

Nutrition Plan: Sept2023/3

September 2023 Week 3

Legend			
●	Contains		
◐	May Contain		
○	Does Not Contain		
*	No Information		

					<div><div>Legend</div><div><div>●</div>Contains</div><div><div>◐</div>May Contain</div><div><div>○</div>Does Not Contain</div><div><div>*</div>No Information</div></div>																
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	BBQ Quorn	R00179	R00179	50.00	0.85g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
Mains	Beef Chilli quest	R00086	R00086	183.25	10.25g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
Mains	Cheese & Tomato Panini	R00054	R00054	135.00	48.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○		
Mains	Cheese & Tomato Pizza round 6	R00066	R00066, R00089	104.50	19.22g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○		
Mains	Chicken Fried Rice	R00189	R00189	167.40	36.49g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○		
Mains	Fish fingers MSC	R00096	R00096	75.00	15.00g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
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	Quorn roast & gravy	R00053	R00053	54.33	1.27g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○		
Mains	Roast Pork sliced with gravy	R00051	R00051	57.00	0.14g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
Mains	Sausages	R00104	R00104	62.50	6.44g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●		
Mains	Tomato & Mascarpone Pasta	R00077	R00077, R00089	197.20	42.31g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○		
Mains	Veggie Cumberland Sausage	R00105	R00105	50.00	4.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●		
Mains	Veggie Enchiladas	R00187	R00187	167.60	28.04g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	◐	○	○	●	○		
Mains	Veggie Mince Lasagne	R00176	R00089, R00176	281.00	30.24g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○		
Mains	Yoghurt dip	R00156	R00156	15.13	1.07g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	◐	○	○	○	○		
Veg	Baked beans	R00062	R00062	70.00	9.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		

Nutrition Plan: Sept2023/3

September 2023 Week 3

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
Veg	Carrot sticks	R00063	R00063	50.00	3.95g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Carrots	R00068	R00068	60.00	4.74g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Mixed Salad	R00040	R00040	57.50	1.21g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Peas	R00010	R00010	50.00	5.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Vegetable Medley	R00072	R00072	50.00	2.23g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Chips	R00007	R00007	100.00	21.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Potato Hedgehog	R00184	R00184	76.40	13.04g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Rice	R00108	R00108	55.00	42.90g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Roast Potatoes	R00004	R00004	76.13	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Carb	Stuffing	R00052	R00052	14.00	9.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Apple Muffin	R00180	R00180	67.70	35.78g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Cheese & Crackers	R00073	R00073	34.17	12.33g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Chocolate Crunchies	R00034	R00034	41.00	24.56g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Cornflake Tart	R00188	R00043, R00188	67.60	37.85g	○	●	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	○	◐	○
Dessert	Custard	R00027	R00027	116.88	13.70g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	94.75	10.87g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

@nottinghamcity.gov.uk

Nutrition Plan: Sept2023/3

September 2023 Week 3

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
Dessert	Fruit Yoghurt FP	R00186	R00186	100.00	11.90g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fruits of the Forest Crumble	R00190	R00190	87.00	32.25g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Milk	R00033	R00033	150.00	7.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Yeo valley yogurt	R00219	R00219	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○