (1 Kg.)	4,78 €	9,96 €	108,37 %
MEDIA			153,46 %