IMPACT FOOD GROUP

ALLERGENS

IMPACT FOOD GROUP

ALLERGENS MAINS

Nutrition Plan: PL1 Innovate 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
	Battered Fish & Chips 23	R06316	R06274, R06275, R06316	219.42	32.46g	○	●	○	●	●	○	○	○	●	○	○	○	○	○
	BBQ Chicken Fajita with Wedges 23	R07249	R06364, R07249, R07404	399.47	89.43g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	BBQ Chicken Fajita with Wedges Halal :	R07560	R06364, R07404, R07560	399.47	89.43g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Beef & Tomato Ragout 23	R07490	R01489, R04301, R06321, R07490	422.59	70.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Beef & Tomato Ragout Halal 23	R07561	R01489, R04301, R06321, R07561	422.59	70.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Beef Lasagne, with Homemade Garlic B	R07460	R06274, R06275, R06996, R07460	387.29	63.03g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Beef Lasagne, with Homemade Garlic B	R07533	R06274, R06275, R06996, R07533	387.29	63.03g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Caribbean Chicken Curry 23	R07479	R01551, R07479, R07480	357.03	58.15g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●	○
	Caribbean Chicken Curry Halal 23	R07553	R01551, R07480, R07553	357.03	58.15g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●	○
	Chicken Dopiaza 23	R07411	R06324, R07411, R07413	350.52	64.79g	○	◒	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○
	Chicken Dopiaza Halal 23	R07552	R06324, R07413, R07552	350.52	64.79g	○	◒	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○
	Chicken Strogonoff with Rice 23	R07284	R01551, R07284	391.05	56.65g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Strogonoff with Rice Halal 23	R07532	R01551, R07532	391.05	56.65g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Fragrant Chicken Korma & Rice 23	R07518	R06324, R07518	363.85	83.72g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: PL1 Innovate 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
	Fragrant Chicken Korma & Rice Halal 2:	R07562	R06324, R07562	363.85	83.72g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●
	Honey Glazed Gammon Roast 23	R07522	R06363, R06418, R06420, R07522, R07539	408.70	51.35g	○	●	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	●
	Lamb & Tomato Ragout Halal 23	R07583	R01489, R04301, R06321, R07583	422.59	71.29g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lamb Chilli Con Carne Halal 23	R07580	R01489, R01490, R06320, R07580	358.65	56.42g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Lamb Lasagne, with Homemade Garlic	R07573	R06274, R06275, R06996, R07573	387.29	63.35g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Lemon & Thyme Roast Chicken Halal 2:	R07651	R06363, R06418, R06420, R07539, R07651	293.75	43.49g	✱	●	✱	●	✱	✱	●	✱	✱	✱	✱	✱	✱	●
Chicken not pulled through																			
	Mac Bar BBQ Pulled Pork 23	R07476	R06274, R06996, R07475, R07476	501.26	88.99g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	●	○
	Mac Bar Beef Chilli Halal 23	R07559	R06274, R06996, R07537, R07559	425.09	89.32g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○
	Mac Bar Korean BBQ Chicken Topping	R07556	R06274, R06420, R06996, R07556	441.47	87.61g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	●	○
	Mac Bar Korean BBQ Chicken Topping	R07472	R06274, R06420, R06996, R07472	441.47	87.61g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL1 Innovate 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
	Mac Bar Spicy Sausage 23	R07474	R06274, R06996, R07473, R07474	459.04	89.90g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○
	Mac Bar Spicy Sausage Halal 23	R07557	R06274, R06996, R07557, R07558	459.04	90.04g	◒	●	○	◒	○	○	●	○	●	○	○	○	◒	○
	Roast Pork Dinner 23	R06436	R06363, R06418, R06420, R06436, R07539	385.90	43.07g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Roast Turkey Dinner 23	R07478	R01506, R06363, R06418, R06420, R07478, R07539	408.23	49.47g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Roast Turkey Dinner Halal 23	R07554	R01506, R06363, R06418, R06420, R07539, R07554	408.23	49.47g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Salmon Fishcake, Chips & Peas 23	R06317	R06274, R06275, R06317	331.14	56.40g	○	●	○	●	●	○	○	○	●	○	○	○	○	○
Chicken Not pulled through	Salt & Pepper Roast Chicken Halal 23	R07534	R06363, R06418, R06420, R07534, R07539	292.23	43.24g	✱	●	✱	●	✱	✱	●	✱	✱	✱	✱	✱	✱	●
	Sausage (Chicken) & Chips Halal 23	R07679	R01502, R07679	297.00	45.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Sausage (Chicken) & Mash Halal 23	R07555	R01508, R06362, R07555	468.55	57.83g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Sausage (Pork) & Chips 23	R07674	R01502, R07674	309.87	49.89g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Sausage (Pork) & Mash 23	R06318	R01508, R06318, R06362	464.51	62.62g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	●

Nutrition Plan: PL2 Innovate 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
	Burrito Bar Refined Bean Chilli 23	R06374	R06320, R06364, R06374	376.54	74.65g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Burrito Bar Vege Chilli 23	R07780	R06320, R06364, R07780	386.63	71.17g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Cheese & Onion Pie & Mash 23	R07779	R01508, R06832, R07779	462.54	56.73g	○	●	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	●
	Chipotle Quorn Tortilla & Chips 23	R07363	R06275, R07363, R07419	475.50	90.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Crunchy Topped Macaroni Cheese 23	R06428	R06274, R06363, R06428	347.78	68.18g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○
	Falafel & Vegetable Fajita with Wedges	R07252	R06364, R07252, R07404	411.00	104.48g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	●
	Falafel Burger & Chips Vegan 23	R07420	R01502, R07419, R07420	417.78	86.01g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	●
	Mac Bar Mixed Bean Chill 23	R06485	R01489, R01490, R06273, R06274, R06484, R06485	460.47	95.81g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	◒	○	○	○
	Mac Bar Roast Veg Topping 23	R06470	R06273, R06274, R06470	429.40	90.27g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	◒	○	○	○
	Margharita Pizza & Chips 23	R07677	R01502, R07677	296.67	56.07g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Mixed Bean Enchilada with Vegetable R	R07781	R06364, R07404, R07781	488.93	103.22g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Mushroom Strogonoff with Rice 23	R07418	R01551, R07418	373.74	41.99g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Onion Bhaji Burger & Chips Vegan 23	R07521	R06364, R07521	327.65	81.62g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Paneer & Chick Pea Curry 23	R07415	R06324, R07413, R07415	359.81	72.75g	○	◒	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	●
	Ragout with Pasta Vegan 23	R07261	R04301, R06321, R07261	392.25	68.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Reggae Sweet Potato Curry 23	R07272	R01551, R07272	421.14	93.74g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	◒	○	○	○

Nutrition Plan: PL2 Innovate 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
	Roast Beetroot, Onion, Goat Cheese Pi	R07421	R06363, R06418, R07421	374.08	43.73g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Roasted Butternut Squash 23	R07269	R01489, R01503, R06363, R06420, R07269	410.72	53.83g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Sausage & Mash Vegan 23	R06297	R01508, R06297, R06362	454.97	53.24g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Squash, Chickpea & Spinach Korma 23	R07519	R06324, R07519	455.55	115.02g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●
	Vegetable & Bean Lasagne 23	R06376	R06274, R06275, R06376, R06996	389.63	65.89g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL3 Innovate 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 Pot Large 23	R06059	R06059	381.01	102.95g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Arrabiata Pasta Pot Small 23	R04596	R04596	286.43	77.36g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Large 23	R04598	R04598	396.63	84.42g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Large Halal 23	R06330	R06330	396.63	86.22g	◒	●	○	◒	○	○	●	○	◒	○	○	○	●	○
	Carbonara Pasta Pot Small 23	R04599	R04599	318.82	83.72g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Small Halal 23	R06329	R06329	318.82	85.22g	◒	●	○	◒	○	○	●	○	◒	○	○	○	●	○
	Pesto Pasta Pot Large 23	R01655	R01655	308.12	98.96g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Pesto Pasta Pot Small 23	R04593	R04593	251.75	81.95g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Bolognaise Pasta Pot Large 23	R01619	R01619	382.53	103.06g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Bolognaise Pasta Pot Small 23	R04594	R04594	277.40	76.79g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Large 23	R01612	R01612	389.50	103.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Small 23	R04591	R04591	292.60	77.95g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL4 Innovate Jackets 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
	Jacket Potato With Beans 23	R06462	R06274, R06462	532.76	90.63g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato With Cheese 23	R06461	R06274, R06461	475.76	77.67g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Jacket Potato With Tuna Mayo 23	R06463	R06274, R06463	518.51	78.59g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL5 Innovate 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 Pasta 23	R06321	R06321	137.20	50.96g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	50/50 Rice 23	R01551	R01551	119.59	45.78g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Coriander & Onion Salad 23	R07413	R07413	44.17	3.36g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Garlic Bread Homemade 23	R06996	R06996	57.76	24.09g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Garlic Focaccia 23	R06273	R06273	54.72	24.05g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Garlic Puree 23	R01489	R01489	2.00	0.29g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ginger Fried Greens 23	R07480	R07480	25.34	0.87g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Gravy 100 Portion 23	R06420	R06420	42.57	2.28g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Gravy 25 Portion 23	R01508	R01508	42.96	2.28g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Green Salad 23	R04301	R04301	81.34	1.51g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mac Bar Mixed Bean Chilli Topping 23	R06484	R01489, R01490, R06484	86.17	9.36g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mac Bar Spicy Sausage Topping 23	R07473	R07473	78.40	3.14g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Mixed Salad Side 23	R06274	R06274	83.23	4.13g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Naked Slaw 23	R07419	R07419	76.00	5.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Peas & Carrots 23	R06362	R06362	81.67	8.38g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Peas 23	R06275	R06275	80.00	8.80g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Peas 23	R01502	R01502	80.00	8.80g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL5 Innovate 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
	Roast Potato 23	R06418	R06418	117.33	20.73g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Seasonal Vegetables 23	R06363	R06363	81.43	7.26g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Stuffing Balls 23	R01506	R01506	31.83	5.95g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sweet Chilli Slaw 23	R06364	R06364	60.17	4.80g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Vegetable Fried Rice 23	R07404	R07404	129.83	44.54g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	White Rice 23	R06324	R06324	118.80	46.80g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Yorkshire Pudding Homemade 23	R07539	R07539	51.30	12.80g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

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	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Leek & potato soup 23	R07526	R07526	310.68	11.12g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Spring Vegetable Soup Apr 23	R07528	R07528	306.77	10.93g	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Thai Style Butternut Squash Soup Apr 2	R07529	R07529	306.85	17.05g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Soup Apr 23	R02634	R02634	308.29	19.11g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuscan bean soup Apr 23	R07525	R07525	284.91	23.92g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

IMPACT FOOD GROUP

ALLERGENS HOT DELI

Nutrition Plan: PL57 INNOVATE 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
	Bo Porridge	R04059	R04059	340.00	34.40g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Veggy Breakfast In A Pot 22	R05707	R05707	296.39	40.61g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Danish Pain Au Raisin	R02581	R02581	96.00	40.32g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	◒	◒	○
	Halal Sausage cheese and hash brown	R07530	R07530	207.76	47.96g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	●
	In Bacon Rasher	R00158	R00158	50.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Bacon Roll	R00005	R00005	176.00	39.46g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Bagel - Cheese & Bacon	R00023	R00023	222.22	57.53g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Bagel - Cheese And Tomato	R00024	R00024	217.00	59.76g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Baguette - Bacon	R00007	R00007	175.20	65.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Baguette - Sausage	R00562	R00562	175.20	70.40g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	●
	In Baked Beans	R00647	R00647	100.00	13.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Breakfast In A Pot 22	R02165	R02165	236.50	29.39g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	In Breakfast Sausage	R00634	R00634	53.20	7.84g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	In Croissant - Butter	R00156	R00156	60.00	0.00g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	○	◒	○
	In Halal Breakfast Wrap 22	R05493	R05493	235.20	58.48g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	In Hash Brown	R00563	R00563	45.00	8.55g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Mini Baguette - Bacon	R00299	R00299	147.32	28.20g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○

Nutrition Plan: PL57 INNOVATE 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
	In Mini Baguette - Sausage	R00637	R00637	175.20	35.20g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	●
	In Sausage Bap	R04278	R04278	181.00	50.34g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	●
	In Toast - 1 Slice	R00646	R00646	0.00	0.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	In Vegetarian Sausage	R00636	R00636	58.20	4.86g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	In Veggie Breakfast Wrap 22	R05378	R05378	227.70	52.37g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	●
	Pain Au Chocolate	R02580	R02580	53.00	24.91g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Sausage cheese and hash brown muffir	R07441	R07441	207.76	50.48g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	●
	Toasted Buttered Bagel	R04519	R04519	109.00	50.07g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Waffles - Chocolate Sauce	R00805	R00805	125.00	63.38g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Waffles - Forest/Berry Fruits	R00879	R00879	120.00	60.81g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Waffles - Golden Syrup	R00814	R00814	120.00	70.80g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL58 INNOVATE 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
	Chips - Friday Only	R00638	R00638	200.00	40.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	IN 8oz Mezze 23	R07672	R07672	127.89	39.62g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	In Crispy Potatoes	R02078	R02078	204.58	39.59g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Loaded Nachos With Cheese & Salsa	R05443	R05443	115.00	39.93g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Vegan Nuggets & Wedges 22	R05442	R05442	191.10	46.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Potato Wedges	R00087	R00087	200.00	46.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL59 INNOVATE 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
	In Cu Cheese & Onion Sausage Roll 22	R06206	R06206	187.67	31.08g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL60 INNOVATE 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
	In Cheese Toastie 22	R03851	R03851	158.40	43.75g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In Cheese Toastie Blue Dot 22	R06058	R06058	72.50	19.77g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Ham & Cheese Toastie 22	R02076	R02076	70.40	1.71g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL61 INNOVATE 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
	Bo BBQ Melt Bap - Blue Dot 22	R05631	R05631	74.33	22.89g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	▬	●	○
	Halal Korean Crispy BBQ Chicken Sub :	R07575	R07575	178.00	53.61g	○	●	○	▬	○	○	●	○	○	○	○	▬	●	○
	Halal Pepperoni, Cheese Bagel 23	R07563	R07563	168.00	54.04g	▬	●	○	▬	○	○	●	○	▬	○	○	▬	▬	○
	IN Chicken tikka hot sub 23	R07449	R07449	89.00	53.54g	○	●	○	▬	○	○	●	○	○	○	○	▬	●	○
	IN Halal Chicken tikka hot sub 23	R07531	R07531	89.00	53.54g	○	●	○	▬	○	○	●	○	○	○	○	▬	●	○
	In Ham & Cheese Hot Sub 22	R04908	R04908	158.40	48.71g	○	●	○	▬	○	○	●	○	○	○	○	▬	●	○
	IN Korean Crispy BBQ Chicken Sub 23	R07447	R07447	178.00	53.61g	○	●	○	▬	○	○	●	○	○	○	○	▬	●	○
	In Margherita Hot Sub 22	R04037	R04037	158.40	50.84g	○	●	○	▬	○	○	●	○	○	○	○	▬	●	○
	IN Pepperoni, Cheese Bagel 23	R07445	R07445	168.00	53.91g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	▬	○	○
	In Sausage & Ketchup Ciabatta	R02079	R02079	129.87	20.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	▬	●	●

Nutrition Plan: PL62 INNOVATE 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
	Bo Bbq Chicken Wings	R01967	R01967	183.26	6.20g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Chinese Sticky & Crispy Chicken Wings	R04065	R04065	209.88	21.10g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Cu Halal Lemon & Pepper Chicken Win	R05787	R05787	224.22	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Cu Halal Salt & Pepper Chicken Wings 2	R05794	R05794	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Halal Sriracha Glazed Chicken Wing	R05788	R05788	201.31	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Cu Lemon & Pepper Chicken Wings 22	R05632	R05632	226.53	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Cu Salt & Pepper Chicken Wings 22	R05633	R05633	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Sriracha Glazed Chicken Wings 22	R05590	R05590	203.39	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Bbq Chicken Wings apr23	R07576	R07576	183.26	6.20g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Halal Chinese Sticky & Crispy Chicken	R06666	R06666	209.88	21.10g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL63 INNOVATE 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	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	○
	Chicken Combo Pot Strips & Wedges 2:	R07739	R07739	204.00	34.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Combo Pot Strips & Wedges H	R07740	R07740	204.00	34.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Southern Fried Chicken Burger With I	R04566	R04566	232.26	52.74g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	○
	In V Burger 22	R06063	R06063	118.80	41.19g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	○
	South Fried Chick Burger. Lett, tom, ma	R07742	R07742	228.98	43.35g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Southern Fried Chicken Burger-Pain 23	R07744	R07744	168.98	41.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Southern Fried Chicken Burger-Pain Ha	R07743	R07743	168.98	41.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Southern Fried Chicken Burger. Lett, tor	R07741	R07741	228.98	43.35g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○

INNOVATE KEBABS/ Allergens & Carbs

Legend
- ● Contains
- ◒ May Contain
- ○ Does Not Contain
- ✱ No Information

Product Description	Nuts	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Fish	Eggs	Mustard	Celery	Molluscs	Peanuts	Soya	Milk	Lupin	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Wheat
Cu Fork Friendly Garlic Chicken Kebab 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Halal piri piri shawarma 23	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
In Chicken Tikka Shawarma 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
In Fork Friendly Onion Bhaji Kebab 23	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Piri Piri Chicken Shawarma 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: PL65 INNOVATE 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
	BBQ chicken pizza Slice TUGO Apr 23	R07567	R07567	111.67	22.42g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Cu Bhaji Naan Pizza 22	R05676	R05676	226.71	81.09g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal BBQ chicken pizza Slice TUGO A	R07570	R07570	111.67	22.52g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Halal Pepperoni pizza Slice TUGO Apr 2	R07569	R07569	106.67	21.17g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○
	Halal Turkey ham pizza Slice TUGO Ap	R07568	R07568	106.67	21.10g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Ham pizza Slice TUGO Apr 23	R07565	R07565	106.67	21.26g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Blue Dot Garlic Bread 22	R05451	R05451	81.68	33.24g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	○
	In Blue Dot Pepperoni Pizza Bap 22	R05454	R05454	87.92	21.34g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	▬	○	○
	In Garlic Dough Balls	R02157	R01928, R02157	163.31	59.46g	○	●	○	▬	○	○	▬	○	○	○	○	○	●	○
	In Halal Blue Dot Pepperoni Pizza Bap 2	R06161	R06161	87.04	21.55g	○	●	○	○	○	○	●	○	●	○	○	▬	○	○
	In Pizza Melt Boat 22	R05582	R05582	74.25	20.87g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	▬	○	○
	Margharita pizza Slice TUGO Apr 23	R07564	R07564	96.67	20.87g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Pepperoni pizza Slice TUGO Apr 23	R07566	R07566	106.67	21.12g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato, Feta and Spinach Pinwheel	R07442	R07442	104.90	17.98g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

INNOVATE TORTILLA WRAPS /Allergens & Carbs

Legend
- ● Contains
- ◒ May Contain
- ○ Does Not Contain
- ✱ No Information

Product Description	Nuts	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Fish	Eggs	Mustard	Celery	Molluscs	Peanuts	Soya	Milk	Lupin	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Wheat
Chicken Twister with mayo 23	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Cu Halal Turkey Ham & Cheese Quesadilla 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	◒	◒	○	○	●	●	○	○	○	●
Cu Mexican Quorn Fajita 22	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Halal Chicken Twister with mayo 23	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Halal Southern Fried Bbq Chicken Twister 23	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	●
Hot Wrap - Bbq Chicken	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	●	●	○	○	○	●
Hot Wrap - Chicken Tikka	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●
Hot Wrap - Ham & Cheese	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●
Hot Wrap - Margherita	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●
In Chilli Beef Burrito 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
In Halal Chilli Beef Burrito 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
In Halal Turkey & Cheese Twister	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	◒	◒	○	○	●	●	○	○	○	●

INNOVATE TORTILLA WRAPS /Allergens & Carbs

Legend
- ● Contains
- ◒ May Contain
- ○ Does Not Contain
- ✱ No Information

Product Description	Nuts	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Fish	Eggs	Mustard	Celery	Molluscs	Peanuts	Soya	Milk	Lupin	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Wheat
In Mushroom & Cheese Quesadilla 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●
In Pizza Melt Quesadilla 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●
In Spicy Bean & Lentil Burrito 22	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Sf Chicken Mayo Twister	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
Vegan Bean and Jalapeno Burrito 23	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: PL67 INNOVATE HOT BOWLS 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 Fried Rice Chinese Apr 23	R03096	R03096, R05392	261.01	48.18g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●
	Chipotle Bean Nacho Bowl 23	R07446	R07446	241.57	50.50g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal devil wings with yellow rice apr23	R07551	R07551	332.64	55.24g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Chicken Fried Rice Chinese Apr 2	R07546	R05392, R07546	261.01	48.18g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●
	Halal lamb Ma Yi Shang Shu Ants Climt	R07582	R07582	258.48	55.22g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Halal Ma Yi Shang Shu Ants Climbing A	R07545	R07545	258.48	55.07g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Halal Mexican beef chalupas Apr 23	R07540	R07540	203.35	38.95g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Mexican chicken & bean burrito ap	R07542	R07542	257.45	68.35g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Mexican lamb chalupas Apr 23	R07577	R07577	203.35	39.20g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Mexican Tacos Al Pastor Apr 23	R07544	R07544	232.97	39.00g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Halal Sri Lankan Kolamba's Chicken Cu	R07549	R05392, R07549	286.19	48.64g	○	◒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	In Halal Hot Chicken Poke Bowl 22	R05484	R05484	265.58	18.07g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Hot Bhaji Poke Bowl 22	R05225	R05225	288.09	32.99g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Hot Chicken Poke Bowl 22	R05223	R05223	210.00	18.30g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Hot Falafel Poke Bowl 22	R05226	R05226	264.96	30.71g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Lentil Buddha Bowl 22	R06013	R06013	293.55	72.47g	○	◒	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●	○
	In Teriyaki Broccoli 22	R05230	R05230	171.83	32.50g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●

Nutrition Plan: PL67 INNOVATE HOT BOWLS 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
	IN Veg gyoza with a chilli broth 23	R07448	R07448	259.70	12.87g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Ma Yi Shang Shu Ants Climbing A Tree	R02910	R02910	258.48	55.07g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Mexican beef chalupas Apr 23	R03111	R03111	212.85	38.95g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Mexican chicken & bean burrito apr 23	R07541	R07541	257.45	68.35g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Mexican Tacos Al Pastor Apr 23	R03112	R03112, R07475	316.57	41.86g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	Soya bean,mushroom and vegetable ch	R07547	R07547	258.72	37.11g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Sri Lankan devil wings with yellow rice a	R07550	R07550	332.64	55.24g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Sri Lankan Kolamba's Chicken Curry 22	R06797	R05392, R06797	286.19	48.64g	○	◒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Sri Lankan Kottu Roti 23	R03147	R03147	263.14	60.73g	○	●	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	●	○
	Sri Lankan Split Pea & Cauliflower Curry	R03144	R01551, R03144	419.24	52.09g	○	◒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL68 INNOVATE 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 Chicken Panini 23	R03243	R03243	255.00	75.59g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	Bo Halal Piri Piri Chicken Panini	R04199	R04199	232.80	62.40g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Southern Fried Chicken Panini 23	R07752	R07752	276.21	76.28g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Bbq Pepperoni Panini No Cheese 22	R06212	R06212	175.00	66.73g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	○
	In Chicken Tikka Panini 22	R02424	R02424	201.60	67.22g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Halal Chicken Tikka Panini 22	R06214	R06214	211.20	67.44g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Ham & Cheese Panini 22	R05494	R05494	204.98	63.40g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Just Cheese Panini	R04582	R04582	189.98	61.88g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Piri Piri Chicken Panini - 22	R05763	R05763	255.00	69.45g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Pizza Melt Panin halfi 22	R02153	R02153	94.99	32.47g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Roasted Vegetable Panini 22	R06213	R06213	224.74	70.49g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Turkey Ham & Cheese Panini 22	R06239	R06239	204.98	67.04g	◒	●	○	◒	○	○	●	○	◒	○	○	◒	●	○
	Inn Halal Bbq Chicken Panini 22	R05940	R05940	255.00	75.59g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	Panini - Vegetarian Sausage	R00080	R00080	317.50	59.15g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	○
	Southern Fried Chicken Panini 23	R07751	R07751	276.21	76.28g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○

Nutrition Plan: PL69 INNOVATE 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
	Arrabiata Pasta Pot Large 23	R06059	R06059	381.01	102.95g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Arrabiata Pasta Pot Small 23	R04596	R04596	286.43	77.36g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Large 23	R04598	R04598	396.63	84.42g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Carbonara Pasta Pot Small 23	R04599	R04599	318.82	83.72g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Pesto Pasta Pot Large 23	R01655	R01655	308.12	98.96g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Pesto Pasta Pot Small 23	R04593	R04593	251.75	81.95g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Bolognaise Pasta Pot Large 23	R01619	R01619	382.53	103.06g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Quorn Bolognaise Pasta Pot Small 23	R04594	R04594	277.40	76.79g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Large 23	R01612	R01612	389.50	103.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tomato & Basil Pasta Pot Small 23	R04591	R04591	292.60	77.95g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL70 INNOVATE 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
	Cu Roasted Veg & Pesto Slice 22	R05654	R05654	226.50	30.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Halal Sausage Roll 22	R05488	R05488	136.00	25.83g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Sausage Roll 22	R05444	R05444	157.07	26.41g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Jumbo Sausage Roll (6Th Form Only)	R00177	R00177	130.00	33.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Roasted Pepper Focaccia 22	R06662	R06662	216.60	63.75g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Slice - Cheese & Onion (6Th Only)	R00180	R00180	160.00	36.80g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Slice - Chicken & Mushroom (6Th On)	R00179	R00179	170.00	40.12g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Steak Bake (6Th Form Only)	R00178	R00178	170.00	40.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL71 INNOVATE 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
	Halal Korean Crispy Chicken Dakgangje	R06656	R01551, R06656	282.48	76.92g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●
	In Hot Vegan Noodles 22	R05598	R05598	375.39	108.38g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	In Korean Fried Crispy Chicken Dakgan	R04070	R01551, R04070	282.48	76.92g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	●
	Naked Vegetable Burrito Bowl	R07344	R07344	207.80	25.75g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: PL72 INNOVATE CHICKEN WINGS 6F Allergens & Carbs

Legend
- Contains
- May Contain
- Does Not Contain
- No Information

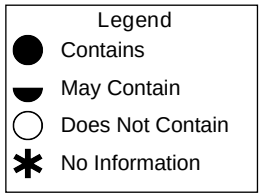
Group	Menu Item	Recipe Code	Sub Recipe Codes	Portion Size (g)	Carbohydrate Count	Celery	Cereals containing Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Nuts	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites
	Cu Halal Lemon & Pepper Chicken Win	R05787	R05787	224.22	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Cu Halal Salt & Pepper Chicken Wings 2	R05794	R05794	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Halal Sriracha Glazed Chicken Wing	R05788	R05788	201.31	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Cu Lemon & Pepper Chicken Wings 22	R05632	R05632	226.53	12.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Cu Salt & Pepper Chicken Wings 22	R05633	R05633	209.67	11.82g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Sriracha Glazed Chicken Wings 22	R05590	R05590	203.39	2.58g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○

Nutrition Plan: PL73 INNOVATE 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 Tikka Shawarma 22	R06648	R06648	211.20	40.40g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Chicken Kebab Turkish	R03179	R01358, R01489, R03179	250.15	41.15g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Cu Fork Friendly Chilli Chicken Kebab 2	R05672	R05672	236.55	24.97g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Cu Fork Friendly Falafel Kebab 22	R05675	R05675	236.55	34.67g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Halal Chicken Tantuni Turkish - 22	R06653	R06653	207.50	37.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Chicken Tikka Shawarma 22	R06649	R06649	211.20	40.40g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Mexicana beef soft taco Halal23	R07538	R07537, R07538	176.95	11.09g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Mexicana chicken soft tacos 23	R07520	R07520	191.90	11.46g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Mexicana sweet potato soft taco 23	R07517	R07517	196.65	25.77g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: PL74 INNOVATE BURGERS/DOGS 6F Allergens & Carbs



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	210.72	46.20g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	●	●	○
	Cu Quesadillas Mexican	R03123	R03123	173.38	25.91g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Korean Gamja Hotdog 22	R06655	R06655	306.25	92.13g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Halal The Dog Mexican	R06657	R06657	285.00	89.73g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	●
	In Korean Gamja Hotdog 22	R04073	R04073	318.50	90.65g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Jamaican Chicken Burger 22	R01606	R01525, R01606	205.92	45.62g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◒	◒	○	○	○
	Jamaican Chicken Burger Halal 22	R06560	R01525, R06560	196.16	45.43g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◒	◒	○	○	○
	Katsu Chicken burger 23	R07329	R01358, R07329	126.85	55.29g	○	●	○	●	○	○	○	○	●	◒	○	○	○	○
	Korean Bang Bang Chicken Burger 22	R06638	R06638	196.00	40.77g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○	●	○
	Korean Bang Bang Chicken Burger Hala	R06559	R06559	196.00	40.77g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○	●	○
	Pretzel Burger -Beijing	R07341	R07341	184.28	41.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	◒	○	◒	○	○
	Pretzel Burger -Chinese Chicken Halal	R07335	R07335	200.92	43.40g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	●	●	○
	Pretzel Burger -Indian Bhaji 23	R07339	R07339	126.85	66.97g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	○	○	○
	Pretzel Burger -Moroccan Falafel	R07325	R01457, R07325	240.10	59.04g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	◒	○	●
	Pretzel Burger -NYD big V	R07340	R07340	117.62	41.88g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○	●	●
	Spicy Mexican Chicken Burger Halal 22	R06558	R06558	126.85	42.62g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◒	○	○	○	○
	Spicy Mexican Chicken Burger22	R01601	R01601	126.85	43.43g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	◒	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL76 INNOVATE 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
	Cu Chicken Tantuni Turkish	R03176	R03176	207.50	37.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Cu Halal Chicken Tantuni Turkish - 22	R06653	R06653	207.50	37.12g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Piri Piri Chicken Burrito 22	R06644	R06644	264.86	66.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Piri Piri Chicken Burrito 22	R06643	R06643	264.86	66.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL77 INNOVATE 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 22	R06550	R06550	119.79	6.71g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	6" Bbq Chicken Pizza 22	R06548	R06548	119.79	6.41g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	6"pepperoni Pizza 22	R06546	R06546	96.03	3.45g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	6"pepperoni Pizza Halal 22	R06547	R06547	88.11	3.47g	◒	●	○	◒	○	○	●	○	◒	○	○	◒	◒	○
	In Margherita Pizza - Whole	R04640	R04640	673.20	130.76g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○

IMPACT FOOD GROUP

ALLERGENS BAKERY

Nutrition Plan: PL78 INNOVATE JELLY 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
	In Orange Jelly 4Oz 22	R06128	R06128	107.50	16.21g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Orange Jelly 7Oz 22	R06127	R06127	179.17	27.01g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Raspberry Jelly 4Oz 22	R06129	R06129	107.50	16.17g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Raspberry Jelly 7Oz 22	R06126	R06126	179.17	26.95g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Strawberry Jelly 4Oz 22	R06130	R06130	107.50	16.12g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Strawberry Jelly 7Oz 22	R06125	R06125	179.17	26.86g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL79 INNOVATE 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
	In 4Oz Honey & Strawberry Yogurt 22	R06970	R06758, R06970	90.00	8.92g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Honey & Vanilla Yogurt 22	R05700	R05665, R05700	90.00	8.98g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Lemon Curd & Strawberry Yogur	R06972	R06758, R06972	90.00	7.72g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Lemon Curd & Vanilla Yogurt 22	R05699	R05665, R05699	90.00	7.78g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Mango & Strawberry Yogurt 22	R06974	R06758, R06974	90.00	5.54g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Mango & Vanilla Yogurt 22	R05697	R05665, R05697	90.00	5.60g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Plain Strawberry Yogurt 22	R06968	R06758, R06968	90.00	1.49g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Plain Vanilla Yogurt 22	R06967	R05665, R06967	90.00	1.56g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Strawberry & Vanilla Yogurt 22	R05698	R05665, R05698	90.00	4.89g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Toffee & Strawberry Yogurt 22	R06976	R06758, R06976	90.00	6.92g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 4Oz Toffee & Vanilla Yogurt 22	R05696	R05665, R05696	90.00	6.98g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Honey & Strawberry Yogurt 22	R06965	R06758, R06965	155.00	13.71g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Honey & Vanilla Yogurt 22	R05691	R05665, R05691	155.00	13.82g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Lemon Curd & Strawberry Yogur	R06971	R06758, R06971	160.00	15.11g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Lemon Curd & Vanilla Yogurt 22	R05692	R05665, R05692	160.00	15.22g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Mango & Strawberry Yogurt 22	R06973	R06758, R06973	160.00	10.75g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Mango & Vanilla Yogurt 22	R05694	R05665, R05694	160.00	10.86g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL79 INNOVATE 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
	In 7Oz Plain Strawberry Yogurt 22	R06969	R06758, R06969	155.00	2.56g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Plain Vanilla Yogurt 22	R06966	R05665, R06966	155.00	2.68g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Strawberry & Vanilla Yogurt 22	R05693	R05665, R05693	160.00	9.44g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Toffee & Strawberry Yogurt 22	R06975	R06758, R06975	160.00	13.51g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In 7Oz Toffee & Vanilla Yogurt 22	R05695	R05665, R05695	160.00	13.62g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○

Nutrition Plan: PL80 INNOVATE 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
	Bo Watermelon Wedge	R03958	R03958	330.00	23.43g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Bag - Apple & Grape	R00042	R00042	155.00	19.75g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Fruit Bag - Grape White	R00043	R00043	60.00	8.70g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Bag - Orange	R00044	R00044	190.00	14.44g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Bag - Pineapple	R00041	R00041	187.41	18.93g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Fruit Bag - Sultana	R00045	R00045	40.00	27.60g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Fruit Salad Pot 22	R05416	R05416	127.97	14.95g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Fruit Salad Pot 4Oz 22	R06490	R06490	63.99	7.47g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Grape Pot 7Oz 22	R06065	R06065	60.00	8.94g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Half Watermelon Wedge 22	R06487	R06487	165.00	11.72g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Pineapple Pot 7Oz 22	R06067	R06067	95.95	12.11g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Veg Bag - Carrot Sticks	R00046	R00046	75.00	5.93g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL81 INNOVATE DESSERTS 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
	Bo Apple & Berry Pie New Apr 23	R07487	R07487	150.70	33.37g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Steamed Jam Sponge Apr 23	R07482	R07482	149.12	55.63g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
	In Apple & Blackberry Crumble Apr 23	R07481	R07481	143.36	35.43g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	IN Apple and chocolate pinwheel & cust	R07281	R07281	129.67	18.65g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Chocolate Brownie & Chocolate Sauc	R07488	R07488	124.58	49.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
	In Chocolate Sponge & Sauce Apr 23	R07484	R07484	135.67	47.52g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Cornflake Crispy Cake 22 Updated 23	R06623	R06623	41.67	28.30g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In Syrup Sponge & Custard - Apr 23	R07485	R07485	152.97	59.63g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
	Pancake Bar 22	R06305	R06305	148.30	46.98g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Pear & Cocoa Sponge & Custard Apr 2	R07382	R07382	126.67	26.26g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Pear & Ginger Crumble Cinnamon Cust	R07483	R07483	133.34	30.24g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Sticky Lemon Sponge With Custard Apr	R07489	R07489	153.68	58.60g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	●

Nutrition Plan: PL82 INNOVATE CAKESTAND BASICS 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
	Bo Chocolate & Vanilla Shortbread Pinw	R02192	R02192	83.75	44.50g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Bo Chocolate Chip Cookie -Large 22	R05273	R05273	58.41	36.28g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Cu Custard & White Chocolate Biscuit 2	R05628	R05628	127.76	67.89g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Danish Pain Au Raisin	R02581	R02581	96.00	40.32g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	◒	◒	○
	Danish Cinnamon Swirl	R01001	R01001	86.00	39.99g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	○	○	○
	Date & Orange Cookie 23	R07396	R07396	64.43	33.79g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Double Chocolate Chip Cookie 23	R07208	R07208	58.74	32.36g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Gluten Free Cake (Brakes Option) 23	R07684	R07684	28.00	15.12g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○	○	●	○
	In Chocolate Crispie Cake	R00021	R00021	77.78	46.12g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In Flapjack 22	R06020	R06020	108.25	59.27g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Gluten Free Brownie 21'S 22	R02532	R02532	74.13	41.07g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Hob Nob 22	R02200	R02200	83.15	50.96g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Jammy Biscuit 22	R05664	R05664	117.15	75.40g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Lemon Drizzle Cake 22	R06025	R06025	97.62	50.56g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	●
	In Lemon Meltaway	R05384	R05384	83.96	42.03g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Orange Cream Crumble Bars 21'S 22	R02530	R02530	125.26	60.07g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Shortbread	R00011	R00011	107.14	55.89g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL82 INNOVATE CAKESTAND BASICS 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
	In Vanilla Cookie 22	R06017	R06017	47.89	29.97g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
	Lemon& Sultana Cookie 23	R07397	R07397	61.49	33.48g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Oreo Style Cookie 23	R07395	R07395	56.78	28.67g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Pain Au Choc	R00157	R00157	75.00	33.00g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	○	◒	○

Nutrition Plan: PL83 INNOVATE 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
	In Blueberry Muffin	R02184	R02184	114.33	53.84g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
	In Chocolate Chip Orange Muffin	R02185	R02185	117.05	54.64g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	In Chocolate Muffin	R03970	R03970	102.94	48.73g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Lemon Poppy Seed Muffin	R00566	R00566	87.50	60.71g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	●
	In Millionaire Muffin 22	R06015	R06015	143.53	73.19g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Sticky Toffee Muffin 22	R02190	R02190	171.76	75.84g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
	Taste Of London: Victoria Sponge Muffi	R01372	R01372	133.16	67.52g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○

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	83.26g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Caramelized White Choc Blondie 22(6T	R00580	R00580	105.97	50.76g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Carrot Cake 22(6Th Form Only)	R00581	R00581	205.96	72.26g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Chocolate And Beetroot Cake22 (6Th F	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 Macaroons22 (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 Onl	R06650	R06650	126.81	75.44g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	●	○
	Date & Orange Cookie 23	R07396	R07396	64.43	33.79g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Double Chocolate Chip Cookie 23	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 23	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 23	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: PL84 INNOVATE 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
	Basic Savoury Cheese Straws	R01326	R01326	36.79	8.35g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Basics Sweet Chocolate Straws	R02448	R02448	62.50	24.78g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	◒	○
	In Flapjack Finger	R04610	R04610	42.10	23.05g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Flapjack Triangle	R04605	R04605	63.15	34.58g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Gluten Free Brownie Triangle	R04607	R04607	37.06	20.53g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Mini Chocolate Cookie	R04606	R04606	33.60	20.10g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○
	In Mini Chocolate Muffin	R04604	R04604	59.66	28.24g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Shortbread Finger	R04609	R04609	27.78	14.49g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Shortbread Triangle	R04608	R04608	41.67	21.74g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

IMPACT FOOD GROUP

ALLERGENS COLD DELI

Nutrition Plan: PL49 INNOVATE 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
	Bo Vegan Bbq Sausage Baguette	R03890	R03890	259.70	78.55g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	▬	●	●
	Halal Chipotle chicken and lime slaw Ba	R07604	R07419, R07604	277.70	70.47g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	○
	Halal South Fried Chick Chilli Mayo Bag	R07601	R07601	253.82	76.20g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	○
	Halal Tandoori chicken Baguette 23	R07608	R07608	229.81	68.21g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	▬	○	○
	In Bbq Chicken Baguette Halal 22	R06054	R06054	257.75	71.61g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	▬	●	○
	In Bbq Sausage Baguette	R02118	R02118	249.90	84.45g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	▬	●	●
	In Blt Baguette 22	R06045	R06045	264.60	67.76g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	○
	In By The Inch - Chargrilled Veg & Houn	R04289	R04289	25.25	3.91g	○	●	○	▬	○	○	▬	○	○	○	○	●	▬	▬
	In By The Inch - Chicken Bacon & Swee	R04287	R04287	30.20	3.52g	○	●	○	●	○	○	▬	○	○	○	○	○	▬	▬
	In By The Inch - Chicken Tikka	R04285	R04285	26.98	4.41g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	▬	▬
	In By The Inch - Onion Bhaji	R04288	R04288	28.22	7.02g	○	●	○	▬	○	○	▬	○	○	○	○	○	▬	▬
	IN Cheese & Pickle Baguette 23	R07429	R07429	245.98	79.78g	✱	●	✱	✱	✱	✱	●	✱	✱	✱	✱	✱	✱	✱
	In Cheese & Tomato Baguette 22	R02112	R02112	250.97	66.94g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	▬	○	○
	In Chicken Tikka Baguette 22	R05406	R05406	234.62	67.61g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	○
	In Chipotle chicken and lime slaw Bag 2	R07427	R07419, R07427	277.70	69.87g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	○
	In Halal Chicken Mayo Baguette 22	R05602	R05602	219.98	67.04g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	○
	In Halal Chicken Sausage & Ketchup Ba	R04220	R04220	259.70	83.20g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	▬	○	●

Nutrition Plan: PL49 INNOVATE 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
	In Halal Chicken Tikka Baguette 22	R05476	R05476	253.21	75.01g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Ham & Cheese Baguette 22	R02110	R02110	209.98	67.00g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Ham Baguette 22	R02388	R02388	195.00	67.56g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Plain Cheese Baguette 22	R06046	R06046	210.00	65.86g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Roasted Vegetable & Pesto Mayo Ba	R05380	R05380	294.50	73.03g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Sausage & Ketchup Baguette 22	R02114	R02114	259.70	82.80g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	●	●
	In Tuna & Cucumber Baguette 22	R02109	R02109	224.98	66.87g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Tuna Mayo Baguette 22	R05445	R05445	214.98	66.76g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Turkey Ham & Cheese Baguette 22	R06241	R06241	212.85	69.43g	◒	●	○	◒	○	○	●	○	◒	○	○	◒	●	○
	In Vegan Onion Bhaji Baguette 22	R02113	R02113	254.37	89.30g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Southern Fried Chicken Chilli Mayo Bag	R02116	R02116	253.82	76.20g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Tandoori chicken Baguette 23	R07358	R07358	229.81	68.21g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Tuna & Sweetcorn Baguette	R01859	R01859	271.97	68.45g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	◒	○	●

Nutrition Plan: PL50 INNOVATE DELI SUBS & 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
	Bacon, Soft Cheese, & Sweet Chill Bag	R07359	R07359	196.00	53.01g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Bo Halal Turkey Salad Deli Sub	R04502	R04502	189.50	51.67g	◒	●	○	◒	○	○	●	○	◒	○	○	◒	●	○
	Bo Mozzarella Tomato & Pesto Bagel 2	R07607	R07607	210.00	52.17g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Southern Fried chicken & cajun m	R07603	R07603	208.55	59.54g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Spicy Crispy Chicken bagel 23	R07600	R07600	188.61	57.89g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Ham & Cheese Croissant 23	R07466	R07466	70.00	1.89g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	○	◒	○
	In Cheese & Tomato Deli Sub 22	R05566	R05566	185.00	48.58g	○	●	○	◒	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	In Cheese Deli Sub 22	R00808	R00808	140.00	47.03g	○	●	○	◒	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	In Cheese Salad Deli Sub 22	R03932	R03932	198.00	47.98g	○	●	○	◒	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	In Chicken Mayo Sub 22	R05567	R05567	170.00	47.00g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	In Halal Chicken Deli Sub 22	R05474	R05474	170.00	48.14g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	In Ham & Cheese Deli Sub 22	R03935	R03935	165.00	48.20g	○	●	○	◒	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	IN Ham & mature cheddar Bagel 23	R07426	R07426	160.00	55.98g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Ham Deli Sub 22	R00809	R00809	155.00	48.76g	○	●	○	◒	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	In Spicy Crispy Chicken bagel 23	R07431	R07431	188.61	57.89g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Tuna & Cucumber Deli Sub 22	R05569	R05569	166.50	47.61g	○	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	In Tuna & Sweetcorn Deli Sub 22	R05568	R05568	160.00	48.29g	○	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	◒	●	○

Nutrition Plan: PL50 INNOVATE DELI SUBS & 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
	Smoked salmon & cream cheese bagel	R02137	R02137	169.98	51.16g	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Southern Fried chicken & cajun mayo ba	R07593	R07593	208.55	59.54g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Tomato & Cheese Croissant 23	R07465	R07465	80.00	1.24g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	◒	○	○	◒	○
	Tuna Crunch Sub 23	R07356	R07356	180.20	48.68g	○	●	○	●	●	○	●	○	○	○	○	◒	●	○

Nutrition Plan: PL51 INNOVATE BLUE 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
	Bo Small Turkey Roll	R03928	R03928	107.66	38.03g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Ham Roll	R03863	R03863	36.00	1.67g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Halal Chicken Roll - Blue Dot 22	R05601	R05601	88.33	25.51g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Halal Chicken Tikka Roll	R04500	R04500	41.00	1.16g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Small Cheese Roll 22	R06038	R06038	85.00	25.03g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	In Small Chicken Roll 22	R03901	R03901	85.00	25.32g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Smalll Egg Mayo Roll 22	R05413	R05413	103.66	25.64g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	In Turkey Roll Halal	R04486	R04486	68.33	26.60g	◒	●	○	◒	○	○	◒	○	◒	○	○	◒	●	○
	Tuna Roll	R03865	R03865	80.00	25.19g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	◒	○	○

Nutrition Plan: PL52 INNOVATE 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
	Asian crunchy veg & noodle salad apr 2	R07017	R07017	218.05	41.35g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Cheese Pot - 4Oz	R04543	R04543	60.00	0.48g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Cheese Salad Pot 22	R06704	R06704	175.00	2.58g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken Salad Pot 22	R06713	R06713	170.00	2.53g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Chicken With Garlic, Lemon & Mint Mez	R06581	R06581	249.02	52.18g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	●
	Chipotle Chicken And Cous Cous Mezz	R06573	R06573	232.36	41.55g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	●
	Cold Vegan Korean Noodles 22	R05382	R05382	303.80	79.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	Curried Chicken And Red Rice Mezzeha	R06577	R06577	249.02	48.40g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	●	○	○
	Dips - Houmous	R00613	R00613	50.00	5.50g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○
	Falafel And Bulgar Mezze22	R06570	R06570	234.22	53.33g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	●	○	●
	Falafel With Garlic, Lemon And Mint Me	R06583	R06583	241.18	62.10g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	●
	Greek Salad Mezze 22	R06585	R06585	157.78	22.63g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	●	○	●
	Halal Chicken Protein Pot 22	R06709	R06709	35.00	0.35g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Halal Chicken Salad Pot 22	R06714	R06714	170.00	2.98g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Ham Salad Pot 22	R06708	R06708	170.00	4.29g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Hard Boiled Egg Salad Pot 22	R06711	R06711	241.00	2.53g	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Greek Salad 22	R05447	R05447, R06383	244.76	9.26g	○	○	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●

Nutrition Plan: PL52 INNOVATE 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
	In Marinated Edamame Beans 22	R02130	R02130	143.19	2.61g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●
	In Mezze Bag With Hummous 22	R05448	R05448	182.08	18.11g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○
	IN Moroccan Veg & pomegranate salad	R07435	R07435	285.75	56.10g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	IN Roasted chickpea feta salad lemon b	R07434	R07434	282.63	71.70g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	IN Roasted squash Barley salad 23	R07432	R07432	357.69	77.34g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	In Sushi 22	R06012	R06012	265.29	7.41g	✱	●	✱	✱	✱	✱	✱	✱	✱	✱	✱	●	●	✱
	Naked Piri Piri Chicken Burrito Bowl	R07343	R07343	189.50	23.79g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Naked Piri Piri Chicken Burrito Bowl Hal	R07345	R07345	189.50	23.78g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Onion Bhaji And Bulgar Mezze22	R06572	R06572	234.22	53.80g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	●	○	○
	Panzanella Salad	R03054	R03054	263.18	19.69g	○	●	○	○	○	○	○	○	●	○	○	◒	○	●
	Protein Pot - Cheese 22	R06703	R06703	30.00	0.03g	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	Protein Pot - Chicken 22	R06707	R06707	35.00	0.00g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Protein Pot - Ham 22	R06706	R06706	4.00	0.16g	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Tuna Salad Pot 22	R06702	R06702	225.50	3.82g	○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL53 INNOVATE COLD 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
	Halal Southern Fried chicken Wrap 23	R07606	R07606	182.16	42.99g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Iin Piri Piri Chicken Wrap Halal 22	R06052	R06052	217.08	38.18g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Bbq Chicken Strips Wrap 23	R07760	R07760	167.34	46.40g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	In Bbq Halal Chicken Strips Wrap 23	R07759	R07759	167.34	46.40g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
	In Chicken Caesar Wrap 22	R06039	R06039, R06383	198.75	41.44g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	●
	In Halal Chicken Caesar Wrap 22	R05479	R01456, R05479, R06383	175.63	36.30g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	●
	In Halal Turkey Ham & Cheese Wrap	R04497	R04497	150.00	38.19g	◒	●	○	●	○	○	●	○	◒	○	○	○	●	○
	In Onion Bhaji & Raita Wrap 22	R05222	R05222	189.29	48.94g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Piri Piri Chicken Wrap 22	R02418	R02418	210.43	38.13g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Roasted Pepper, Spinach & Houmou	R05381	R05381	190.00	40.59g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○
	IN sriracha Roast chickpea wrap 23	R07433	R07433	237.76	61.40g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○
	Southern Fried chicken Wrap 23	R07428	R07428	182.16	42.99g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL54 INNOVATE COLD 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
	Cu Tuna & Sweetcorn Pasta - S - 7Oz 2	R06105	R06105	184.82	54.78g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In 7Oz Pesto Pasta Pots 22	R03968	R03968	183.35	61.90g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Halal Chicken & Sweetcorn Pasta - 7(	R06117	R06117	162.29	52.74g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Halal Chicken & Sweetcorn Pasta 16(	R06118	R06118	389.50	126.57g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Pasta Pot - Chicken & Sweetcorn 22	R06048	R06048	362.90	105.72g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Pasta Pot - Chicken & Sweetcorn 22	R04903	R04903	162.29	52.53g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Pasta Pot - Tomato & Basil 16Oz	R04539	R04539	413.55	122.81g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Pasta Pot - Tomato & Basil 7Oz	R00141	R00141	197.34	55.76g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Pesto Pasta Pot - 16Oz 22	R04540	R04540	382.85	118.16g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Pesto Pasta Salad 16Oz L 22	R06120	R06120	381.90	131.70g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Pesto Pasta Salad 7Oz S 22	R06119	R06119	175.32	59.88g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○
	In Roast Pepper & Olive Pasta - S - 8Oz	R04018	R01471, R04018	102.14	27.60g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Roast Pepper & Olive Pasta Salad - 1	R04542	R04542	300.58	60.16g	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	In Tuna & Sweetcorn Pasta - L - 16Oz 2	R06104	R06104	406.60	120.52g	○	●	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Nutrition Plan: PL55 INNOVATE 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 form or	R07184	R07184	200.90	64.47g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	Bagel- Margherita (6Th Form Only) 22	R07188	R07188	175.00	52.59g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Hot bagel-Chipotle chicken 6th23	R07492	R07492	227.00	63.25g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Hot bagel-Red Thai chicken 6th23	R07500	R07500	199.00	61.87g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Seeded Bagel - With S/F Chicken	R07762	R07762	217.28	54.72g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Halal Southern Fried Chicken & Cajun M	R07764	R07764	238.10	60.72g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Hot bagel-Aubergine Parmigiana 6th23	R07503	R07503	235.20	57.40g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Hot bagel-BBQ pulled chicken 6th23	R07497	R07497	190.00	58.46g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	Hot bagel-BBQ pulled chicken 6th23Hal	R07498	R07498	190.00	58.96g	●	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	●	○
	Hot bagel-Caprese 6th23	R07501	R07501	223.25	59.13g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Hot bagel-Chipotle chicken 6th23	R07491	R07491	227.00	62.75g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Hot bagel-Hoi Sin chicken 6th23	R07494	R07494	211.25	64.80g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	●	○
	Hot bagel-Red Thai chicken 6th23	R07499	R07499	199.00	61.37g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Hot bagel-Roasted veg and brie 6th23	R07505	R07505	232.75	59.52g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Hot bagel-Spicy falafel6th23	R07504	R07504	227.70	74.86g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	●
	Hot bagel-Sweet chilli chicken 6th23	R07495	R07495	210.00	66.96g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Seeded Bagel - With S/F Chicken & Sal	R04512	R04512	208.55	53.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○

Nutrition Plan: PL55 INNOVATE 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 S/F Chicken & Sal	R01698	R01698	213.40	53.85g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Seeded Bagel - With S/F Chicken & Sal	R07761	R07761	217.28	54.72g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○
	Seeded Bagel - With Smoked Salmon &	R01683	R01683	175.00	46.43g	○	●	○	○	●	○	●	○	○	○	○	◒	○	○
	Southern Fried Chicken & Cajun Mayo E	R07763	R07763	238.10	60.72g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	○

Nutrition Plan: PL56 INNOVATE 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
	BBQ Pulled Chicken Wrap Halal	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	175.28	46.82g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Chicken Tikka With Chutney & Slaw Wr	R01689	R00579, R01689	184.50	46.82g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Chipotle Chicken Wrap 22	R01666	R00579, R01666	193.90	37.57g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Chipotle Chicken Wrap Halal 23	R07770	R00579, R07770	193.90	38.07g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●
	Duck & Hoisin Wrap 22	R05726	R05726	160.00	39.37g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	●	○
	Falafel & Red Pepper Houmous Wrap 2	R07769	R00579, R07769	204.70	54.06g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	●
	Falafel & Spiced Bean Wrap 22	R01688	R01688	214.89	52.36g	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	◒	○	●
	Halloumi Mint Yoghurt & Cucumber Wr	R01669	R00579, R01669	203.51	38.72g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Onion Bhaji & Slaw Wrap 22	R01623	R00579, R01623	207.61	54.40g	○	●	○	●	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Pesto & Roasted Med Veg Wrap 23	R07775	R00579, R07775	178.32	36.52g	○	●	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	●
	Roasted Vegetable & Houmous Wrap	R01620	R01620	207.10	42.43g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○
	SF Chicken & Corn Salsa Wrap Halal 2	R06605	R00579, R06605	179.05	41.02g	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●