

Nutrition Plan: SEP25W3GFR September 25 WK3 Gluten Free Rise Park

					● 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	
MonMain	Pasta with Tomato & Basil sauce GF	R00417	R00417	207.75	42.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	
MonMain	Veggie Cumberland Sausage	R00105	R00105	50.00	3.65g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	
MonVeg	Baked Beans	R00062	R00062	70.00	10.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
MonCarb	Potato Wedges	R00006	R00006	76.13	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	
MonDessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	84.40	6.70g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
TuesMain	Cheese & Tomato Pizza GF	R00126	R00126	180.00	32.25g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
TuesMain	Ham pizza GF	R00885	R00885	174.00	30.58g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
TuesMain	Jacket Potato with Beans and Cheese	R00161	R00161	340.00	53.77g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
TuesMain	Jacket Potato with Tuna Mayonnaise	R00049	R00049	270.00	35.74g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
TuesVeg	Carrot & Cucumber Sticks	R00296	R00296	60.00	2.82g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
TuesVeg	Coleslaw	R00080	R00080	56.20	3.58g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
TueDessert	Ice Cream & Fruit	R00168	R00168	64.80	12.44g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
WedMain	Gravy	R00069	R00069	53.75	2.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
WedMain	Quorn Roast & Gravy	R00053	R00053	54.33	3.98g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
WedMain	Roast Chicken	R00109	R00109	56.25	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
WedCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	
WedDessert	Chocolate Muffin GF	R00194	R00194	44.93	23.61g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

@nottinghamcity.gov.uk

Nutrition Plan: SEP25W3GFR September 25 WK3 Gluten Free Rise Park

					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	
ThursMain	BBQ Chicken GF/DF/SF	R00552	R00552	67.50	2.93g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
ThursMain	BBQ Quorn GF/DF/SF	R00756	R00756	57.50	3.78g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
ThursMain	Pizza Pasta GF	R00886	R00886	211.27	41.61g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	
ThursCarb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
ThDesserts	Orange Muffin GF	R00205	R00205	58.80	29.82g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
FriMain	Fish fingers GF	R00203	R00203	60.00	14.40g	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
FriMain	Gluten free cheese sandwich	R00504	R00504	118.00	36.77g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
FriCarb	Chips	R00007	R00007	100.00	22.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
FriDessert	Chocolate Muffin GF	R00194	R00194	44.93	23.61g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
Veg	Mixed Salad	R00040	R00040	101.20	2.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Veg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061, R00068, R00299, R00500, R00610	48.33	2.85g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
Sauce	Tomato sauce	R00166	R00166	5.00	1.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	