

Nutrition Plan: Sept 2023

September 2023 week 1

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

					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	
Mains	Cheese & Tomato Panini	R00054	R00054	135.00	48.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Cheese & Tomato Pizza round 6	R00066	R00066, R00089	104.50	19.22g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Cheese Flan	R00149	R00043, R00149	137.50	25.10g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Ham & Sweetcorn Pizza	R00158	R00089, R00158	128.67	19.78g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Italian Veg Balls with Pepper sauce & Tomato	R00157	R00157	243.75	42.47g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	
Mains	Jacket potato with cheese	R00059	R00059	181.00	25.98g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Mince Beef Pie	R00150	R00002, R00150	111.90	20.43g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Pasta with Arrabbiata Sauce	R00046	R00046, R00089	188.50	32.97g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Quorn Fishless finger & chip wrap	R00164	R00164	110.00	38.68g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Salmon fish Cake	R00076	R00076	65.00	15.28g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Sliced Roast chicken	R00110	R00110	50.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Sweet Potato & Lentil Curry	R00172	R00172	144.25	19.85g	●	◐	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Tuna Pasta Bake	R00159	R00159	223.50	39.00g	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Mains	Veggie Cumberland Sausage	R00105	R00105	50.00	4.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	
Veg	Baked beans	R00062	R00062	70.00	9.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Veg	Broccoli	R00061	R00061	40.00	0.44g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Veg	Carrot sticks	R00063	R00063	50.00	3.95g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

Nutrition Plan: Sept 2023

September 2023 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	Carrots	R00068	R00068	60.00	4.74g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	Stuffing	R00052	R00052	14.00	9.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Chips	R00007	R00007	100.00	21.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Flatbread	R00083	R00083	25.00	13.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	Carrot & Pineapple muffin	R00154	R00154	50.27	19.13g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: Sept 2023

September 2023 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
Dessert	Cheese & Crackers	R00073	R00073	34.17	12.33g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Chocolate Muffin	R00148	R00148	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	Oaty Lemon slice	R00153	R00153	76.50	49.00g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Shortbread biscuit	R00012	R00012	45.10	25.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Yeo valley yogurt	R00219	R00219	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○