BREAKFAST	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Sourdough toast	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Gluten free toast	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Butter	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Dairy free spread	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Honey (NOT VEGAN)	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Tiptree marmalade	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Tiptree strawberrry jam	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Nutella	no	no	no	no	no	yes	yes	yes	no	no	no	no	no	no
Toasted fruit bread	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Butter	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Dairy free spread	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Granola	yes	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	yes	no	no
Porridge with cows milk	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Porridge with oat milk	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Porridge with soy milk	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
Porridge with almond milk	yes	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
Porridge with coconut milk	yes	no	no	no	no	yes	no	may	no	no	no	no	no	no
FOR PORRIDGE TOPPINGS SEE SPECIALS														
Bacon ciabatta	yes	no	no	no	no	no	yes	may	no	no	may	no	no	no
**Ciabatta*	yes	no	no	no	no	no	no	may	no	no	may	no	no	no
**Bacon*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Bacon ciabatta GF	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no	no
**GF Panini roll*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**Bacon*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Sausage ciabatta	yes	no	no	no	no	no	yes	may	no	no	may	no	no	no
**Ciabatta*	yes	no	no	no	no	no	no	may	no	no	may	no	no	no
**Sausage*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no

BREAKFAST	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
GF Sausage ciabatta	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	yes	no	no
**GF panini roll*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**GF Sausage*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Vegan sausage ciabatta	yes	no	no	no	no	yes	yes	may	no	no	may	no	no	no
**Ciabatta*	yes	no	no	no	no	no	no	may	no	no	may	no	no	no
**Vegan sausage*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**dairy free spread*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
GF Vegan sausage ciabatta	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**GF panini roll*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**Vegan sausage*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**dairy free spread*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Avo, egg & cheese ciabatta	yes	no	yes	no	no	no	yes	may	no	no	may	no	no	no
**Ciabatta*	yes	no	no	no	no	no	no	may	no	no	may	no	no	no
**Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Egg*	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Cheese*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Avo, egg & cheese ciabatta	no	no	yes	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no	no
**GF panini roll*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Egg*	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Cheese*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Holme Eggs	no	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Sourdough toast*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Poached egg*	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Fried egg*	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Scrambled egg*	no	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**herb oil*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

BREAKFAST	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Salmon	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Chorizo	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Ketchup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Brown sauce	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
BRUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Pancakes bacon, blueberries and maple syrup	yes	no	may	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no	no
**pancakes*	yes	no	may	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no	no
**bacon*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**blueberries*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**maple syrup*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Pancakes fruit & yogurt	yes	no	may	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**pancakes*	yes	no	may	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no	no
**Fresh berries*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**greek yogurt*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**honey (not vegan)*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Pancakes fruit & nutella	yes	no	may	no	no	yes	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**pancakes*	yes	no	may	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no	no
**Fresh berries*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**nutella*	no	no	no	no	no	yes	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**hazelnuts*	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
Pancakes biscoff & banana	yes	no	may	no	no	yes	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**pancakes*	yes	no	may	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no	no
**banana*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Biscoff paste*	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**Biscoff crumb*	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
GF Pancakes	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

BRUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Smashed Avo on toast & pesto drizzle/seeds	yes	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**sourdough*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Pesto drizzle*	no	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**mixed seeds*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
GF toast	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Dairy free spread	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Beetroot hummus on sourdough	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no
**sourdough*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Beetroot hummus*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no
*za'atar	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no
*feta cheese	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**balsamic (not vegan)*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
GF toast	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Poached eggs on sourdough	yes	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**sourdough*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Poached egg*	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**herb oil*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
GF toast	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Dairy free spread	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Roasted vine tomatoes & balsamic	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Roasted vine tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**balsamic (not vegan)*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**vegan balsamic*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

BRUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Mushrooms	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Crispy bacon	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Feta cheese	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Vegan feta	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Poached egg	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Salmon	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Chorizo	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Grilled halloumi, pine nuts, chilli dressing	no	no	no	no	may	no	yes	yes	no	no	may	no	no	no
**Halloumi*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Pine nuts*	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
**Chilli & lime dressing*	no	no	no	no	may	no	no	may	no	no	may	no	no	no
Mixed mushrooms on sourdough	yes	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**Sourdough toast*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Mushrooms*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Pine nuts*	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
**truffle oil*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no

**Dairy free spread*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Eggs benedict	yes	no	yes	no	no	yes	yes	no	may	no	no	yes	no	no
**English muffin*	yes	no	may	no	no	may	may	no	no	no	no	no	no	no
**Poached eggs*	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Hollandaise*	yes	no	yes	no	no	yes	yes	no	may	no	no	no	no	no
**Butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**crispy onions*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**smoked paprika*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Bacon	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Mushrooms	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Salmon	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

BRUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Turkish Eggs	yes	no	yes	no	no	yes	yes	no	may	no	no	yes	no	no
**Sourdough toast*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Poached eggs*	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Garlic yoghurt*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**chilli oil*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	may	no	may	no	no
**pink pickled onions*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
*za'atar	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no
LUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Bacon and brie panini	yes	no	yes	no	no	may	yes	no	no	yes	may	yes	no	no
** Panini*	yes	no	no	no	no	may	may	no	no	no	may	no	no	no
** Bacon*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Brie*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Chilli jam*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
** GF panini*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphites	lupin	molluscs
Chipotle chicken panini	yes	no	yes	no	no	may	yes	no	no	yes	may	yes	no	no
** Panini*	yes	no	no	no	no	may	may	no	no	no	may	no	no	no
** Chicken*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Chipotle sauce*	no	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Monterey jack cheese*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
** GF panini*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no

LUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Ham Panini	yes	no	yes	no	no	may	yes	no	no	yes	may	yes	no	no
** Panini*	yes	no	no	no	no	may	may	no	no	no	may	no	no	no
** Ham*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Onion marmalade*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Applewood*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
** GF panini*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
Grilled cheese on sourdough	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	yes	no	no
Grilled cheese on GF bread	no	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	yes	no	no
Side salad and balsamic glaze	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
New Yorker pretzel bun, salad & slaw	yes	no	no	no	no	no	yes	yes	no	yes	no	yes	no	no
**pretzel bun*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**pastrami*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**monterey jack*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**gherkin*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
**American mustard*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
**side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
Caprese pretzel bun, salad & slaw	yes	no	no	no	no	no	yes	yes	no	yes	no	yes	no	no
**pretzel bun*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**green pesto*	no	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**Mozzerrella*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**basil*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no

LUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Buffalo chickpea pretzel bun, salad & slaw	yes	no	yes	no	no	yes	no	no	no	yes	no	yes	no	no
**pretzel bun*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**chick pea*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Buffalo sauce*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no
**rocket*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
Salmon pretzel	yes	no	no	yes	no	no	yes	no	no	no	no	yes	no	no
**pretzel bun*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**butter*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**salmon*	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cream cheese*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**dill*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Rainbow slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
Chicken Caesar buddha bowl	no	no	yes	yes	no	no	yes	no	no	may	may	yes	no	no
**Chicken*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Caesar sauce*	no	no	yes	yes	no	no	yes	no	no	may	may	no	no	no
**rocket*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Parmesan shavings*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Mixed leaf salad*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Olives*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Quinoa*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Maple beetroot*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pink pickled onions*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Chia seeds*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**carrot ribbons*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

LUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Sweet chilli prawn buddha bowl	no	yes	no	no	may	no	no	may	no	no	may	yes	no	no
**prawns*	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Sweet chilli sauce*	no	no	no	no	may	no	no	may	no	no	may	no	no	no
**Mixed leaf salad*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Olives*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Quinoa*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Maple beetroot*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pink pickled onions*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Chia seeds*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**carrot ribbons*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Falafel and hummus buddha bowl	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no
** Falafel*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Hummus*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no
**Mixed leaf salad*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Olives*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Quinoa*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Maple beetroot*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pink pickled onions*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Chia seeds*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**carrot ribbons*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

LUNCH	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Bean and feta buddha bowl	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	yes	no	no
** Mixed bean*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Feta*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Mixed leaf salad*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Olives*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Quinoa*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Maple beetroot*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pink pickled onions*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Chia seeds*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**carrot ribbons*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Bean and vegan feta buddha bowl	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
** Mixed bean*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Vegan feta*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Mixed leaf salad*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Olives*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Quinoa*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Maple beetroot*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pink pickled onions*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**Chia seeds*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**carrot ribbons*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
KIDS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Toast with butter	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Toast with dairy free spread	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
Tiptree strawberrry jam	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Nutella	no	no	no	no	no	yes	yes	yes	no	no	no	no	no	no

KIDS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Bacon sandwich	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Sausage sandwich	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Vegan sausage sandwich	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
Ketchup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Brown sauce	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Pancakes - see adults														
Porridge - see adults														
Cheese on toast	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Poached egg on toast	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	yes	no	no
Avo on toast	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Kids picnic	yes	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Ham sandwich*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Cheese sandwich*	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Jam sandwich*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Pomme bears*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Raisins*	no	no	no	no	no	may	may	may	no	no	no	no	no	no
** Cucumber/tomato*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Kids platter	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no
** Hummus*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no
** Cheese*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Cucumber/tomato/carrot*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Warburton soft Pitta*	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
Babyccino	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Flavoured milk bottle	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no

CAKES	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Flapjack (GFK)	may	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no	no	no
Millionaire shortbread (Total)	yes	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
Rocky road (not vegetarian) (GFK)	yes	no	no	no	may	yes	yes	may	no	no	no	yes	no	no
Brownie (GFK) - see GFK stickers	yes	no	no	no	may	yes	yes	may	no	no	no	yes	no	no
Lemon drizzle loaf (GFK)	yes	no	no	no	may	yes	yes	may	no	no	no	yes	no	no
Raspberry and pistachio slice (GFK)	yes	no	yes	no	no	yes	yes	yes	no	no	no	yes	no	no

CAKESMITH CAKES ALLERGY INFO AVAILABLE ONLINE

GFK ALLERGY INFO AVAILABLE FROM STICKERS

DRINKS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Espresso	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Latte whole/skimmed milk	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Cappuccino whole/skimmed	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Flat white whole/skimmed	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Mocha (milk chocolate) whole/skimmed	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Iced latte whole/skimmed	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Americano black	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Cortado whole/skimmed milk	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Macchiato whole/skimmed milk	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Almond milk	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
Coconut milk	no	no	no	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no
Soya milk	no	no	no	no	no	yes	no	may	no	no	no	no	no	no
Oat milk	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Milk hot chocolate	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Orange hot chocolate (VEGAN)	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Whipped cream	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Vegan whipped cream	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Marshmallows (NOT VEGETARIAN)	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Vegan marshmallows	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Chai latte (cows milk)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Beetroot latte (cows milk)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Turmeric latte (almond milk)	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
Matcha latte (cows milk)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Yorkshire tea	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Earl grey crème (bird & blend)	no	no	no	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no
Ginger beer (bird & blend)	no	no	no	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no
Dozy girl (bird & blend)	no	no	no	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no
Eton mess (bird & blend)	no	no	no	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no
Mojitea (bird & blend)	no	no	no	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no

DRINKS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Peach ice tea	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Raspberry ice tea	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Chai iced tea	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Matcha honey ice tea (NOT VEGAN)	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Strawberry shortcake frappe	yes	no	may	no	no	may	yes	no	no	no	no	no	no	no
**frappe powder*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**monin strawberry puree*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cookie crumble*	yes	no	may	no	no	may	yes	no	no	no	no	no	no	no
Cookies & cream frappe	yes	no	may	no	no	may	yes	no	no	no	no	no	no	no
**frappe powder*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**monin chocolate syrup*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**oreo crumble*	yes	no	may	no	no	may	yes	no	no	no	no	no	no	no
**monin dark chocolate sauce*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Salted caramel frappe	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**frappe powder*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**monin salted caramel syrup (NOT VEGAN)*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**caramel cubes (NOT VEGAN)*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	yes	no	no
**Monin caramel sauce* (NOT VEGAN)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Monin sugar free caramel syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin sugar free vanilla syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin hazelnut syrup	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
Monin gingerbread syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin winter spice syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin honeycomb syrup (NOT VEGAN)	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin strawberry syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin banana syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin chai syrup (NOT VEGAN)	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin mint syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

DRINKS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Monin crème brulee syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin dark chocolate sauce	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin caramel sauce (NOT VEGAN)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Strawberry sauce	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Biscoff paste	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
Biscoff crumb	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin cherry syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin Tiramisu syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin salted caramel syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Monin praline syrup	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Praline topping	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no
Tesco salted caramel sugar	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Tiramisu cappucino topping	no	no	no	no	no	no	may	no	no	no	no	no	no	no
Gingerbread hot chocolate	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Ginger biscuits	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Biscoff latte (oat milk) with cream	yes	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no	no
Pumpkin spiced latte (cows milk)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Chocolate orange mocha (cows milk)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Crème brulee cappuccino (cows milk)	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
HCH iced pink drink	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**membai railway chai*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**beetroot super latte powder*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Honey iced matcha	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Bird and blend matcha powder*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**honey (NOT VEGAN)*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Strawberry iced matcha	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Bird and blend matcha powder*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**Monin strawberry syrup*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Freeze dried strawberries*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

DRINKS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Iced cherry mocha	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**double espresso*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**monin cherry syrup*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**Pendragon milk hot chocolate*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no

HCH Aerocano	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**double espresso*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cows milk*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**monin salted caramel syrup*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Coca cola	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Diet coke	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Orange juice	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Apple juice	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Passionfruit kombucha	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Lemony lemonade	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Razza Rasberry	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Pomegranate & ginger CBD	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

SPECIALS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
French Toast														
French toast with compote, yoghurt & honey	yes	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
French toast with bacon and banana, maple	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Apple crumble French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	may	no	no	no	no	no	no
Peach melba French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
Rhubarb and custard French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Strawberry cheesecake French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Cookies & scream French toast	yes	no	yes	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no	no
Bonfire toffee French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Mince pie French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
Pistachio & raspberry French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
Easter French toast	yes	no	yes	no	no	yes	yes	may	no	no	no	no	no	no
Banoffee French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Smore French Toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Pistachio & white chocolate French Toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
Orange & Ginger french toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Cherry Bakewell French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
Halloumi & hot honey French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	may	no	may	no	no
Prosecco poached pear French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	yes	no	no
Eton mess French toast	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Strawberry & lime cheesecake FT	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no

SPECIALS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Soup														
Sourdough	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Butter	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
* no milk if cream not added for service														
Red lentil soup *	no	no	no	no	no	yes	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Thai butternut squash and sweet potato soup *	no	no	no	no	may	no	yes	may	yes	no	may	no	no	no
Pea and ham soup	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Carrot and coriander soup *	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Leek and potato soup *	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Tomato and red pepper soup *	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Vegetable soup*	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Cauliflower cheese soup	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Aubergine & tomato soup*	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Mushroom and tarragon soup	yes	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Broccoli & Stilton soup	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Spiced parsnip soup *	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Celeriac, leek and apple soup *	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Courgette, cheddar & potato soup	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no
Sweetcorn chowder	no	no	no	no	no	no	yes	no	yes	no	no	no	no	no

SPECIALS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Reuben Sandwich	yes	no	no	no	no	no	yes	no	no	yes	no	no	no	no
** sourdough*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Russian dressing*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	yes	no	no	no	no
**corned beef*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pastrami*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**sauerkrout*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**salad and slaw*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no
Salmon Buddha bowl	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	yes	yes	no	no
** Salmon*	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Teriyaki*	yes	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**rice*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pickle red cabbage*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**cucumber*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**mixed leaves*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**sesame seeds*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no
**spring onion*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Italian Buddha bowl	yes	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**pesto orzo*	yes	no	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no
**mixed leaves*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**mozzerella*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**milano salami*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**olives*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**focaccia*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no

SPECIALS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Indian Buddha bowl	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
**rice*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cucumber*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**mixed leaves*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**tomatoes*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**onion bhaji*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cauliflower/chick peas*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**raita*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Miso Shroom Buddha bowl	no	no	no	no	yes	yes	no	may	no	no	no	yes	no	no
**rice*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**edamame beans*	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**mixed leaves*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**carrot*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**avocado*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pickled red cabbage*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
**miso mushrooms*	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** sesame seeds*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**pickled raddish*	no	no	no	no	may	may	no	may	no	no	no	no	no	no
Hunters Chicken bagel	yes	no	may	no	no	yes	yes	yes	no	may	may	no	may	no
Turkey Bagel														
**bagel*	yes	no	may	no	no	yes	may	may	no	may	may	no	may	no
**turkey*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**stuffing*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**pig in blanket*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**gravy*	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
**cranberry sauce*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Marvo	yes	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no
Campfire Beans	yes	no	no	no	no	yes	yes	no	no	no	no	no	no	no
Smashed sweet potato on sourdough	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Shakshuka	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no

SPECIALS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Brie & cranberry panini	yes	no	yes	no	no	may	yes	no	no	no	may	no	no	no
** Panini*	yes	no	no	no	no	may	may	no	no	no	may	no	no	no
** GF panini*	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no	no
**Brie*	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
** Cranberry sauce*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
** Side salad and balsamic glaze*	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
New york benedict	yes	no	yes	no	no	no	yes	no	may	yes	no	no	no	no

BAR DRINKS	gluten	shell fish	eggs	fish	peanuts	soya	milk	tree nuts	celery	mustard	sesame	sulphite	lupin	molluscs
Tanqueray gin	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Absolut vodka	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Absolut vanilla vodka	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Dead mans fingers gin	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Jack Daniels	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Baileys Irish cream	no	no	no	no	no	no	yes	no	no	no	no	no	no	no
Disaronno	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Cointreau	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Kahlua	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Kraken spiced rum	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Espresso martini	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Bloody Mary	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Kir Royale	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Elderflower gin fizz	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Aperol spritz	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Mimosa	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Birra Moretti	yes	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no
Serenello prosecco	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Via Alta Sauvignon	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Jarrahwood Chardonnay	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Jarrahwood Shiraz	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no
Heally & Gray Zinfandel	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	no	yes	no	no