

Nutrition Plan: Sept24/2F

Fernwood Week 2

Legend

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

Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Allergens																	
						Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites				
D1Main	Cheese Snack	R00094	R00094	78.13	17.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Main	Pasta with Quorn in Tomato & Basil sauc	R00645	R00645	215.25	39.52g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Veg	Baked Beans	R00062	R00062	70.00	9.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Carb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Carb	Potato Wedges	R00006	R00006	76.13	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Desserts	Shortbread Biscuit	R00012	R00012	45.10	25.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Main	Chicken Masala	R00208	R00208	146.38	4.79g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Main	Quorn Punjabi curry	R00224	R00224	114.45	6.21g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Carb	Flatbread	R00083	R00083	23.75	12.35g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Carb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Desserts	Lemon drizzle cup cakes	R00477	R00477	66.20	31.24g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Main	Gravy	R00069	R00069	53.75	2.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Main	Halal Chicken Fillet	R00259	R00259	56.25	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Main	Quorn Roast & Gravy	R00053	R00053	54.33	3.98g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Main	Sliced Roast Chicken	R00110	R00110	50.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Veg	Vegetable Medley	R00072	R00072	50.00	2.21g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Carb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: Sept24/2F

Fernwood 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	
D3Carb	Stuffing	R00052	R00052	14.00	9.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Desserts	Ice Cream & Fruit	R00168	R00168	64.80	12.44g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Main	Jacket Potato with Cheese	R00059	R00059	225.00	43.03g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Main	Jacket Potato with Tuna Mayonnaise	R00049	R00049	260.00	34.97g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Desserts	Chocolate Custard	R00032	R00032	94.00	11.08g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Desserts	Chocolate sponge	R00031	R00031	67.60	29.40g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Main	Cheese & tomato Pizza round 8	R00067	R00067	50.00	14.91g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Main	Fish Fingers MSC	R00096	R00096	75.00	15.00g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Veg	Peas	R00010	R00010	50.00	5.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Carb	Chips	R00007	R00007	100.00	21.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Desserts	Chocolate Crunchies	R00034	R00034	41.00	24.42g	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Desserts	raisins	R00647	R00647	20.00	13.80g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Salad Bar	R00603	R00603	61.52	4.66g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061, R00068, R00299, R00500, R00610	48.33	2.85g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Cheese & Crackers	R00073	R00073	34.17	12.33g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: Sept24/2F

Fernwood 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	
Dessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	94.79	10.87g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fruit	R00556	R00556	133.33	13.43g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Yeo valley Yoghurt pots	R00513	R00513	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Bread	extra bread	R00602	R00602	16.67	6.33g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	●	○