London Borough of Waltham Forest

Menu Listing with Allergens

Menu: **Autumn/Winter Menu**
Monday Week 1 2023/24

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

Product Description	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Wheat	Nuts	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Peanuts	Mustard	Molluscs	Milk	Lupin	Fish	Eggs	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Celery
Pasta in a Tomato and Basil Sauce	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	◒	○	○	○	○	○	○	●	○
Jacket Potato and Tuna in Mayonnaise	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●	●	○	○	○
Jacket Potato and baked Beans	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Jacket Potato and Cheese	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Cottage Pie	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○
Creamy Mashed Potatoes	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Gravy	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Sweetcorn	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Green Beans	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Cheese, Biscuits & Apple	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○
Low Fat Yeo Valley Yogurts (Organic)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Fruit Platter 1 (Ap Or, Ba,, Me)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Basic Bread	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○

London Borough of Waltham Forest
Menu Listing with Allergens

Menu: **Autumn/Winter Menu**
Tuesday Week 1 2023/24

Contains

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

Product Description	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Wheat	Nuts	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Peanuts	Mustard	Molluscs	Milk	Lupin	Fish	Eggs	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Celery
Autumn Garden Pizza	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○
Vegan Pizza	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
Squash & Spinach Curry	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	◒	○
Lemon Rice	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Skin on Wedges	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Garden Peas	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Glazed Carrots	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Peach slices	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Custard sauce	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Vegan Custard	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Low Fat Yeo Valley Yogurts (Organic)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Fruit Platter 1 (Ap Or, Ba,, Me)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Basic Bread	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○

London Borough of Waltham Forest

Menu Listing with Allergens

Menu: **Autumn/Winter Menu**
Wednesday Week 1
2023/24

Contains

● Contains
◐ May Contain
○ Does Not Contain
✱ No Information

Product Description	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Wheat	Nuts	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Peanuts	Mustard	Molluscs	Milk	Lupin	Fish	Eggs	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Celery
Red Vegetable Chilli	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Jollof Rice	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Lemon & Garlic Roasted Chicken	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Mixed Rice	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Roast Potatoes	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Broccoli	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Sweetcorn	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
BBQ Pineapple	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Seasonal Fruit Salad	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Fruit Platter 1 (Ap Or, Ba,, Me)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Gravy	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Allergen Free Bread	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

London Borough of Waltham Forest

Menu Listing with Allergens

Menu: **Autumn/Winter Menu**
Thursday Week 1 2023/24

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

Product Description	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Wheat	Nuts	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Peanuts	Mustard	Molluscs	Milk	Lupin	Fish	Eggs	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Celery
	Contains																									
Jackfruit Pasta Bake	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Vegetable Stir Fry with Ginger & Garlic	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○
Jacket Potato and Tuna in Mayonnaise	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	●	●	○	○	○
Jacket Potato and baked Beans	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Jacket Potato and Cheese	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Noodles	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	●	○
Mixed Vegetables	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Green Cabbage	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Rice Pudding and Fruit Compote	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Low Fat Yeo Valley Yogurts (Organic)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Fruit Platter 1 (Ap Or, Ba,, Me)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Basic Bread	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○

London Borough of Waltham Forest

Menu Listing with Allergens

Menu: **Autumn/Winter Menu**
Friday Week 1 2023/24

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

Product Description	Rye	Oats	Barley	Walnuts	Pistachio Nuts	Pecan Nuts	Macadamia Nuts	Hazelnuts	Cashew Nuts	Brazil Nuts	Almonds	Wheat	Nuts	Soya	Sulphur Dioxide and Sulphites	Sesame	Peanuts	Mustard	Molluscs	Milk	Lupin	Fish	Eggs	Crustaceans	Cereals containing Gluten	Celery
Spiced Chickpea & Sweet Potato Pilaf	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Fish Fingers	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	●	○
Chicken and Sweetcorn Pie	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○
Gravy	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Chipped Potatoes	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Baked Beans	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Garden Peas	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Ice Cream	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Vegan Aquafaba Ice Cream	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Low Fat Yeo Valley Yogurts (Organic)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	○	○
Fruit Platter 1 (Ap Or, Ba,, Me)	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Basic Bread	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	●	○	◒	○	○	○	○	○	●	○	○	○	○	●	○