

Nutrition Plan: DairyFree

February 24 Week 1 Dairy Free

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
D1Main	Sausages	R00104	R00104	62.50	6.44g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Main	Veggie Cumberland Sausage	R00105	R00105	50.00	4.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Veg	Baked Beans	R00062	R00062	70.00	9.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Carb	Diced Potatoes roasted	R00008	R00008	100.00	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D1Desserts	Chocolate sponge	R00031	R00031	67.60	29.40g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Main	Cheese & Tomato Pizza with DF Chees	R00136	R00089, R00136	78.00	18.07g	○	●	○	◐	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○
D2Main	Ham sandwich 50/50	R00113	R00113	136.00	32.89g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Main	Pasta with Tomato & Basil sauce DF	R00248	R00248	187.75	39.24g	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	◐	○
D2Carb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D2Desserts	Shortbread Biscuit	R00012	R00012	45.10	25.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Main	Cheese & Tomato Panini DF	R00138	R00138	145.00	57.10g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Main	Quorn Fillet DF, GF	R00141	R00141	52.00	0.99g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Main	Roast Chicken	R00109	R00109	56.25	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Veg	Vegetable Medley	R00072	R00072	50.00	2.23g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Carb	Gravy	R00069	R00069	53.75	2.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Carb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D3Carb	New Potatoes	R00473	R00473	130.00	23.14g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: DairyFree

February 24 Week 1 Dairy Free

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	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Main	Beef bolognese	R00055	R00055	157.50	5.16g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Main	Jacket Potato with Tuna Mayonnaise	R00049	R00009, R00049	310.00	43.57g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Main	Quorn Bolognese	R00221	R00221	152.50	6.19g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D4Desserts	Flapjack & Raisins	R00163	R00163	56.50	35.07g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Main	Egg Mayonnaise Sandwich 50/50	R00114	R00114	156.00	33.52g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Main	Fish Fingers MSC	R00096	R00096	75.00	15.00g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Main	Quorn fajita Wrap	R00098	R00098	137.00	33.10g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Carb	Chips	R00007	R00007	100.00	21.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
D5Desserts	Shortbread Biscuit	R00012	R00012	45.10	25.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Broccoli	R00061	R00061	40.00	0.44g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	Sweetcorn	R00039	R00039	50.00	4.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	94.79	10.87g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○