

Nutrition Plan: GF 1

September 2023 Gluten Free week 1

Legend			
●	Contains		
◐	May Contain		
○	Does Not Contain		
*	No Information		

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites
Veg	Coleslaw	R00080	R00080	56.20	3.58g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Gravy	R00069	R00069	3.70	0.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Peas	R00010	R00010	50.00	5.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Sweetcorn	R00039	R00039	50.00	4.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Vegetable Medley	R00072	R00072	50.00	2.23g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Yoghurt dip	R00156	R00156	15.13	1.07g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	◐	○	○	○	○
Carb	Chips	R00007	R00007	100.00	21.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Gravy	R00069	R00069	3.70	0.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Roast Potatoes	R00004	R00004	76.13	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Angel Delight Mousse & Fruit	R00152	R00152	67.62	2.54g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Chocolate Muffin GF	R00194	R00194	44.93	23.61g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Custard	R00027	R00027	116.88	13.70g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	94.75	10.87g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Milk	R00033	R00033	150.00	7.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Orange Muffin GF	R00205	R00205	59.00	25.68g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: GF 1 September 2023 Gluten Free week 1

● Contains

◐ May Contain

○ Does Not Contain

* No Information

Carbohydrate Count

Celery

Cereals containing Gluten

Crustaceans

Eggs

Fish

Lupin

Milk

Molluscs

Mustard

Nuts

Peanuts

Sesame

Soya

Sulphur Dioxide and Sulphites

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites
Dessert	Shortbread Biscuit GF	R00198	R00198	45.10	25.08g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○