

## Allergy Information

We know that allergic reactions can make some people very ill and indeed fatal in extreme cases. The information provided in this document is to help our customers who are intolerant or allergic to certain foods make appropriate informed choices.

We are here via email or telephone to help our customers use the EverSo Allergens List, however the final decision will always be that of you, the customer.

**\*\*Please note, because our food is handmade in our own kitchen by real people, using shared equipment in an environment where all allergens are present in different products, we cannot guarantee there will be no traces of any allergens in our food and therefore those with severe allergies we do not recommend eating our food.\*\***

If you are ordering on behalf of someone else who has requested restricted allergens, please can you make them aware of the above, so they can personal make an informed choice to whether to eat the food provided. For further allergen and dietary enquiries, please ask before placing your order, thank you.

### **EverSo... Allergens List SPRING 2019**

**\*\*CANNOT GUARANTEE ANY BREADS- BAGUETTES, WRAPS, ROLLS, PANNINI ARE FREE FROM SESAME SEEDS,EGG,MILK OR NUTS\*\***

<u>Item</u>	Gluten	Crustaceans	Eggs	Fish	Peanuts	Soybeans	Milk	Nuts	Celery	Mustard	Sesame	sulphur Dioxide	Lupin	Molluscs	Gluten Free	Dairy Free	Vegetarian	Vegan
<b><u>Meat Sandwiches</u></b>																		
Salami & Mozzarella	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	X	X
Roast Beef Rarebit	Y	N	N	Y	N	Y	Y	N	N	Y	N	Y	N	N	X	X	X	X
Chicken, Bacon & Sweetcorn	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
Tuna Crunch	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
Ham & Coleslaw	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
Pastrami New Yorker	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	Y	N	N	N	N	X	X	X	X
Lemon Chicken	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
Smoked Salmon, Cream Cheese & Cucumber	Y	N	N	Y	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	X	X

Ham Salad	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
Turkey Club	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
Coronation Chicken	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	Y	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
Tuna & Sweetcorn	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	X	X
<b>Vegetarian Sandwiches</b>																		
Cheese Ploughmans (Coloured)	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N	N	Y	N	N	X	X	V	X
Houmous & Falafel	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N	Y	N	N	N	X	X	V	X
Egg & Cress	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	V	X
Caprese	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N	N	Y	N	N	X	X	V	X
Cheese & Coleslaw	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	V	X
Roast Red Pepper	Y	N	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	Y	N	N	N	X	X	V	X
Mixed Cheese	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	V	X
Sliced Egg & Tomato	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	V	X
<b>Item</b>	<b>Gluten</b>	<b>Crustaceans</b>	<b>Eggs</b>	<b>Fish</b>	<b>Peanuts</b>	<b>Soybeans</b>	<b>Milk</b>	<b>Nuts</b>	<b>Celery</b>	<b>Mustard</b>	<b>Sesame</b>	<b>sulphur Dioxide</b>	<b>Lupin</b>	<b>Molluscs</b>	<b>Gluten Free</b>	<b>Dairy Free</b>	<b>Vegetarian</b>	<b>Vegan</b>
Cheese & Tom	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	V	X
Pea & Mint Falafel	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Houmous & Roast Vegetable	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N	Y	N	N	N	X	X	V	X
Egg Salad	Y	N	Y	Y	N	Y	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	X	X	V	X
<b>Meat Savoury Items</b>																		
Bacon, Leek & Mustard Arancini	Y	N	Y	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	X	V	X	X
Asian Meatballs	Y	N	Y	N	N	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	X	V	X	X
Jerk Chicken Skewer with Pineapple Salsa	Y	N	N	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	X	V	X	X
Huntsman Pork Pie	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	Y	Y	N	Y	N	N	X	X	X	X
Chorizo Marinara Meatball Cup	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	X	X
Chicken Balti Samosa with Mint Yoghurt dip	Y	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	X	X
Spicy Chicken Strips with Bang Bang Sauce	Y	N	Y	Y	Y	Y	N	Y	N	Y	Y	Y	N	N	X	V	X	X
Homemade Café Sausage Rolls	Y	N	Y	N	Y	N	Y	Y	N	N	N	Y	N	N	X	X	X	X
<b>Vegetarian Savoury Items</b>																		

Hoisin & Sesame Vegan Sausage (v)	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	X	V	V	V
Cheddar Cheese & Pickle Scone	Y	N	Y	N	N	N	Y	N	N	Y	N	Y	N	N	X	X	V	X
Minted Pea & Feta Tartlet	Y	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Margarita Pizza Cups	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Spiced Cauliflower & Lentil Pot	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	Y	N	N	N	N	V	V	V	V
Indian with Mint Yoghurt dip (v)	Y	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Sweet Potato, Goat's Cheese & Spinach Pie (v)	Y	N	Y	N	N	N	Y	Y	N	Y	N	Y	N	N	X	X	X	X
Beetroot, Horseradish& Thyme Arancini (v)	Y	N	Y	N	N	N	Y	N	Y	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Vork Pie	Y	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	X	V	V	V
<b>Sharer Boards</b>																		
Very Local Cheese Sharer Board (v)	N	N	N	N	N	N	Y	N	Y	N	N	Y	N	N	V	X	V	X
Crackers	Y	N	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	Y	N	N	N	X	X	V	X
Continental Meat Sharer Board	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	Y	N	Y	N	N	X	X	X	X
Crostini	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N	X	X	V	X
Ploughman's Sharer Board	Y	X	Y	X	X	Y	Y	X	Y	Y	X	Y	X	X	X	X	X	X
Baguettes	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N	X	X	V	X
<b>Item</b>	<b>Gluten</b>	<b>Crustaceans</b>	<b>Eggs</b>	<b>Fish</b>	<b>Peanuts</b>	<b>Soybeans</b>	<b>Milk</b>	<b>Nuts</b>	<b>Celery</b>	<b>Mustard</b>	<b>Sesame</b>	<b>sulphur Dioxide</b>	<b>Lupin</b>	<b>Molluscs</b>	<b>Gluten Free</b>	<b>Dairy Free</b>	<b>Vegetarian</b>	<b>Vegan</b>
<b>Salads</b>																		
Chicken Souvlaki Salad	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	X	X
Spiced Cauliflower, Chickpea & Lentil	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	Y	Y	N	N	N	V	V	V	V
Tuna Nicoise Salad	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	V	V	X	X
Simply Chicken Salad	N	N	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	V	V	X	X
Simply Tuna Salad	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	V	V	X	X
Simply Cheese Salad	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	Y	N	N	N	N	V	X	V	X
Simply Ham Salad	N	N	N	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	V	V	X	X
<b>Dessert Items</b>																		
A Selection Of Homemade Cakes (v)	Y	N	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Mini Danish Selection (v)	Y	N	Y	N	N	N	Y	Y	N	N	N	Y	N	N	X	X	V	X

Large Scones with Raspberry Jam & Clotted Cream (v)	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Brownies - Chocolate Orange	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Brownies - Triple Chocolate	Y	N	Y	N	N	Y	Y	Y	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Caramel Churros with a Chocolate Dipping Sauce	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Hokey Pokey Tiffin Bite	Y	N	N	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Honey Granola Flapjack	Y	N	N	N	Y	Y	Y	Y	Y	N	Y	Y	N	N	X	X	V	X
Pastel de Nata	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Peanut Butter & Caramel Choc Chip Cookie	Y	N	Y	N	Y	Y	Y	Y	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Chocolate Jaffa Cookie	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Fruit Platter	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	V	V	V	V
Grilled Pineapple with Caramel Dipping Sauce	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	V	X	V	X
<b>Yorkshire Crisps</b>																		
Lamb & Mint 100g Drum	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	V	V	X	X
Natural Sea Salt 100g Drum	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	V	V	V	V
Cheddar & Caramelised Onion Chutney 100g Drum	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	V	X	V	X
Chardonnay Wine Vinegar 100g Drum	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	V	X	V	X
<b>Item</b>	<b>Gluten</b>	<b>Crustaceans</b>	<b>Eggs</b>	<b>Fish</b>	<b>Peanuts</b>	<b>Soybeans</b>	<b>Milk</b>	<b>Nuts</b>	<b>Celery</b>	<b>Mustard</b>	<b>Sesame</b>	<b>sulphur Dioxide</b>	<b>Lupin</b>	<b>Molluscs</b>	<b>Gluten Free</b>	<b>Dairy Free</b>	<b>Vegetarian</b>	<b>Vegan</b>
Henderson's Yorkshire Sauce 100g Drum	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	V	X	V	X
Sweet Chilli & Lime 100g Drum	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N	V	V	V	V
Tomato Basil & Mozzarella 100g Drum	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	V	X	V	X
Black Pepper 100g Drum	N	N	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	V	X	V	X
Ham & Pickle	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	V	V	X	X
Oyster, Lime & Chilli	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	Y	V	V	V	X
<b>Breakfast Items</b>																		
Fresh Croissants & Strawberry conserve (v)	Y	N	Y	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Pain Au Chocolat (v)	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X
Mini Danish Pastries (v)	Y	N	Y	N	N	N	Y	Y	N	N	N	Y	N	N	X	X	V	X
Breakfast Muffin Selection (v)	Y	N	Y	N	N	Y	Y	N	N	N	N	N	N	N	X	X	V	X

Seasonal Fruit Pot (v)	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	N	V	V	V	V
Hot Bacon Cobs	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	N	N	N	N	X	X	X	X
Hot Sausage Cobs	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	X	X	X	X	
Hot Vegetarian Sausage, Tomato & Mushroom Cobs (v)	Y	N	N	N	N	Y	N	N	N	N	N	Y	N	N	X	X	V	X	

key	
Y	Allergen is present in product
N	Allergen is not present- but please see statement at top of page **
V	Suitable for dietary requirements but please see statement at top of page **
X	Not suitable for dietary requirements