

Nutrition Plan: SEP25W3EFR September 25 WK3 Egg Free Rise Park

				Portion Size (g)	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																	
MonMain	Cheese Snack	R00094	R00094	78.13	17.13g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
MonMain	Homemade Pork Sausage Roll	R00085	R00085	98.25	18.02g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
MonMain	Pasta with Tomato & Basil Sauce	R00047	R00047	205.25	38.85g	○	●	○	○	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	◐	○
MonVeg	Baked Beans	R00062	R00062	70.00	10.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonCarb	Potato Wedges	R00006	R00006	76.13	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
MonDessert	Flapjack & Raisins	R00163	R00163	56.50	35.07g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Cheese & Tomato Panini	R00054	R00054	140.00	49.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Cheese & Tomato Pizza Round	R00066	R00066	82.33	19.21g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Ham & Tomato Pizza 6	R00529	R00529	100.33	19.28g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Jacket Potato with Beans and Cheese	R00161	R00161	340.00	53.77g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesVeg	Carrot & Cucumber Sticks	R00296	R00296	60.00	2.82g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Homemade Garlic bread	R00537	R00537	31.75	12.29g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TueDessert	Ice Cream & Fruit	R00168	R00168	64.80	12.44g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Cheese & Tomato Panini	R00054	R00054	140.00	49.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Gravy	R00069	R00069	53.75	2.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Roast Chicken	R00109	R00109	56.25	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Veggie Cumberland Sausage	R00105	R00105	50.00	3.65g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●

Legend

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

Nutrition Plan: SEP25W3EFR September 25 WK3 Egg Free Rise Park

				Portion Size (g)	Carbohydrate Count	● Contains ◐ May Contain ○ Does Not Contain * No Information														
Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes			Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	
WedCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●		
WedDessert	Oaty Cookie	R00013	R00013	51.03	24.75g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
ThursMain	BBQ Chicken	R00275	R00275	67.50	2.33g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
ThursMain	BBQ Quorn Sausage	R00304	R00304	57.50	6.38g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
ThursMain	Pizza Pasta	R00830	R00830	214.00	39.94g	○	●	○	○	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐		
ThursCarb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
ThursCarb	Flatbread	R00083	R00083	23.75	12.35g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
ThursCarb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
ThDesserts	Vanilla muffin Vegan/SF	R00313	R00313	45.67	39.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
FriMain	Breaded Fish portion MSC	R00788	R00788	70.00	14.00g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○		
FriMain	Cheese Sandwich 50/50	R00112	R00112	116.00	32.67g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○		
FriMain	Ham sandwich 50/50	R00113	R00113	126.00	32.84g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
FriMain	Vegan Fishless fingers	R00805	R00805	84.00	21.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
FriCarb	Chips	R00007	R00007	100.00	22.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
FriDessert	Angel Delight Mousse & Fruit	R00152	R00152	67.62	2.55g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○		
FriDessert	Custard	R00027	R00027	93.50	10.96g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○		
Veg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061,	48.33	2.85g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		

Nutrition Plan: SEP25W3EFR September 25 WK3 Egg Free Rise Park

● Contains

◐ May Contain

○ Does Not Contain

* No Information

Legend

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
			R00068, R00299, R00500, R00610																