

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

Nutrition Plan: Oct22 m w1

October 22 Mains week 1

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
	Cottage Pie	P4/03(P)	P4/03(P)	208.30	25.49g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Pineapple Pizza(Hidden veg sau	P12/46C(p)H	P12/46C(p)H&P	86.67	18.74g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Homemade cheese pizza	P12/46A	P12/46A	81.60	18.19g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato & Baked Beans(P)	P8/5v	P8/5v	182.00	42.33g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato & Cheese(P)	P8/5D	P8/5D	152.00	32.38g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato & Tuna Mayonnaise(P)	P8/5Q	P8/5Q	162.60	32.54g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato/Cheese & B/Beans(P)	P8/5G	P8/5G	187.00	39.86g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lasagne - fresh meat	P6/04A(P)	P6/04A(P)	196.45	46.57g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Leek & Bacon Pasta	P6/24	P6/24	274.85	55.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pasta Parma Rosa	P6/29b	P6/29b	245.90	56.94g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pork Sausage - fresh meat	P4/FF06A	P4/FF06A	56.60	4.93g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Korma	P12/33(P)	P12/33(P)	163.90	10.83g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Milanaise	P12/37(P)	P12/37(P)	211.00	45.89g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Sausage(v)	P12/FF12	P12/FF12	57.00	2.79g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Salmon Fish Fingers (Gluten Free)	P3/FF17	P3/FF17	60.00	10.14g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Spaghetti Bolognaise- fresh meat	P6/18A(P)	P6/18A(P)	157.60	39.28g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Toad in the Hole	P4/15(FM)P	P4/15(FM)P	164.60	25.47g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

Nutrition Plan: Oct22 m w1      October 22 Mains 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
	Tuna & Sweetcorn Pizza(hidden veg sai	P12/46C(p)T	P12/46C(p)T&S	84.73	19.08g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Vegetable Frittata (v)	P12/24	P12/24	157.50	8.50g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Vegetarian Sausage Roll	P12/FF13	P12/FF13	57.00	14.88g	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Youngs Mini Fish Fillet	P3/FF19C(P)	P3/FF19C(P)	60.00	7.44g	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Nutrition Plan: Oct 22 dw1

October 22 Desserts week 1

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	
	Apple Crumble	S3/06B	S3/06B	111.46	31.09g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate Custard	S9/3a	S9/3a	24.65	21.62g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cocoa Beetroot Brownie	S8/48A(P)	S8/48A(P)	37.79	13.91g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Coconut Crunch Finger	S8/23a	S8/23a	42.50	21.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Custard	S9/2	S9/2	82.25	10.48g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Platter	S1/19A	S1/19A	74.45	11.62g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ginger Biscuit	S4/15(P)	S4/15(P)	25.07	16.56g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon Bites	S4/41	S4/41	38.71	19.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sultana Cookie	S4/38(P)	S4/38(P)	42.60	28.27g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Yogurt	S1/10C	S1/10C	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

Nutrition Plan: oct22 m w2      October 22 Mains week 2

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
	Butchers Meatballs in a Homemade Tor	P6/12(P)M	P6/12(P)M	135.63	11.86g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cauliflower Dahl	P12/23A(P)	P12/23A(P)	209.75	18.71g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheesy Cauliflower Pasta Bake	P12/39C	P12/39C	186.72	40.09g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Hot Pot - Fresh meat	P7/34(P)	P7/34(P)	243.55	65.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Korma - fresh meat	P7/18A(P)	P7/18A(P)	165.60	11.30g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka Masala - Fresh Meat	P7/19(P)A	P7/19(P)A	149.50	8.76g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chinese Chicken Curry	P4/33(P)	P4/33(P)	67.60	3.27g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fish Fingers	P3/FF10	P3/FF10	50.00	10.75g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Homemade Vegetable Nuggets	P12/97B(P)	P12/97B(P)	109.00	18.08g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato & Baked Beans(P)	P8/5v	P8/5v	182.00	42.33g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato & Cheese(P)	P8/5D	P8/5D	152.00	32.38g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato & Tuna Mayonnaise(P)	P8/5Q	P8/5Q	162.60	32.54g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato/Cheese & B/Beans(P)	P8/5G	P8/5G	187.00	39.86g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Natasha's Curry	P4/56(P)	P4/56(P)	107.70	4.17g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pasta Italiana (v)	P6/29	P6/29	247.60	58.08g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn & Sweet Potato Curry(P)	P12/19(P)	P12/19(P)	123.20	11.68g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Fillet	P12/FF15(A)	P12/FF15(A)	52.00	2.08g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information



Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

Nutrition Plan: oct22 m w2      October 22 Mains week 2

**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	
	Roast Gammon - Fresh Meat	P4/FF32B	P4/FF32B	57.50	0.86g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Salmon Fish Fingers (Gluten Free)	P3/FF17	P3/FF17	60.00	10.14g	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetable Ravioli in a Homemade Tom:	P6/12(P)	P6/12(P)	152.76	15.83g	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetable Ravioli In an Arrabiatta Sauc:	P6/12D(P)	P6/12D(P)	153.16	15.83g	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetarian Chilli Enchilada	P12/13(P)A	P12/13(P)A	159.00	17.66g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

Nutrition Plan: Oct22 d w2

October 22 Desserts week 2

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Figs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	
	Autumn Feast Muffin	S4/49	S4/49	48.50	17.57g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Banana Muffin	S4/36c	S4/36c	76.75	29.32g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Choc crunch Finger (p)	S8/04A(P)	S8/04A(P)	34.63	19.90g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Jelly	S2/08	S2/08	42.50	4.57g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Platter	S1/19A	S1/19A	74.45	11.62g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Yogurt	S1/10C	S1/10C	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

**Legend**

- Contains
- ◐ May Contain
- Does Not Contain
- \* No Information