



UMG : Gastronomie

UMG Gastronomie GmbH
Robert-Koch-Straße 40
37075 Göttingen

Bei Fragen beraten unsere Diätassistentinnen Sie gern
per Telefon unter: 05 51 / 39 - 68 23,
per E-Mail unter: diaetkueche@med.uni-goettingen.de
oder besuchen Sie uns im Internet unter: www.umg-gastronomie.de

Fotos, Grafik und Layout: medien-fuer-alles.com © 2008

FITaL

heißt unser Beitrag
für Ihr Wohlbefinden
und Ihre Gesundheit.

Haben Sie Spaß
an gesundem Essen
und Lust auf Genuss?

FITAL stellt sich vor

Qualitativ hochwertige Produkte werden in attraktiven abwechslungsreichen Kombinationen zu trendigen Gesundheits-Menüs (oder Menüs mit Gesundheitsfaktor) zusammengestellt

... mit einem Hauch mediterraner Küche,

... mit Leichtem der asiatischen Küche,

... mit Interessantem aus aller Welt und vor allem

... mit bekannten Produkten aus der Region.

Viel knackiges Gemüse, frische Salate und wertvolle Beilagen sorgen für eine angenehme Sättigung ohne den Körper zu belasten.

Magere Fleischgerichte werden dreimal wöchentlich angeboten.

Die Portionsgröße von 70 – 80 g ist ausreichend, um den Körper mit den notwendigen Nährstoffen zu versorgen.

Seefisch liefert viel leicht verdauliches Eiweiß und vor allem Jod. Deshalb sind zweimal wöchentlich leckere Fischgerichte eingeplant.

Leichte fettreduzierte Soßen und Salatdressings und die reichliche Verwendung von Kräutern und Gewürzen sowie eine schonende Zubereitung runden das Angebot für dieses Konzept ab.

Auf Zucker, Weißmehl und gehärtete Fette wird weitgehend verzichtet.

Es werden nur hochwertige pflanzliche ungehärtete Öle verwendet.



FITAL und die Vorteile für Ihre Gesundheit

Steigerung der Lebensqualität, weil:

- Übergewicht abgebaut werden kann
- Herz und Kreislauf entlastet werden
- Kardiovaskulären Risikofaktoren vorgebeugt werden kann
- Bluthochdruck reguliert werden kann
- die Menüs leicht verdaulich sind und „kein Mittagstief“ verursachen
- die Versorgung mit Nährstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und sekundären Pflanzenstoffen optimiert wird

