

ALLERGENS

Nutrition Plan: PL6

Cucina Meat Main Meals Allergens & Carbs

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
	Beef & Tomato Ragù	R07490	R01489, R04301, R06321, R07490	422.59	69.07g	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	◐	○
	Beef & Tomato Ragù	R07648	R01489, R04301, R06321, R07648	422.59	69.07g	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	◐	○
	Beef Meatballs in Tomato & Basil Sauce	R07827	R06275, R06278, R06996, R07827	444.97	96.78g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Katsu Curry & Sides	R01474	R01474, R01483, R01487, R05392	397.65	72.86g	○	●	○	●	○	○	●	○	●	○	◐	○	○	○
	Halal Beef Meatballs in Tomato & Basil	R07848	R06275, R06278, R06996, R07848	435.47	93.00g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Chicken Katsu Curry & Sides	R07653	R01483, R01487, R05392, R07653	446.15	74.78g	○	●	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○
	Halal Kung Po Chicken & Sides	R07649	R01487, R01490, R01534, R06382, R07649	429.34	74.32g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	●	●	●
	Halal Lebanese Chicken & Tomato Curr	R07737	R07628, R07737, R07829	436.25	43.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○
	Halal Roast Seasoned Chicken & Trimr	R07651	R06363, R06418, R06420, R07539, R07651	291.85	41.16g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Roast Seasoned Chicken & Trimr	R07642	R06363, R06418, R06420, R07539, R07642	529.73	41.11g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL7

Cucina Vege Main Meals Allergens & Carbs

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	
	Mixed Bean Chilli Nachos & Sides	R06307	R01489, R01490, R06307, R06320	423.32	63.07g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Roast Butternut Squash, Roast Potatoes	R07269	R01489, R01503, R06363, R06420, R07269	410.72	51.46g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Vegan Meatballs Pasta Bake & Sides	R07828	R06275, R06278, R06996, R07828	415.77	93.65g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	◐	◐	◐	●	○	
	Vegan Sausage, Mash & Vegetables	R06297	R01508, R06297, R06362	454.97	51.11g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Vegetable Ragu, Wholegrain Pasta & Sides	R07261	R04301, R06321, R07261	372.65	68.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL8

Cucina Pasta Pots Allergens & Carbs

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	
	Arrabiata Pasta Large	R06290	R06278, R06290	385.85	104.02g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Arrabiata Pasta Pot Small	R06291	R06278, R06291	290.05	78.16g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Large	R06288	R06288	396.63	84.42g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Small	R06289	R06289	318.82	83.72g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese Sauce Pasta Pot Large	R06286	R06286	393.62	106.87g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○
	Cheese Sauce Pasta Pot Small	R06287	R06287	295.21	80.15g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○
	Halal Carbonara Pasta Pot Large	R06312	R06312	396.63	86.22g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	●	○
	Halal Carbonara Pasta Pot Small	R06313	R06313	318.82	85.22g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	●	○
	Pesto Pasta Pot Large	R06283	R06281, R06283	370.84	121.76g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pesto Pasta Pot Small	R06282	R06281, R06282	309.45	101.31g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Large	R06279	R06278, R06279	397.56	105.46g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Small	R06280	R06278, R06280	298.65	79.28g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegan Bolognaise Pasta Pot Large	R06285	R06278, R06285	419.04	106.55g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Vegan Bolognaise Pasta Pot Small	R06284	R06278, R06284	324.38	80.48g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL10

Cucina Accompaniments Allergens & Carbs

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
	50/50 Wholegrain Pasta Mix	R06321	R06321	137.20	50.96g	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	◐	○
	50/50 Wholegrain Rice Mix	R01551	R01551	119.59	45.78g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Asian Slaw 23	R01358	R01358	69.50	5.78g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carrot & Sesame Salad	R06382	R06382	85.04	6.60g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Carrots 23	R06296	R06296	85.50	7.11g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	DON'T SHARE	R01489	R01489	2.00	0.29g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	DON'T SHARE	R01490	R01490	1.98	0.08g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Egg Fried Rice	R01534	R01534	134.58	43.16g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fattoush Salad	R07628	R07628	56.00	4.71g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Ginger & Garlic Vegetable Fried Rice	R07404	R07404	141.61	45.42g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○
	Ginger Puree 23	R01487	R01487	10.00	0.61g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Gravy 100 Portion 23	R06420	R06420	42.57	0.15g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Gravy 25 Portion 23	R01508	R01508	42.96	0.15g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Green Salad	R04301	R04301	81.34	1.51g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Homemade Yorkshire Pudding	R07539	R07539	51.30	12.80g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Mixed Salad Side	R06274	R06274	83.23	4.13g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Peas & Carrots	R06362	R06362	81.67	8.38g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL10

Cucina Accompaniments Allergens & Carbs

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
	Peas 23	R06275	R06275	80.00	8.80g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Peas 23	R01502	R01502	80.00	8.80g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Plain Rice	R05392	R05392	110.00	42.90g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Roast Potatoes	R06418	R06418	117.33	20.73g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>
	Seasonal Vegetables	R06363	R06363	81.43	7.26g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Stir Fried Greens	R06277	R01487, R01489, R06277	73.35	4.66g	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Stir Fried Vegetables	R01483	R01483, R01487	81.40	7.19g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Stuffing Balls	R01506	R01506	31.83	5.95g	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Sweet Chilli Slaw	R06364	R06364	60.17	4.80g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Sweetcorn	R06320	R06320	80.00	6.48g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Nutrition Plan: PL48

SIXTH FORM BAKERY Allergens & Carbs

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	
	6th Form Donuts	R07834	R07834	60.00	29.40g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Apple Cake 22 (6Th Form Only)	R00825	R00825	211.00	82.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Caramelized White Choc Blondie 22(6Th Form Only)	R00580	R00580	105.97	50.76g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carrot Cake 22(6Th Form Only)	R00581	R00581	205.96	71.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate And Beetroot Cake 22 (6Th Form Only)	R00583	R00583, R05665	177.38	70.53g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate Fudge Cake (Brakes Option)	R07683	R07683	87.50	49.88g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	◐	○	○	○	○
	Chocolate Fudge Muffin 22	R06686	R06686	149.13	74.41g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Coconut Frangipane 22	R05298	R05298	139.00	51.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Coconut Macaroons 22 (6Th Form Only)	R00588	R00588	103.81	35.71g	○	○	○	●	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Halal Rocky Road 22	R06112	R06112	94.59	52.00g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Rocky Road 22	R06111	R05273, R06111	93.54	51.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Dark Chocolate Brownie (6Th Form Only)	R06650	R06650	126.81	75.44g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Date & Orange Cookie	R07396	R07396	64.43	33.79g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Double Chocolate Chip Cookie	R07208	R07208	58.74	32.36g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit & Puffed Rice Bar 22(6Th Form Or	R00592	R00592	53.50	33.00g	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ginger Breadman 22(6Th Form Only)	R00598	R00598	97.82	64.99g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hummingbird Cake 22(6Th Form Only)	R00587	R00587	140.49	52.70g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL48

SIXTH FORM BAKERY Allergens & Carbs

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	
	Lemon & Sultana Cookie	R07397	R07397	61.49	33.48g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Millionaires Shortbread (Brakes Option)	R07682	R07682	66.00	36.30g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◐	◐	○	●	○	
	Millionaires Shortbread 23(6Th Form Or	R07211	R07211	89.57	47.90g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
	Oreo Style Cookie	R07395	R07395	56.78	28.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
	Salted Toffee Parkin 22(6Th Form Only)	R00590	R00590	134.59	76.69g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
	Sticky Date And Ginger Cake (6Th Form)	R05301	R05301	146.03	75.84g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Vanilla Biscuits 22(6Th Form Only)	R00596	R00596	86.88	43.76g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL44

CUCINA SOUP Allergens & Carbs

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
	Carrot & Coriander Soup 23	R07735	R07735	399.40	29.79g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Leek & potato soup 23	R07526	R07526	310.68	11.12g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Spring Vegetable Soup Apr 23	R07528	R07528	306.77	10.93g	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Thai Style Butternut Squash Soup Apr 2	R07529	R07529	309.38	17.14g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Tomato & Basil Soup Apr 23	R02634	R02634	308.29	18.53g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Tuscan bean soup Apr 23	R07525	R07525	284.91	23.44g	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

ALLERGENS COLD DELI

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL11

CUCINA PREMIUM BAGUETTES Allergens & Carbs

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
	Asian Tuna Baguette	R07456	R07456	228.00	69.11g	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Sausage Baguette	R01862	R01862	193.80	84.45g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BLT Baguette	R05772	R05772	266.75	68.08g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	By The Inch - Chicken Bacon & Sweetcorn Baguette	R04287	R04287	30.20	3.61g	○	●	○	●	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○
	By The Inch - Chicken Tikka Baguette	R04285	R04285	24.75	4.40g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	By The Inch - Onion Bhaji Baguette	R04288	R04288	28.22	7.06g	○	●	○	◐	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○
	By The Inch Baguette- Chargrilled Veg & Cheese	R04289	R04289	25.25	3.91g	○	●	○	◐	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese & Pickle Baguette	R07429	R07429	245.98	77.98g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese & Tomato Baguette	R05926	R05926	246.00	66.94g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese Baguette	R03891	R03891	207.90	66.28g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese Mayo & Spring Onion Baguette	R05774	R05774	222.75	67.20g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken & Bacon Baguette	R05728	R05728	240.11	67.52g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chipotle Chicken & Lime Slaw Baguette	R07427	R07419, R07427	277.70	70.47g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chipotle Chicken & Lime Slaw Baguette	R07700	R07419, R07700	277.70	70.47g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Coronation Chicken Baguette	R07360	R07360	211.19	67.28g	○	●	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○
	Halal Chicken & Sweetcorn Baguette	R05932	R05932	257.90	68.74g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Coronation Chicken Baguette	R07704	R07704	211.19	67.28g	○	●	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL12

CUCINA WHOLE SANDWICHES Allergens & Carbs

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	
	Cheese & Tomato Sandwich	R05575	R05575	178.89	44.20g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese & Tomato Wholemeal Sandwich	R06813	R06813	90.00	1.53g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese, Mayo & Spring Onion Sandwich	R05577	R05577	144.44	43.87g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese, Mayo & Spring Onion Wholemeal Sandwich	R06814	R06814	55.56	1.20g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken & Sweetcorn Sandwich	R05722	R05722	142.26	43.64g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken & Sweetcorn Sandwich	R05899	R05899	142.26	43.64g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken & Sweetcorn Wholemeal Sandwich	R06818	R06818	53.37	0.98g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Chicken & Sweetcorn Sandwich	R06820	R06820	53.37	0.98g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Cheese Sandwich CU 23	R05723	R05723	118.89	42.69g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Cheese Wholemeal Sandwich	R06819	R06819	30.00	0.02g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham, Mayo & Cucumber Sandwich	R05581	R05581	123.89	43.21g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham, Mayo & Cucumber Wholemeal Sandwich	R06816	R06816	35.00	0.54g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jerk Chicken & Cucumber Sandwich	R05579	R05579	165.00	44.00g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jerk Chicken & Cucumber SW CU 23	R05904	R05904	165.00	44.00g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jerk Chicken & Cucumber SW Wholemeal Sandwich	R06815	R06815	76.11	1.34g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jerk Chicken & Cucumber SW Wholemeal Sandwich	R06822	R06822	76.11	1.34g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tandoori Chicken & Cuc SW Halal CU	R05902	R05902	165.00	44.16g	○	●	○	●	○	○	○	○	◐	◐	◐	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL12

CUCINA WHOLE SANDWICHES Allergens & Carbs

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
	Tandoori Chicken & Cuc SW Wholemea	R06821	R06821	76.11	1.50g	○	●	○	●	○	○	○	○	◐	◐	◐	○	●	○
	Tuna & Cucumber Sandwich CU 23	R05721	R05721	148.58	44.37g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna & Cucumber SW Wholemeal CU 2	R06817	R06817	57.08	0.45g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL13

CUCINA DELI SUB ROLLS & BAGELS Allergens & Carbs

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	
	Tomato & Cheese Croissant 23	R07465	R07465	80.00	1.24g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◐	○	○	◐	○	
	Tuna & Cucumber Deli Sub CU 23	R05719	R05719	157.08	47.45g	○	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	●	○
	Tuna & Sweetcorn Deli Sub CU 23	R05565	R05565	148.00	48.03g	○	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	●	○
	Tuna Crunch Sub 23	R07356	R07356	166.32	48.33g	○	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	●	○
	Turkey Salad Deli Sub Halal 23	R04502	R04502	189.50	51.67g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐	●	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL14

CUCINA SMALL DOT ROLLS Allergens & Carbs

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	
	Ham Roll Blue Dot CU 23	R05716	R05716	55.00	25.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	
	Small Cheese Roll Blue Dot CU 23	R05717	R05717	70.00	25.02g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Small Egg Roll Blue Dot CU 23	R05586	R05586	79.63	25.36g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Small Tuna Roll Blue Dot CU 23	R05587	R05587	90.20	25.45g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Small Turkey Roll 23	R03928	R03928	107.66	38.03g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○





Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL15

CUCINA SALADS Allergens & Carbs

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
	Halal Chicken Protein Pot 23	R08352	R08352	35.00	0.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Chicken Salad Pot 22	R06714	R06714	170.00	2.98g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham Salad Pot 22	R06708	R06708	125.00	2.53g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hard Boiled Egg Salad Pot 22	R06711	R06711	241.00	2.53g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Marinated Edamame Beans 23	R08349	R08349	82.92	2.45g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	●
	Mezze Bag With Hummous IN 23	R05448	R05448	182.08	18.11g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Moroccan Roast Carrot, Feta, Pumpkin	R07688	R07688	287.85	27.02g	○	◐	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Naked Piri Piri Chicken Burrito Bowl 23	R07343	R07343	189.50	25.73g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Naked Piri Piri Chicken Burrito Bowl Hal	R07345	R07345	189.50	25.72g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Onion Bhaji & Bulgar Mezze 23	R06572	R06572	224.42	53.16g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Protein Pot - Cheese 23	R08350	R08350	40.00	0.04g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Protein Pot - Chicken 23	R08351	R08351	35.00	0.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Protein Pot - Ham 23	R08353	R08353	0.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Protein Pot - Onion Bhaji 23	R08354	R08354	54.00	11.88g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Protein Pot - Tuna 23	R08355	R08355	58.00	0.51g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Squash & Chickpea Salad Bowl CU 23	R05593	R05593	245.25	30.79g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Super Greens Pasta Salad 23	R07687	R07687	267.84	58.20g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL15

CUCINA SALADS Allergens & Carbs

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	
	Sushi CU 23	R06012	R06012	265.29	7.38g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Sushi Roll CU 23	R05749	R05749	232.02	11.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna Salad Pot 22	R06702	R06702	225.50	3.82g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegan Falafel, Salad, Lemon & Garlic M	R07691	R07691	244.53	54.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	●
	Vegan Singapore Noodles CU 23	R05732	R05732	364.72	108.06g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL16

CUCINA WRAPS Allergens & Carbs

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	
	Aromatic Duck & Hoisin Wrap 23	R05726	R05726	160.00	39.37g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Cheese Salad Wrap CU 23	R05923	R05923	225.00	36.27g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Caesar Wrap CU 23	R05724	R01456, R05724, R06383	172.29	36.31g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	●
	Chicken Caesar Wrap Halal CU 23	R05921	R01456, R05921, R06383	170.57	36.31g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	●
	Chicken Tikka Wrap CU 23	R05766	R05766	195.51	47.28g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka Wrap Halal CU 23	R05924	R05924	191.59	47.09g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Greek Salad Wrap CU 23	R05767	R05767	192.20	37.08g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Cheese Wrap	R03879	R03879	151.67	35.06g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roasted Vegetable & Hummus Wrap wi	R05640	R05640	210.24	42.27g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○
	S/Fried Chicken Cajun Mayo Wrap 23	R07664	R07664	168.40	42.86g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	S/Fried Chicken Mayo Wrap 23	R07428	R07428	182.16	42.99g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	S/Fried Chicken, Cajun Mayo Wrap Halal	R07699	R07699	183.15	43.14g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sriracha Roast Chickpea Wrap IN 23	R07433	R07433	237.76	61.40g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Tex Mex Tuna Wrap 23	R05957	R05957	180.50	37.54g	●	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna & Sweetcorn Wrap CU 23	R05768	R05768	170.00	35.93g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Turkey Ham & Cheese Wrap Halal IN 23	R04497	R04497	150.00	38.19g	◐	●	○	●	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	●
	Vegan Onion Bhaji Wrap CU 23	R01755	R01755	206.17	57.02g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL17

CUCINA COLD PASTA POTS & POTS Allergens & Carbs

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	
	Tuna & Sweetcorn Pasta 5.5oz 23	R08371	R08371	123.21	36.52g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL18

CUCINA 6F BAGELS Allergens & Carbs

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	
	Bagel - BBQ Plant Meatball 6th 23	R07184	R07184	200.90	64.47g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	●	○
	Bagel- Margherita 6th 23	R07188	R07188	175.00	52.59g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-Aubergine Parmigiana 6th 23	R07503	R07503	235.20	57.40g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-BBQ Pulled Chicken 6th 23	R07497	R07497	190.00	58.96g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	●	○
	Hot Bagel-BBQ Pulled Chicken 6th Hala	R07498	R07498	190.00	58.96g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	●	○
	Hot Bagel-Caprese 6th 23	R07501	R07501	223.25	59.13g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-Chipotle Chicken 6th 23	R07491	R07491	227.00	63.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-Chipotle Chicken Halal 6th 23	R07492	R07492	227.00	63.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-Hoi Sin Chicken 6th 23	R07494	R07494	211.25	65.30g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	●	○
	Hot Bagel-Red Thai Chicken 6th 23	R07499	R07499	199.00	61.87g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-Red Thai Chicken Halal 6th 23	R07500	R07500	199.00	61.87g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-Roasted Veg & Brie 6th 23	R07505	R07505	232.75	59.52g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Hot Bagel-Spicy Falafel 6th 23	R07504	R07504	227.70	74.86g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	●
	Hot Bagel-Sweet Chilli Chicken 6th 23	R07495	R07495	210.00	67.46g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○
	S/Fried Chicken & Cajun Mayo Bagel 6th 23	R07763	R07763	238.10	60.72g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	S/Fried Chicken & Cajun Mayo Bagel Halal 6th 23	R07764	R07764	238.10	60.72g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Seeded Bagel - with Moroccan Veg & Halal 6th 23	R01656	R01656	194.75	51.44g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL18

CUCINA 6F BAGELS Allergens & Carbs

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	
	Seeded Bagel - with Pesto & Med Veg	R01660	R01660	225.60	50.26g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Seeded Bagel - with S/F Chicken & Sals	R07761	R07761	217.28	54.72g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Seeded Bagel - With S/F Chicken & Sals	R07762	R07762	217.28	54.72g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Seeded Bagel - with S/F Chicken & Sals	R04512	R04512	208.55	53.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Seeded Bagel - with Smkd Salmon & Cr	R01683	R01683	175.00	45.55g	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Seeded Bagel with Chicken Tikka & Spii	R01665	R01665	198.85	47.82g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Seeded Bagel with Chicken Tikka & Spii	R04509	R04509	198.85	47.82g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL19

CUCINA 6F WRAPS & BAGUETTES Allergens & Carbs

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
	Aromatic Duck & Hoisin Wrap 23	R05726	R05726	160.00	39.37g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Pulled Chicken Wrap Halal 23	R04491	R00579, R04491	197.47	39.09g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cajun Chicken Wrap Halal 23	R07774	R00579, R07774	166.04	37.63g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka with Chutney & Slaw Wr:R06631	R00579, R06631		165.78	47.12g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka With Chutney & Slaw Wr R06635	R00579, R06635		174.50	47.12g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka With Chutney & Slaw Wr:R01689	R00579, R01689		174.50	47.12g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Chipotle Chicken Wrap 23	R01666	R00579, R01666	193.90	38.07g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chipotle Chicken Wrap Halal 23	R07770	R00579, R07770	193.90	38.07g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Falafel & Red Pepper Houmous Wrap 2 R07769	R00579, R07769		204.70	54.06g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Falafel & Spiced Bean Wrap 23	R01688	R01688	195.89	51.60g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halloumi Mint Yoghurt & Cucumber Wr:R01669	R00579, R01669		193.51	38.08g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Onion Bhaji & Slaw Wrap 23	R01623	R00579, R01623	207.61	54.16g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Pesto & Roasted Med Veg Wrap 23	R07775	R00579, R07775	178.32	36.52g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Roasted Vegetable & Houmous Wrap 2:R01620	R01620		207.10	42.43g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	SF Chicken & Corn Salsa Wrap Halal 2:R06605	R00579, R06605		179.05	41.02g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

ALLERGENS HOT DELI

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL20

CUCINA BREAKFAST Allergens & Carbs

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	
	Bacon Bap 23	R04056	R04056	112.88	39.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Breakfast In A Pot CU 23	R05710	R05710	322.13	43.56g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Breakfast In A Pot Halal CU 23	R06236	R06236	327.47	49.10g	◐	●	○	◐	○	○	◐	○	◐	○	○	○	○	○	○
	Cereal CU 23	R04061	R04061	125.00	6.25g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Croissant - Butter IN 23	R00156	R00156	0.00	0.00g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◐	○	○	○	◐	○
	Drop Breakfast Pancakes 23	R05128	R05128	65.78	30.17g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pain Au Chocolate 23	R02580	R02580	53.00	24.91g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pain Au Raisin Danish	R02581	R02581	96.00	40.32g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◐	○	◐	◐	○	○
	Porridge 23	R04059	R04059	340.00	34.40g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sausage Bap 23	R04057	R04057	179.19	50.34g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	●	●
	Toast - 1 Slice - White 23	R04788	R04788	50.00	24.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Veggy Breakfast In A Pot CU 23	R05707	R05707	296.39	40.61g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL21

CUCINA POTATOE/WEDGES/NACHOS Allergens & Carbs

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	
	8oz Mezze IN 23	R07672	R07672	127.89	39.62g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Loaded Nachos With Cheese & Salsa C	R05712	R05712	100.00	33.94g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Yaroa Dominican Loaded wedges 23	R07852	R07852	298.68	30.71g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Yaroa Dominican Loaded wedges halal	R08114	R08114	298.68	30.71g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL22

CUCINA SAVOURIES Allergens & Carbs

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		
	Cheese & Onion Roll CU 23	R05662	R05662	187.67	29.99g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Cucina Sausage Roll CU 23	R01972	R01972	174.16	33.99g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●

Nutrition Plan: PL23

CUCINA TOASTIES Allergens & Carbs

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	
	Cheese Toastie Blue Dot 23	R05589	R05589	70.10	19.80g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Cheese Toastie CU 23	R01938	R01938	136.18	43.53g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Cheese Toastie Wholemeal CU	R06801	R06801	48.18	0.86g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Turkey Ham & Cheese Toastie Wholerr	R06824	R06824	74.25	4.32g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○
	Turkey Ham & Cheese Toastie Halal CL	R05913	R05913	162.25	46.99g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL24

CUCINA HOT ROLLS Allergens & Carbs

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	
	BBQ Bacon & Cheese Bagel CU 23	R05739	R05739	198.00	55.19g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Melt Bap - Blue Dot 23	R05631	R05631	74.33	22.89g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Pepperoni Stack CU 23	R05740	R05740	174.13	55.46g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Pepperoni Stack Halal CU 23	R05791	R05791	164.18	55.59g	●	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○
	BBQ Pulled Pork Jalapeno Bagel CU 23	R07692	R07467, R07692	245.00	59.76g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Sausage & Cheese Ciabatta CU 2	R01988	R01988	252.45	77.70g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Sausage & Cheese Ciabatta Halal	R06237	R06237	294.88	85.50g	●	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Buffalo Mozzarella Pizza Ciabatta	R01765	R01765	112.61	3.15g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Falafel & Mango Chutney Deli Sub CU 2	R05668	R05668	193.55	77.08g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Korean Crispy BBQ Chicken Sub Halal	R07575	R07575	193.00	59.47g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Korean Crispy BBQ Chicken Sub IN 23	R07447	R07447	193.00	59.47g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni Deli Sub CU 23	R05667	R05667	151.90	48.76g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni Deli Sub Halal CU 23	R07644	R07644	151.90	48.98g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni, Cheese Bagel Halal 23	R07563	R07563	168.00	54.04g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○
	Sausage & Ketchup Ciabatta IN 23	R02079	R02079	239.76	73.90g	○	●	○	◐	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna Melt Ciabatta CU 23	R05634	R05634	203.64	55.36g	○	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL25

CUCINA CHICKEN WINGS Allergens & Carbs

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
	Chinese Sticky & Crispy Chicken Wings	R04065	R04065	209.88	22.42g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○
	Chinese Sticky & Crispy Chicken Wings	R06666	R06666	209.88	22.42g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○
	Chipotle Chicken Wings CU 23	R05591	R05591	211.68	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chipotle Chicken Wings Halal CU 23	R05783	R05783	209.52	11.88g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon & Pepper Chicken Wings	R05632	R05632	226.53	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Lemon & Pepper Chicken Wings Halal	R05787	R05787	224.22	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Salt & Pepper Chicken Wings	R05633	R05633	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Salt & Pepper Chicken Wings Halal	R05794	R05794	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sriracha Glazed Chicken Wings	R05590	R05590	203.39	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Sriracha Glazed Chicken Wings Halal	R05788	R05788	201.31	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL26

CUCINA BURGERS & STRIPS Allergens & Carbs

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	
	BBQ Southern Fried Chicken Burger 23	R07745	R07745	180.32	45.95g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Southern Fried Chicken Burger Halal	R07746	R07746	180.32	45.95g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Combo Pot Strips & Wedges 23	R07739	R07739	204.00	34.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Combo Pot Strips & Wedges Halal	R07740	R07740	204.00	34.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jamaican Jerk Chicken Burger 23	R08202	R08202	241.08	44.04g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jamaican Jerk Chicken Burger halal CU	R08203	R08203	241.08	44.04g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	S/Fried Chicken Burger-Plain 23	R07744	R07744	168.98	41.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	S/Fried Chicken Burger-Plain Halal 23	R07743	R07743	168.98	41.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	S/Fried Chicken Burger. Lett, Tom, & M&C	R07742	R07742	228.98	43.35g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	S/Fried Chicken Burger. Lettuce, Tomato	R07741	R07741	228.98	43.35g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	V Burger CU 23	R06220	R06220	118.80	41.19g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL27

CUCINA PIZZA & DOUGH BALLS Allergens & Carbs

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	
	Bhaji Naan Pizza CU 23	R05676	R05676	226.71	81.09g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Blue Dot Garlic Bread CU 23	R05690	R05690	81.68	33.24g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Garlic Doughballs CU 23	R05714	R01928, R05714	200.66	74.53g	○	●	○	◐	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○
	Margherita Pizza CU 23	R01929	R01928, R01929	117.34	38.68g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni Pizza Halal CU 23	R05906	R01928, R05906	127.74	38.89g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni Pizza CU 23	R01930	R01928, R01930	127.74	38.77g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Piri Piri Chicken Pizza CU 23	R05703	R01928, R05703	137.14	39.30g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Piri Piri Chicken Pizza Halal CU 23	R06224	R01928, R06224	137.14	39.30g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pizza Melt Bap CU 23	R06217	R06217	74.25	20.58g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pizza Melt Quesadilla CU 23	R05702	R05702	65.99	18.27g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Spice Paneer Red Onion Pizza Naan CI	R07694	R07694	189.59	70.91g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato, Feta & Spinach Pinwheel 23	R06661	R05571, R06661	173.31	55.59g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Turkey Ham Pizza Homemade CU 23	R07634	R01928, R07634	127.24	39.88g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL28

CUCINA TORTILLA WRAPS & TWISTERS Allergens & Carbs

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	
	Chicken Twister with Mayo 23	R07750	R07750	89.00	42.39g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chilli Beef Burrito	R01764	R00395, R01551, R01764	291.14	69.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Chicken Twister with mayo 23	R07749	R07749	89.00	42.39g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Cheese Quesadilla CU 23	R05585	R05585	118.80	35.57g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mexican Quorn Fajita CU 23	R05649	R05649	254.52	44.20g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mushroom & Cheese Quesadilla CU 23	R05584	R05584	215.84	36.57g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Southern Fried Bbq Chicken Twister 23	R07747	R07747	162.36	44.85g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Southern Fried BBQ Chicken Twister Halal	R07748	R07748	162.36	44.85g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Spicy Bean & Lentil Burrito IN 23	R05379	R01551, R05379	332.03	104.96g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Turkey & Cheese Twister Halal IN 23	R04206	R04206	89.00	38.46g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	●	○
	Turkey Ham & Cheese Quesadilla Halal	R05790	R05790	148.50	39.17g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	●	○
	Vegan Bean and Jalapeno Burrito 23	R07450	R05392, R07450	344.85	98.91g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL29

CUCINA KEBABS/SHAWARMA Allergens & Carbs

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	
	BBQ Pulled Pork Spicy Slaw Showarma	R07696	R01358, R07455, R07696	294.89	48.46g	●	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Shawarma CU 23	R05650	R05650	211.78	38.74g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Shawarma Halal CU 23	R05793	R05793	186.20	38.27g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fork Friendly Chilli Chicken Kebab CU 2	R05672	R05672	236.55	24.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Fork Friendly Chilli Chicken Kebab Hala	R05789	R05789	236.55	24.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Fork Friendly Falafel Kebab CU 23	R05675	R05675	227.05	34.29g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fork Friendly Garlic Chicken Kebab CU	R05669	R01489, R05669	227.53	23.75g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fork Friendly Garlic Chicken Kebab Halal	R05781	R01489, R05781	227.53	23.75g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fork Friendly Onion Bhaji Kebab CU 23	R05673	R05673	251.75	41.58g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fork Friendly Onion Bhaji Kebab IN 23	R07440	R07440	275.03	45.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL30

CUCINA PANINIS Allergens & Carbs

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	
	BBQ Bean Panini CU 23	R05652	R05652	224.25	79.30g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Sausage Panini CU 23	R05646	R05646	251.18	82.49g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	BBQ Sausage Panini Halal CU 23	R06232	R06232	252.45	83.75g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka Panini CU 23	R01966	R01966	237.60	73.40g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka Panini Halal CU 23	R06228	R06228	252.45	81.20g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham & Cheese Panini CU 23	R01852	R01852	193.05	68.13g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni Panini CU 23	R01851	R01851	213.84	68.55g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni Panini Halal CU 23	R05909	R05909	215.98	68.55g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○
	Piri Piri Chicken Panini CU 23	R01963	R01963	252.45	69.99g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pizza Melt Panini CU 23	R05383	R05383	183.15	63.67g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roasted Vegetable Panini No Cheese CR05647	R05647	R05647	224.74	70.49g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Southern Fried Chicken Panini 23	R07751	R07751	276.21	76.51g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Southern Fried Chicken Panini Halal CU R07752	R07752	R07752	276.21	76.28g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Turkey Ham & Cheese Panini Halal CU R06230	R06230	R06230	212.85	70.53g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL31

CUCINA HOT PASTA / RICE POTS Allergens & Carbs

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
	Americas Louisiana Dirty Rice	R04246	R04246	376.58	52.53g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Arrabiata Pasta - L - 16oz IN 23	R01652	R01652	275.70	61.01g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Arrabiata Pasta Pot Small	R04596	R04596, R08243	834.63	111.47g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Buffalo cauliflower wings, salt & pepper	R08072	R08072	397.56	69.02g	●	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Large	R04598	R04598	396.63	84.42g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Small	R04599	R04599	318.82	83.72g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Fried Rice Chinese 23	R03096	R03096, R05392	266.95	49.67g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	●	●	●
	Chicken Fried Rice Chinese Halal 23	R07546	R05392, R07546	266.95	49.67g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	●	●	●
	Chinese Style Veg Noodles 23	R08058	R08058	270.23	53.24g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Florentine Pasta Pot 12oz IN 23	R04601	R04601	349.08	84.18g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Florentine Pasta Pot 16oz IN 23	R04600	R04600	422.75	112.36g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Gnocchi with mushroom and spinach 23	R08075	R08075	254.15	36.44g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Greek Souvlaki Chicken 23	R03161	R03161	212.95	5.53g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Greek Souvlaki Chicken halal 23	R08106	R08106	212.95	5.53g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal devil wings with yellow rice apr23	R07551	R07551	332.64	55.24g	*	●	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
	Halal Mexican beef chalupas Apr 23	R07540	R07540	203.35	38.95g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Mexican chicken & bean burrito apr	R07542	R07542, R08243	348.82	74.01g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL31

CUCINA HOT PASTA / RICE POTS Allergens & Carbs

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	
	Halal Mexican lamb chalupas Apr 23	R07577	R07577	203.35	39.20g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Sri Lankan Kolamba's Chicken Cu	R07549	R05392, R07549	286.19	48.64g	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hot Couscous & Falafel Bowl 23	R07459	R07459	268.69	68.96g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Indian Spiced Rice panner bowl 23	R07708	R07708	280.91	69.47g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Korean Fried Crispy Chicken Dakgangje	R08044	R01551, R08044	284.38	80.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Korean Fried Crispy Chicken Dakgangje	R08107	R01551, R08107	284.38	80.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lamb Ma Yi Shang Shu Ants Climbing /	R07582	R07582	258.48	56.46g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lebanese Cauliflower khobez 23	R08056	R08056	245.58	11.36g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ma Yi Shang Shu Ants Climbing A Tree	R02910	R02910	258.48	56.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ma Yi Shang Shu Ants Climbing A Tree	R07545	R07545	258.48	56.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mexican beef chalupas 23	R03111	R03111	212.85	38.95g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mexican chicken & bean burrito apr 23	R07541	R07541, R08243	348.82	74.01g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mexican Tacos Al Pastor 23	R03112	R03112, R07475	325.37	45.33g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mexican Tacos Al Pastor Halal 23	R07544	R07544	232.97	39.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mie goreng 23	R08154	R08154	269.05	54.32g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mozambique Peri Peri Chicken 23	R07202	R07202	403.88	51.91g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mozambique Peri Peri Chicken halal 23	R08115	R08115	403.88	51.91g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL31

CUCINA HOT PASTA / RICE POTS Allergens & Carbs

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	
	Pesto Pasta Pot Large	R01655	R01655	308.12	98.96g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pesto Pasta Pot Small	R04593	R04593	251.75	81.95g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Bolognaise Pasta Pot Large	R01619	R01619, R08243	1,113.47	148.50g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Bolognaise Pasta Pot Small	R04594	R04594, R08243	734.24	105.24g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Singapore Rice CU 23	R05738	R05738	252.45	47.70g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○
	Soya Bean, Mushroom & Vegetable Ch	R07547	R07547	301.84	38.23g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○
	Sri Lankan devil wings with yellow rice a	R07550	R07550	332.64	55.24g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sri Lankan Fried Chicken 23	R08110	R07404, R08110	276.27	73.46g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	●	◐	◐	○	●
	Sri Lankan Fried Chicken Halal 23	R08112	R07404, R08112	276.27	73.46g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	●	◐	◐	○	●
	Sri Lankan Kolamba's Chicken Curry 22	R06797	R05392, R06797	286.19	48.64g	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Sri Lankan Kottu Roti 23	R03147	R03147	263.14	62.71g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	●	◐	◐	○	●
	Sri Lankan Split Pea & Cauliflower Curry	R03144	R01551, R03144	490.56	95.63g	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Large	R01612	R01612, R08243	1,607.74	179.50g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Small	R04591	R04591, R08243	1,206.28	134.72g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegan Ramen bowl 23	R07471	R07471	275.22	54.32g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: PL32

CUCINA SAVOURIES 6F Allergens & Carbs

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	
	Cheese & Onion Slice 6th 23	R00180	R00180	160.00	36.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken & Mushroom Slice 6th 23	R00179	R00179	170.00	40.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jumbo Sausage Roll 6th 23	R00177	R00177	130.00	33.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Roasted Pepper Focaccia 23	R06662	R06662	216.60	63.75g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sausage Roll IN 23	R02093	R02093	135.63	35.62g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Steak Bake 6th 23	R00178	R00178	170.00	40.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato, Feta & Spinach Pinwheel 23	R06661	R05571, R06661	173.31	55.59g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Traditional Cornish Pasty 6th 23	R00181	R00181	283.00	67.35g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL33

CUCINA POTS 6F Allergens & Carbs

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	
	Hot Vegan Noodles IN 23	R05598	R05598	375.39	110.36g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○	
	Korean Bulgogi Chicken CU 23	R02733	R02733	201.60	37.88g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	◐	◐	●	●	○	
	Korean Bulgogi Chicken Halal 23	R06660	R06660	280.32	39.62g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	●	●	○	
	Naked Vegetable Burrito Bowl 23	R07344	R07344	207.80	27.29g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●
	Piri Piri Chicken Rice Pot 23	R01630	R01630	300.71	59.20g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○
	Piri Piri Chicken Rice Pot Halal 23	R06562	R06562	300.71	59.20g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL34

CUCINA CHICKEN WINGS 6F Allergens & Carbs

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
	Chinese Sticky & Crispy Chicken Wings	R04065	R04065	209.88	22.42g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○
	Chinese Sticky & Crispy Chicken Wings	R06666	R06666	209.88	22.42g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	◐	○	●	○
	Chipotle Chicken Wings CU 23	R05591	R05591	211.68	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chipotle Chicken Wings Halal CU 23	R05783	R05783	209.52	11.88g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon & Pepper Chicken Wings	R05632	R05632	226.53	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Lemon & Pepper Chicken Wings Halal	R05787	R05787	224.22	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Salt & Pepper Chicken Wings	R05633	R05633	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Salt & Pepper Chicken Wings Halal	R05794	R05794	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sriracha Glazed Chicken Wings	R05590	R05590	203.39	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Sriracha Glazed Chicken Wings Halal	R05788	R05788	201.31	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○

Nutrition Plan: PL35

CUCINA KEBABS/SHAWARMA 6F Allergens & Carbs

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	
	Chicken Kebab Turkish CU 23	R03179	R01358, R01489, R03179	233.81	40.08g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●
	Chicken Tantuni Turkish Halal CU 23	R06653	R06653	207.50	37.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka Shawarma 23	R06648	R06648	192.00	41.02g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tikka Shawarma Halal 23	R06649	R06649	192.00	40.18g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fork Friendly Chilli Chicken Kebab CU 2	R05672	R05672	236.55	24.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Fork Friendly Chilli Chicken Kebab Hala	R05789	R05789	236.55	24.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○
	Mexicana Beef Soft Taco Halal 23	R07538	R07537, R07538	218.99	12.74g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●
	Mexicana Chicken Soft Tacos 23	R07520	R07520	191.90	11.58g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●
	Mexicana Sweet Potato Soft Taco 23	R07517	R07517	234.65	24.81g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL36

CUCINA BURGERS/DOGS 6F Allergens & Carbs

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	
	Chinese Chicken Burger 23	R07334	R07334	220.52	50.11g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	●	●	○	
	Jamaican Chicken Burger 23	R01606	R01525, R01606	207.88	46.23g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○	○	○	
	Jamaican Chicken Burger Halal 23	R06560	R01525, R06560	198.12	46.04g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○	○	○	
	Katsu Chicken Burger 23	R07329	R01358, R07329	126.85	55.29g	○	●	○	●	○	○	○	○	●	◐	○	○	○	○	
	Korean Bang Bang Chicken Burger 23	R06638	R06638	210.70	46.64g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	●	
	Korean Bang Bang Chicken Burger Halal 23	R06559	R06559	210.70	46.64g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	●	
	Korean Gamja Hotdog Halal 23	R06655	R06655	306.25	92.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Korean Gamja Hotdog IN 23	R04073	R04073	318.50	90.65g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Pretzel Burger -Beijing 23	R07341	R07341	184.28	41.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	◐	○	◐	○	○	
	Pretzel Burger -Chinese Chicken Halal 23	R07335	R07335	210.72	47.31g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	●	●	○	
	Pretzel Burger -Moroccan Falafel 23	R07325	R01457, R07325	230.30	58.40g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◐	○	◐	○	●	
	Pretzel Burger -NYD Big V 23	R07340	R07340	117.62	41.88g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	●	
	Quesadillas Mexican CU 23	R03123	R03123	173.38	25.31g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	
	Spicy Mexican Chicken Burger 23	R01601	R01601	126.85	43.43g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	
	Spicy Mexican Chicken Burger Halal 23	R06558	R06558	126.85	42.62g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	
	The Dog Mexican Halal 23	R06657	R06657	285.00	89.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◐	○	●	

Nutrition Plan: PL37

CUCINA POTATOE/WEDGES/NACHOS 6F Allergens & Carbs

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	
	Dirty Fries Cheese, Sriracha & Spring C	R02519	R02519	243.05	50.44g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◐	●	○	
	Loaded Nachos With Chilli, Cheese & S	R06647	R06647	160.00	51.13g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL38

CUCINA WRAPS & TWISTERS 6F Allergens & Carbs

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	
	Chicken Tantuni Turkish CU 23	R03176	R03176	207.50	37.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Tantuni Turkish Halal CU 23	R06653	R06653	207.50	37.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hot Ciabatta-Aubergine Parmigiana 6F	R07294	R07294	230.00	56.30g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-BBQ Plant Meatball 6F 23	R07313	R07313	194.98	68.57g	●	●	○	◐	○	○	◐	○	○	○	○	○	◐	●	○
	Hot Ciabatta-Cajun Tuna Melt 6F 23	R07302	R07302	224.00	57.40g	●	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Caprese 6F 23	R07291	R07291	223.25	58.02g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Chipotle Chicken 6F 23	R07286	R07286	217.00	57.15g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Chipotle Chicken Halal 6F	R07305	R07305	217.00	57.15g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Chipotle Veg 6F 23	R07299	R07299	247.68	60.30g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Chorizo & Chicken 6F 23	R07314	R07314	180.00	54.93g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Chorizo & Pepper 6F 23	R07290	R07290	199.50	58.17g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Garlic Mushroom 6F 23	R07289	R07289	234.00	55.80g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Hoi Sin Chicken Halal 6F 2	R07306	R07306	205.00	59.35g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	●	●	○
	Hot Ciabatta-Red Thai Chicken 6F 23	R07301	R07301	189.00	55.77g	○	●	○	●	○	○	◐	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Red Thai Chicken Halal 6F	R07309	R07309	189.00	55.77g	○	●	○	●	○	○	◐	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Roasted Veg & Brie 6F 23	R07315	R07315	245.00	58.42g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○
	Hot Ciabatta-Southern Fried Chicken 6F	R07296	R07296	208.00	61.80g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL38

CUCINA WRAPS & TWISTERS 6F Allergens & Carbs

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
	Hot Ciabatta-Southern Fried Chicken 6F 23	R07307	R07307	213.00	65.02g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Hot Ciabatta-Sweet Chilli Chicken 6F 23	R07297	R07297	200.00	61.36g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐
	Hot Ciabatta-Sweet Chilli Chicken Halal	R07308	R07308	200.00	61.36g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐
	Panini - BBQ Chicken 6F 23	R06602	R06602	180.00	56.30g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	●
	Panini - BBQ Chicken Halal 6F 23	R06601	R06601	180.00	56.30g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	●
	Panini - BBQ Plant Meatball 6F 23	R04258	R04258	204.98	68.07g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	●
	Panini - Chicken And Chorizo 6F 23	R00811	R00811	190.00	58.27g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○
	Panini - Chicken Pepperoni Halal 6F 23	R07182	R07182	180.00	54.86g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐	◐
	Panini - Ham And Mature Cheddar 6F 23	R00822	R00822	130.00	52.80g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○
	Panini - Margherita 6F 23	R07187	R07187	170.00	56.74g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	◐
	Panini - Roasted Veg & Brie 6F 23	R00813	R00813	245.00	56.11g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○
	Panini - Tuna Pesto Melt 6F 23	R00966	R00966	200.00	57.88g	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◐	○
	Piri Piri Chicken Burrito 23	R06643	R06643	264.86	67.57g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Piri Piri Chicken Burrito Halal 23	R06644	R06644	264.86	67.57g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Quesadillas Mexican CU 23	R03123	R03123	173.38	25.31g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL39

CUCINA SIXTH FORM PIZZA 6F Allergens & Carbs

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
	6" Bbq Chicken Pizza Halal 23	R06550	R06550	119.79	6.71g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	6" Bbq Chicken Pizza 23	R06548	R06548	119.79	6.71g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	6"pepperoni Pizza 23	R06546	R06546	96.03	3.45g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	6"pepperoni Pizza Halal 23	R06547	R06547	88.11	3.47g	◐	●	○	◐	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐	◐
	Margherita Pizza - Whole IN 23	R04640	R04640	673.20	130.76g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Roasted Veg & Pesto Slice CU 23	R05654	R05654	226.50	30.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

ALLERGENS BAKERY

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL41

CUCINA YOGHURTS Allergens & Carbs

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	
	Honey & Strawberry Yogurt 5.5oz 23	R08374	R06758, R08374	105.00	9.17g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon Curd & Strawberry Yogurt 5.5oz	R08375	R06758, R08375	105.00	7.97g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon Curd & vanilla Yogurt 5.5oz 23	R08379	R05665, R08379	105.00	8.04g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mango & Strawberry Yogurt 5.5oz 23	R08380	R05665, R08380	105.00	5.86g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mango & Strawberry Yogurt 5.5oz 23	R08376	R06758, R08376	105.00	5.79g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Plain Vanilla Yogurt 5.5oz 23	R08372	R05665, R08372	95.00	1.64g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Strawberry Yogurt 5.5oz 23	R08373	R06758, R08373	95.00	1.57g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Toffee & Strawberry Yogurt 5.5oz 23	R08377	R06758, R08377	105.00	7.17g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Toffee & vanilla Yogurt 5.5oz 23	R08381	R05665, R08381	105.00	7.24g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPllee

Nutrition Plan: PL42

CUCINA FRUIT/VEG POTS Allergens & Carbs

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	
	Fruit salad pot 5.5oz 23	R08237	R08237	79.98	9.96g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Grapes pot 5.5oz 23	R08238	R08238	90.00	13.86g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pineapple pot 5.5oz 23	R08235	R08235	83.96	14.13g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Watermelon pot 5.5oz	R08232	R08232	85.68	8.69g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL43

CUCINA DESSERTS - HOT Allergens & Carbs

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	
	American Pancakes, Fruit Toppings 23	R08156	R08156	118.28	37.24g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	American Pancakes, Fruit Toppings CU	R06293	R06293	189.24	59.58g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Apple Pie & Custard CU 23	R07617	R07617	190.81	45.34g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Baked churros with chocolate sauce 23	R08076	R08076	191.33	46.57g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Banoffee bread & Butter pudding	R08080	R08080	191.89	37.67g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Black Berry & Apple Crumble CU 23	R08155	R08155	166.44	43.48g	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Boston Brownie	R07618	R07618	147.40	62.80g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate Cookie Trifle CU 23	R07736	R07208, R07736	196.24	31.48g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate Sponge & Chocolate Sauce (R07616	R07616	170.07	60.93g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ice Cream Parlour CU 23	R01837	R01157, R01837	276.61	63.53g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon & lime Cheesecake CU 23	R07273	R07273	124.54	22.54g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mixed Berry & Apple Crumble CU 23	R07615	R07615	166.44	43.38g	○	●	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pancake Bar CU 23	R06305	R06305	148.30	46.98g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Pineapple Upside Down Cake	R08079	R08079	165.68	54.91g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Spiced Apple Sponge & Custard CU 23	R07619	R07619	201.38	50.02g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Steamed Jam Sponge CU 23	R01806	R01806	179.03	71.31g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sticky date & golden syrup pudding	R08077	R08077	180.43	74.85g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL43

CUCINA DESSERTS - HOT Allergens & Carbs

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
	Sticky Lemon Sponge With Custard apr	R07620	R07620	184.98	70.15g	○	●	○	●	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐	○
	Syrup Sponge & Custard CU 23	R05255	R05255	184.36	76.64g	○	●	○	●	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐	○
	Warm Chocolate Brownie & Ice Cream (R07621	R07621	R07621	148.78	64.92g	○	●	○	●	○	○	●	○	◐	○	○	○	◐	○

Nutrition Plan: PL45

CUCINA CAKESTAND TRAYBAKES Allergens & Carbs

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	
	Biscoff Cookie	R06089	R06089	91.43	51.22g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate & Vanilla Shortbread Pinwheel	R02192	R02192	83.75	44.50g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate Beetroot Brownie	R01898	R01898	91.93	57.93g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate Chip Cookie	R05273	R05273	58.41	36.28g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Chocolate Shortbread 22	R05305	R05305	77.79	40.85g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Coconut & Cherry Slice 22	R06072	R06072	115.83	42.70g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Eclipse Bar 22	R06042	R06042	88.21	48.61g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Gluten Free Brownie (Updated 05.05.2023)	R04128	R04128	99.50	50.20g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Halal Rocky Road 22	R06116	R05273, R06116	90.90	49.17g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Jammy Biscuit 22	R05663	R05663	117.15	75.40g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Lemon Drizzle Cake 22	R06096	R06096	111.34	57.37g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Lemon Meltaway 22	R06078	R06078	83.96	42.03g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Orange Hob Nob 22	R06081	R06081	82.56	42.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Rocky Road 22	R06111	R05273, R06111	93.54	51.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Sticky Date & Ginger Cake	R06071	R06071	110.06	57.57g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Custard & White Chocolate Biscuit	R05628	R05628	127.76	67.89g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Date & Orange Cookie	R07396	R07396	64.43	33.79g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL45

CUCINA CAKESTAND TRAYBAKES Allergens & Carbs

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	
	Double Chocolate Chip Cookie	R07208	R07208	58.74	32.36g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Gluten Free 6th Form Special	R07684	R07684	28.00	15.12g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○
	Jacky Brown	R01902	R01902	96.94	54.95g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon & Chocolate Chip Flapjack	R03356	R03356	99.62	46.99g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon & Sultana Cookie	R07397	R07397	61.49	33.48g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Oreo Style Cookie	R07395	R07395	56.78	28.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Seeded Flapjack	R01719	R01719, R05571	101.06	43.48g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vanilla Cookie 22	R05278	R05278	49.31	30.74g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegan Brownie	R01911	R01911	96.86	45.68g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL46

CUCINA MUFFINS Allergens & Carbs

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	
	Cu Apple Crumble Muffin	R06097	R06097	157.39	66.64g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◐	○	
	Cu Banoffee Muffin	R06095	R06095	143.53	64.96g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○
	Cu Blueberry Muffin 22	R06079	R06079	114.33	53.84g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○
	Cu Lemon & Poppy Seed Muffin 22	R06084	R06084	132.58	60.71g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	●
	Cu Mocha Muffin 22	R06094	R06094	121.25	57.75g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Orange Chocolate Chip Muffin 22	R01903	R01903	142.29	66.70g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●
	Cu Raspberry Slush Muffin	R04462	R04462	124.62	70.22g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○
	Cu Victoria Sponge Muffin	R06082	R06082	131.82	67.52g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○
	Lemon Muffin	R01704	R01704	133.94	74.51g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	●
	Millionaire Muffin	R01904	R01904	143.53	73.35g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○
	Raspberry Muffin	R01772	R01772	114.53	53.49g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	◐	○

Nutrition Plan with Carbohydrates and Allergens

IFGPlee

Nutrition Plan: PL47

CUCINA SMALL CAKES Allergens & Carbs

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	
	Basics Sweet Mini Chocolate Brownie	R02460	R02460	45.38	25.74g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Basics Sweet Mini Cookie	R02455	R02455	36.00	20.88g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Basics Sweet Mini Flapjack	R02454	R02454	121.04	61.41g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Basics Sweet Mini Muffin	R02451	R02451	78.00	50.05g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Savoury Cheese Straws	R01326	R01326	36.79	8.35g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sweet Chocolate Straws	R02448	R02448	62.50	24.78g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL48

SIXTH FORM BAKERY Allergens & Carbs

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	
	6th Form Donuts	R07834	R07834	60.00	29.40g	○	●	○	◐	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Apple Cake 22 (6Th Form Only)	R00825	R00825	211.00	82.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Caramelized White Choc Blondie 22(6Th Form Only)	R00580	R00580	105.97	50.76g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carrot Cake 22(6Th Form Only)	R00581	R00581	205.96	71.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate And Beetroot Cake 22 (6Th Form Only)	R00583	R00583, R05665	177.38	70.53g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chocolate Fudge Cake (Brakes Option)	R07683	R07683	87.50	49.88g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	◐	○	○	○	○
	Chocolate Fudge Muffin 22	R06686	R06686	149.13	74.41g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Coconut Frangipane 22	R05298	R05298	139.00	51.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Coconut Macaroons 22 (6Th Form Only)	R00588	R00588	103.81	35.71g	○	○	○	●	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Halal Rocky Road 22	R06112	R06112	94.59	52.00g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Rocky Road 22	R06111	R05273, R06111	93.54	51.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Dark Chocolate Brownie (6Th Form Only)	R06650	R06650	126.81	75.44g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Date & Orange Cookie	R07396	R07396	64.43	33.79g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Double Chocolate Chip Cookie	R07208	R07208	58.74	32.36g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit & Puffed Rice Bar 22(6Th Form Or	R00592	R00592	53.50	33.00g	○	○	○	○	○	○	◐	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ginger Breadman 22(6Th Form Only)	R00598	R00598	97.82	64.99g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hummingbird Cake 22(6Th Form Only)	R00587	R00587	140.49	52.70g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL48

SIXTH FORM BAKERY Allergens & Carbs

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	
	Lemon & Sultana Cookie	R07397	R07397	61.49	33.48g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Millionaires Shortbread (Brakes Option)	R07682	R07682	66.00	36.30g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◐	◐	○	●	○	
	Millionaires Shortbread 23(6Th Form Or	R07211	R07211	89.57	47.90g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Oreo Style Cookie	R07395	R07395	56.78	28.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Salted Toffee Parkin 22(6Th Form Only)	R00590	R00590	134.59	76.69g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sticky Date And Ginger Cake (6Th Form	R05301	R05301	146.03	75.84g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vanilla Biscuits 22(6Th Form Only)	R00596	R00596	86.88	43.76g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○