

Nutrition Plan: BULPH-WK3 Bulphan Week 3

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	
	Baked Beans	P00273	P00273	58.22	11.30g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Banana Sponge	P00068	P00068	65.19	23.82g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Birds Eye Vegetable Fingers	P00130	P00130	75.00	17.25g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese and Tomato Pizza	P00073	P00073	77.68	15.54g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chips	P00264	P00264	100.00	21.10g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Creamy Mashed Potato	P00285	P00285	109.00	18.19g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fish Fingers	P00909	P00909	75.00	17.48g	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fish Fingers	P00910	P00910	75.00	15.75g	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fresh Broccoli	P00276	P00276	48.80	0.88g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fresh Carrots	P00274	P00274	43.75	3.46g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Frozen Yoghurt	P00702	P00702	80.00	20.80g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Gravy	P00337	P00337	55.00	3.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Homemade Chicken Curry	P00920	P00920	229.25	11.76g	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Homemade Macaroni Cheese	P00102	P00102	257.00	50.75g	●	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○
	Ice Cream	P01289	P01289	83.33	16.25g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ice Cream Tubs	P00878	P00878	80.00	15.28g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Iced Muffin	PR001481	PR001481	54.03	26.37g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: BULPH-WK3 Bulphan Week 3

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	
	Jacket Potato Tuna Mayonnaise	P00252	P00252	208.60	47.92g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato with Cheese	P00251	P00251	210.00	47.61g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	MASHED POTATOES(DAIRY FREE)	P00120	P00120	136.25	20.16g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Organic Cowboy Casserole	P00679	P00679	173.00	25.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Oven Baked Potato Wedges	P00263	P00263	102.40	21.80g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Peas	P00272	P00272	41.67	3.75g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Plain Rice	P00142	P00142	101.50	30.60g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Potato Smiles	P00262	P00262	60.47	18.62g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Dippers	P00685	P00685	60.00	7.20g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Roast	P00225	P00225	64.86	2.46g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Sausage	P00150	P00150	75.00	7.50g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roast Chicken Fillet	P00491	P00491	70.20	0.02g	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roast Chicken Thigh (Boneless)	P00009	P00009	100.80	0.02g	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roast Potatoes	P00284	P00284	77.50	23.78g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sweetcorn	P00279	P00279	50.00	1.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Viennese Cookie	P00338	P00338	49.50	26.22g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Yorkshire Pudding	P00311	P00311	10.00	3.48g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○