

Nutrition Plan: Sep26W3FP

September 2026 Week 3 Fernwood Primary

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
MonMain	Veggie Balls In Tomato Sauce with Past	R00099	R00099	238.30	43.04g	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	○
MonMain	Veggie Mince Lasagne	R00176	R00176	275.00	29.82g	○	●	○	○	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○
MonCarb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonDessert	Jelly & fruit	R00022	R00022	165.00	20.94g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Jamaican chicken curry	R00866	R00866	88.45	1.23g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Jamaican Quorn curry	R00871	R00871	80.97	2.46g	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	○
TuesCarb	Flatbread	R00083	R00083	23.75	12.35g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TueDessert	Fruit	R00556	R00237, R00556	127.00	11.32g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Gravy	R00069	R00069	53.75	2.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Linda McCartney Vegan Roast	R00968	R00968	50.00	1.75g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Roast Chicken	R00109	R00109	56.25	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedVeg	Vegetable Medley	R00072	R00072	50.00	2.21g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedCarb	Yorkshire Pudding	R00106	R00106	14.00	5.18g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
WedDessert	Cornflake Tart	R00188	R00188	67.70	37.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursMain	Halal chicken Hotdog	R00410	R00410	104.50	28.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: Sep26W3FP

September 2026 Week 3 Fernwood Primary

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	
Sauce	Tomato sauce	R00166	R00166	5.00	1.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○