Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

Nutrition Plan: SEP26W1BM September 2026 Week 1 Bulwell St Mary

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	Fish Fingers MSC	R00096	R00096	69.75	15.00g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonMain	Open cheese & Tomato panini slice	R01042	R01042	82.50	25.30g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
MonMain	Vegan Fishless fingers	R00805	R00805	78.12	21.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonVeg	Peas	R00010	R00010	50.00	5.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonCarb	Chips	R00007	R00007	55.00	22.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonDessert	Chocolate and Beetroot Muffin	R01101	R01101	74.19	26.80g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	BBQ Chicken	R00275	R00275	67.50	3.00g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
TuesMain	Pasta with Tomato & Basil Sauce	R00047	R00047	206.95	38.39g	○	●	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	◒	○
TuesMain	Raita- Yoghurt Dip	R00250	R00250	11.60	0.60g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Samosa Pie VEGAN	R00818	R00818	248.58	26.03g	○	●	○	○	○	○	○	○	◒	○	○	○	○	●
TuesVeg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061, R00068, R00299, R00500, R00610	58.33	3.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Flatbread	R00083	R00083	23.75	12.35g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TueDessert	Chocolate Marble Cake	R00419	R00419	52.72	21.79g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: SEP26W1BM September 2026 Week 1 Bulwell St Mary

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
TueDessert	Custard	R00027	R00027	93.50	10.96g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Chicken Mayo & sweetcorn wrap	R01098	R01098	128.00	22.71g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Gravy	R00069	R00069	53.75	2.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Sausages	R00104	R00104	62.50	6.44g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
WedMain	Veggie Sausage	R00105	R00105	45.00	2.75g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedVeg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061, R00068, R00299, R00500, R00610	58.33	3.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
WedCarb	Yorkshire Pudding	R00106	R00106	14.00	5.18g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
WedDessert	Oaty Cookie	R00013	R00013	50.63	28.76g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursMain	Jacket Potato with Cheese	R00059	R00059	225.00	43.28g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
ThursMain	Jacket Potato with Tuna Mayonnaise	R00049	R00049	270.00	35.74g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursMain	Macaroni Cheese	R00058	R00058	220.00	45.99g	○	●	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	◒	○
ThursMain	Mince Beef Pie	R00150	R00150	112.00	20.93g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Thurs Veg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061, R00068, R00299, R00500, R00610	58.33	3.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: SEP26W1BM September 2026 Week 1 Bulwell St Mary

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
ThursCarb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
ThDesserts	Lemon Shortcake Slice	R00020	R00020	64.50	38.50g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriMain	BBQ Chicken Pizza 6	R00240	R00240	102.50	20.07g	●	●	○	◒	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
FriMain	Cheese & Tomato Pizza 6	R00066	R00066	83.67	18.90g	○	●	○	◒	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
FriMain	Tuna Mayo Pasta	R00658	R00658	140.00	35.65g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriVeg	Baked Beans	R00062	R00062	70.00	10.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriCarb	Baguette Slice	R00070	R00070	25.00	12.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriCarb	Potato Wedges	R00006	R00006	101.50	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
FriDessert	Fruit	R00556	R00237, R00556	127.00	11.32g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Mixed Salad	R00040	R00040	101.20	2.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	84.40	6.70g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fruit	R00556	R00237, R00556	127.00	11.32g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Yeo Valley Yogurt	R00219	R00219	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Drinks	Milk	R00033	R00033	150.00	7.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Bread	extra bread	R00602	R00602	16.67	6.33g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
Sauce	Tomato sauce	R00166	R00166	5.00	1.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○