

Nutrition Plan: SEP25W2EFR September 25 WK2 Egg Free Rise Park

● 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
MonMain	Beef Burger	R00242	R00242	57.00	0.29g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
MonMain	Jacket Potato with Cheese	R00059	R00059	225.00	43.28g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
MonVeg	Baked Beans	R00062	R00062	70.00	10.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonCarb	Diced Potatoes (S)	R00389	R00389	125.00	21.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
MonDessert	Oaty Cookie	R00013	R00013	51.03	24.75g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	BBQ Chicken Pizza 6	R00240	R00240	109.17	20.03g	●	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
TuesMain	Cheese & Tomato Panini	R00054	R00054	140.00	49.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Cheese & Tomato Pizza Round	R00066	R00066	82.33	19.21g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Tomato & Mascarpone Pasta	R00077	R00077	198.80	39.32g	○	●	○	○	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐	○
TuesVeg	Carrot & Cucumber Sticks	R00296	R00296	60.00	2.82g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Homemade Garlic bread	R00537	R00537	31.75	12.29g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TueDessert	Cornflake Tart	R00188	R00188	67.70	38.04g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TueDessert	Custard	R00027	R00027	93.50	10.96g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Cheese & Tomato Panini	R00054	R00054	140.00	49.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Roast Pork Sliced with Gravy	R00051	R00051	57.00	1.34g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Vegan Mexican Wrap GF/DF/EF	R00737	R00737	139.00	26.07g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: SEP25W2EFR September 25 WK2 Egg Free Rise Park

				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
WedVeg	Vegetable Medley	R00072	R00072	50.00	2.21g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
WedDessert	Chocolate Shortbread Slice	R00297	R00297	61.50	36.55g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
ThursMain	Chicken Punjabi curry	R00212	R00212	114.45	3.93g	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursMain	Jacket Potato with Cheese	R00059	R00059	225.00	43.28g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
ThursMain	Vegan Fajita Wrap	R00651	R00651	121.00	27.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursCarb	Flatbread	R00083	R00083	23.75	12.35g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursCarb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThDesserts	Yeo valley Yoghurt pots	R00513	R00513	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
FriMain	Cheese Sandwich 50/50	R00112	R00112	116.00	32.67g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
FriMain	Ham sandwich 50/50	R00113	R00113	126.00	32.84g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
FriMain	Salmon Fish Fingers	R00276	R00276	75.00	15.00g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriMain	Vegan Fishless fingers	R00805	R00805	84.00	21.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriCarb	Chips	R00007	R00007	100.00	22.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriDessert	Shortbread Biscuit	R00012	R00012	45.10	25.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○