



## Essen ist Lebensfreude

- ♦ Ausgewogene, gesunde Ernährung spielt eine entscheidende Rolle für Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden. Ein gutes Essen spricht die Sinne an, steigert die Lebensfreude und Lebensqualität – egal, in welcher Lebenssituation Sie sich befinden. Auf dem Speiseplan der Filderklinik stehen jeden Tag vielseitige, schmackhafte Gerichte, damit Sie gesund werden und gesund bleiben.
- ♦ Überzeugen Sie sich davon: In der Filderklinik gehören Gesundheit und Genuss zusammen.

## Unser Erfolgsrezept

### Gesunde Ernährung beginnt mit der Auswahl der Lebensmittel

- ♦ Wir verwenden überwiegend Produkte aus biologischem Anbau und kaufen bei Lieferanten aus der Region. Die hochwertigen, frischen Nahrungsmittel bereitet unser Küchenpersonal unter Einsatz modernster Küchentechnik nährwert-schonend und fettreduziert zu. Dabei halten wir uns an hohe Standards in der Qualitätssicherung und an strengste Hygienebestimmungen. Konservierungs-, Farb- und Aromastoffe sowie Fertigprodukte werden weitestgehend vermieden. Egal ob Diät-, Schon- oder Vollwertkost, wir bereiten unsere Gerichte liebevoll zu – das sieht man und das schmeckt man auch. Überzeugen Sie sich selbst!

## Aus dem Vollen schöpfen

- ♦ Die Küche der Filderklinik versorgt Sie mit dem, was Sie in Ihrer Lebenssituation brauchen: Unser Angebot reicht von Vollkost, vegetarischer Vollkost, Schonkost und strenger Schonkost über Spezialdiäten – etwa für Allergiker, Rheuma- oder Tumorkranken – bis hin zu Vollwerternährung sowie Diabetikerkost und vegetarischer Diabetikerkost. Darüber hinaus gibt es kalorienreduziertes Essen, ketogene Diät, flüssige und passierte sowie salzarme, glucosefreie und individuelle Kost.

## Bei uns haben Sie die Wahl

- ♦ Genießen Sie Ihr Essen auch in unserem hellen, freundlichen Speisesaal mit wunderbarem Blick auf die Schwäbische Alb. Das Küchenteam lädt Sie zu einem abwechslungsreichen Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffet ein.

Außerdem bieten wir im Speisesaal montags bis freitags ein zertifiziertes Bio-Mittagessen an. Für Patienten mit der Wahlleistung Unterkunft ist diese Mahlzeit inklusive.

## Essen nach Maß

- ♦ Unsere Diätassistentinnen beraten Sie individuell für die Zeit vor und nach dem Klinikaufenthalt. Dabei arbeiten sie eng mit dem behandelnden Arzt zusammen und erstellen unter anderem Ihren persönlichen Ernährungsplan.

## Diätberatung

montags 13.30–15.00 Uhr und  
mittwochs 9.30–11.00 Uhr nach vorheriger Absprache

## Ansprechpartnerin

Hildegard Stopper  
Diätassistentin  
Fon 0711. 7703 1624

## Schöpfen Sie neue Lebenskraft!

- ♦ Unsere gute Küche und die individuelle Beratung unterstützen Sie dabei, Ihre Einstellung zum Essen zu verbessern und Ernährungs- und Verhaltensfehlern auf die Spur zu kommen. Die Filderklinik macht Lust auf eine ausgewogene Ernährung – auch nach dem Klinikaufenthalt, wenn Sie wieder selbst zu Hause kochen.



**Küchenmeister:** Rainer Dörsam

## Lassen Sie sich verwöhnen

### Frühstücksbuffet

Montag bis Freitag 8.30–9.30 Uhr

### Mittagessenbuffet

Montag bis Freitag 12.00–14.00 Uhr  
Samstag und Sonntag 12.00–13.30 Uhr

### Abendessenbuffet

Montag bis Freitag 16.45–17.45 Uhr

Jeden Dienstag betreut eine Diätassistentin das Abendessenbuffet und beantwortet Ihre Fragen rund um eine gesunde, ausgewogene Ernährung.

### Sie erreichen uns auch über E-Mail

[kueche@filderklinik.de](mailto:kueche@filderklinik.de)

## Die Filderklinik

Anthroposophische Medizin: Akut- und Ganzheitsmedizin  
Träger: Filderklinik Förderverein e.V.

Im Haberschlag 7  
70794 Filderstadt-Bonlanden  
Fon 0711. 7703 0  
[www.filderklinik.de](http://www.filderklinik.de)

Spendenkonto: GLS-Bank Stuttgart, Kto.-Nr. 22 775 800, BLZ 430 609 67



Hier haben Sie die Wahl!