

Nutrition Plan: GF 2

September 2023 Gluten Free 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
Mains	Cheese & Tomato Pizza GF	R00126	R00126	143.00	29.65g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Fish fingers GF	R00203	R00203	60.00	14.40g	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Gluten Free Thin Pork Sausage FA	MMB/CITYSA		1,000.00	103.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Jacket potato with beans	R00060	R00060	220.00	35.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Jacket potato with Beans and Cheese	R00161	R00161	240.00	35.07g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Jacket potato with cheese	R00059	R00059	181.00	25.98g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Jacket potato with tuna mayonnaise	R00049	R00009, R00049	210.00	26.52g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Jacket potato with Veggie Chilli	R00160	R00160	333.25	37.26g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Mains	Quorn roast & gravy	R00053	R00053	54.33	1.27g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Roast Beef	R00167	R00167	50.00	0.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Carrot sticks	R00063	R00063	50.00	3.95g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Mixed Salad	R00040	R00040	57.50	1.21g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Peas	R00010	R00010	50.00	5.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Sweetcorn	R00039	R00039	50.00	4.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Sweetcorn Cob	R00162	R00162	50.00	4.75g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Vegetable Medley	R00072	R00072	50.00	2.23g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Chips	R00007	R00007	100.00	21.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: GF 2

September 2023 Gluten Free 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	
Carb	Gravy	R00069	R00069	3.70	0.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Potato wedges	R00006	R00006	76.13	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Chocolate Muffin GF	R00194	R00194	44.93	23.61g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	94.75	10.87g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	ice cream & fruit	R00168	R00168	54.80	11.72g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Shortbread Biscuit GF	R00198	R00198	45.10	25.08g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Drinks	Milk	R00033	R00033	150.00	7.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○