Nutrition Plan: 2022 christmas

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
Mains	Pork Sausage	R00821	R00821	50.00	8.70g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Mains	Turkey Joint	R02006	R02006	51.86	0.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Vegetable and Pasta Mornay	R00914	R00914	172.75	27.49g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
Mains	Vegetarian Chicken Roast	R02055	R02055	50.00	2.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
VegCarb	Button Brussels Sprouts - Xmas Menu	R00338	R00338	0.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
VegCarb	Carrots	R01031	R01031	50.00	2.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Gravy	R00031	R00031	54.50	3.19g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Mashed Potato	R01306	R01306	149.00	14.33g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Roast Potatoes	R00064	R00064	115.70	18.63g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Sage & Onion Stuffing	R00694	R00694	33.33	2.42g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
Dessert	Chocolate and beetroot Brownie	TLC7	TLC7	34.58	18.35g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Shortbread Finger	R01944	R01944	28.50	13.36g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
Drinks	Chilled Milk	R00122	R00122	150.00	7.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○