Nutrition Plan: SEP26W1GF September 2026 Week 1 Gluten 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
MonMain	Fish fingers GF	R00203	R00203	2.00	0.48g	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonMain	Gluten free cheese sandwich	R00504	R00504	118.00	29.63g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
MonVeg	Peas	R00010	R00010	50.00	5.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonCarb	Chips	R00007	R00007	100.00	22.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
MonDessert	Chocolate cupcake GF DF SF EF	R00912	R00912	58.17	25.95g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	BBQ Chicken GF/DF/SF	R00552	R00552	67.50	2.93g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Pasta with Tomato & Basil sauce GF	R00417	R00417	206.95	41.09g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
TuesMain	Raita- Yoghurt Dip	R00250	R00250	11.60	0.60g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
TuesMain	Salt & Pepper Chicken	R01025	R01025	80.00	1.68g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesVeg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061, R00068, R00299, R00500, R00610	58.33	3.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TuesCarb	Rice	R00081	R00081	40.00	31.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
TueDessert	Yeo Valley Yogurt	R00219	R00219	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Gravy	R00069	R00069	53.75	2.81g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Sausage GF	R00228	R00228	50.00	5.15g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedMain	Veggie Sausage	R00105	R00105	45.00	2.75g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
WedVeg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061,	58.33	3.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: SEP26W1GF September 2026 Week 1 Gluten 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
			R00068, R00299, R00500, R00610																
WedCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
WedDessert	Shortbread Biscuit GF DF EF SF	R00198	R00198	45.10	25.08g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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 GF	R00750	R00750	216.20	48.93g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
ThursMain	Mince Beef Pie GF	R00201	R00201	110.50	20.30g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Thurs Veg	seasonal vegetables	R00610	R00010, R00039, R00061, R00068, R00299, R00500, R00610	58.33	3.02g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ThursCarb	Mashed Potatoes	R00005	R00005	125.00	20.67g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
ThDesserts	Lemon Drizzle cupcake GF DF SF EF	R00914	R00914	64.58	36.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
FriMain	BBQ (texan) Chicken Pizza GF DF chee	R00954	R00954	167.00	33.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriMain	Cheese & Tomato Pizza GF	R00126	R00126	180.00	32.28g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
FriMain	Tuna Mayo Pasta GF	R01081	R01081	90.00	35.10g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○
FriVeg	Baked Beans	R00062	R00062	70.00	10.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
FriCarb	Diced Potatoes roasted	R00008	R00008	100.00	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: SEP26W1GF September 2026 Week 1 Gluten 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
FriCarb	Potato Wedges	R00006	R00006	76.13	17.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
FriDessert	Fruit	R00556	R00556	133.33	13.43g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Veg	Mixed Salad	R00040	R00040	101.20	2.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fresh Fruit Salad	R00011	R00011	84.40	6.70g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Fruit	R00556	R00556	133.33	13.43g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Dessert	Yeo Valley Yogurt	R00219	R00219	80.00	8.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Drinks	Milk	R00033	R00033	150.00	7.05g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
Sauce	Tomato sauce	R00166	R00166	5.00	1.20g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○