

Nutrition Plan: A22

Autumn 2022

**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	All Day Breakfast	R01407	R01406, R01407	239.75	29.93g	◐	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Battered Fish Fillets	R01849	R01849	60.00	12.24g	○	●	○	○	●	○	○	○	●	○	○	○	○	○
Mains	Beef Burger in a Bun	R01977	R01977	100.00	22.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Mains	Breaded Salmon and Cod Fish fingers	R01784	R01784	60.00	9.24g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Bubble Coated Fish Portion	R01426	R01426	60.00	6.66g	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Butter Chicken Curry	R01548	R01548	140.50	5.00g	○	○	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○
Mains	Cheddar Cheese on Petit Pain	R00258	R00258	83.00	22.83g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Cheese and Ham Toastie	R00657	R00657	65.00	1.99g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○
Mains	Cheesy bean enchilada	TLC34	TLC34	123.80	25.94g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○
Mains	Chunky Chicken Chilli	H27654	H27654	149.60	7.34g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Country Bake	R00081	R00081	50.00	12.05g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Country Bake in Bread Roll	R02022	R01090, R02022	100.00	34.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Gravy	R00031	R00031	54.50	3.19g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Gravy	R01058	R01058	26.88	1.33g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Ham Bap	R01984	R01984	105.00	23.32g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Italian Chicken	H3384	H3384	101.60	1.63g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Jacket Potato served with Baked Beans	R00183	R00183	360.00	60.06g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: A22

Autumn 2022

**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	Jacket Potato Served With Grated Chee	R00018	R00018	350.00	51.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Jacket Potato Served With Tuna Mayon	R00014	R00014	300.00	42.67g	○	○	○	●	●	○	○	○	●	○	○	○	○	○
Mains	Macaroni Cheese	R01941	R01941	193.04	36.41g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	◐	○	○
Mains	Meat & Potato Pie	R01293	R00925, R01293	238.30	32.86g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Mixed bean chilli	TLC10	TLC10	37.83	1.47g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Mains	Pasta Bolognese	R01001	R01001	206.95	34.51g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
Mains	Pasta carbonara	TLC15	TLC15	256.40	42.03g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◐	○	○
Mains	pizza BBQ sauce	TLC24	R02036, TLC24	42.38	3.66g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Pizza with a hidden veg sauce	TLC9	TLC9	38.35	0.42g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Quorn & Roasted Veg baguette	H1518	H1518	71.80	2.45g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
Mains	Quorn Dippers	R01630	R01630	60.00	7.20g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Roast Chicken Portion	R00062	R00062	50.00	0.45g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Roasted Vegetable Frittata	R00661	R00661	86.00	1.39g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Spanish Omelette	R00665	R00665	50.10	1.50g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Stir Fry Noodles	H1520	H1520	120.00	25.16g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	●
Mains	Tuna Melt Baguette - Primary	R01410	R01410	42.40	0.01g	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	◐	○	○
Mains	Twice Baked Jacket Potato with Cheddæ	R01622	R01622	339.00	48.02g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: A22

Autumn 2022

**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		
Mains	Vegetarian All Day Breakfast	R01408	R01406, R01408	239.75	25.34g	◐	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Vegetarian Cottage Pie	R01045	R01045	110.25	7.93g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Vegetarian Sausage	R01591	R01591	50.00	4.60g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Vegetarian Sausage Pasta Bake	R00835	R00835, R01591	234.80	50.34g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Vegetarian Sausage Roll	R01273	R01273	65.90	17.23g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mains	Yorkshire Pudding	R01738	R01738	28.00	9.02g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Baby Carrots	R02008	R02008	50.00	2.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Baked Beans	R00036	R00036	69.77	10.53g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Boiled rice	TLC29	TLC29	0.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Bread Roll	R01090	R01090	50.00	22.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Broccoli Florets	R01007	R01007	50.00	1.25g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Chopped Salad	R00112	R00112	45.80	1.63g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Country Mixed Vegetables	R00660	R00660	60.00	3.96g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Diced Potatoes	R00643	R00643	89.00	14.33g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Garden Peas	R01030	R01030	50.00	9.95g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Garden Peas	R00054	R00054	60.00	11.94g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Non Pre Fried Potato Wedges	R00330	R00330	102.00	16.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

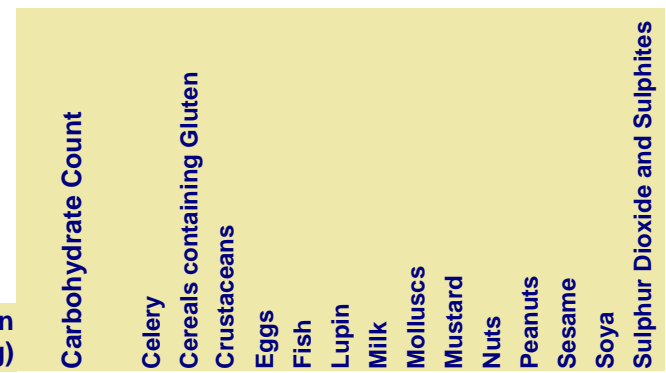
tallylocalcompany.co.uk

Nutrition Plan: A22

Autumn 2022

**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	
VegCarb	Non Pre Fried Potato Wedges	R00889	R00889	100.00	16.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Oven Chips	R01653	R01653	100.00	18.90g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Oven Chips	R00055	R00055	105.00	19.85g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Roast Potatoes	R01651	R01651	89.00	14.33g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Sliced Green Beans	R00050	R00050	62.50	1.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
VegCarb	Sweetcorn	R00060	R00060	40.00	7.84g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Bread	Naan Bread	R00859	R00859	50.00	25.10g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Artic roll	TLC543		0.00	0.00	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Carrot cake	TLC38	TLC38	86.67	36.32g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	●
Dessert	Chocolate and Mandarin sponge	TLC42	TLC42	66.54	23.88g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Chocolate flapjack	TLC 39	TLC 39	29.54	14.22g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
Dessert	Chocolate orange pinwheel biscuits	TLC47	TLC47	35.96	16.49g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Chocolate Sauce	R01075	R01075	51.00	6.69g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Custard	R00095	R00095	51.25	3.66g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
Dessert	Fresh Fruit Platter	R00125	R00125	80.00	10.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Ginger biscuit	TLC37	TLC37	67.64	43.05g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Homemade Toffee Apple Sponge	R01418	R01418	78.08	35.20g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: A22

Autumn 2022

**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	
Dessert	Jelly	R01091	R01091	107.50	3.24g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Lancashire Cookie	R01820	R01820	42.88	23.51g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○
Dessert	Oat Crunchies	TLC33	TLC33	27.40	17.77g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○
Dessert	Shortbread Biscuit	R02023	R02023	51.75	28.07g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Strawberry Whip	R00339	R00339	41.50	10.13g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Uber yoghurt	TLCS19		0.00	0.00	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
Drinks	Chilled Milk	R00122	R00122	150.00	7.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Assorted Fruit Yoghurt 85ml	H4567	H4567	85.00	6.63g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Custard	R01656	R01656	51.30	3.72g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○
	Farmhouse Mixed Vegetables	R00394	R00394	50.00	3.30g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato served with Baked Beans	R00183	R00183	360.00	60.06g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mash Potato	R01650	R01650	89.00	14.33g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Oaty Apple Crumble	R01688	R01688	77.50	26.98g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○
	Oven Baked Pork Sausages	R00034	R00034	57.00	9.92g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	vegetable finger	TLC53	TLC53	0.00	0.00	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetarian Sausage	R01591	R01591	50.00	4.60g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Yorkshire Pudding	R01738	R01738	28.00	9.02g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○