

Menu allergen & nutrition matrix

Y = Contains indicated allergens. M = May contain traces of indicated allergens. V = Suitable for vegetarians. VE = Suitable for vegans.

Menu category	Recipe	Dietary restriction	Cereals containing gluten														Tree nuts										Nutrition										
			Barley	Kamut	Oats	Rye	Spelt	Wheat	Other Cereals	Celery	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphites	Almond	Brazil Nut	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio	Walnut	Other Nuts	Energy (kJ)	Energy (kcal)	Fat (g)	Saturates (g)	Carbohydrates (g)	Sugar (g)	Fibre (g)
Small Plates	Beer Cheese Garlic Flatbread		Y				Y						Y																4,481	1,071	62	35	93	86	83	29	42
Small Plates	Calamari Salt & Pepper		M				Y						M	Y															1,012	241	58	1	23	29	46	20	36
Small Plates	Cauli Wings Beer B Cue x 5		Y		Y				M					M															1,527	767	16	03	79	35	33	71	18
Small Plates	Cauli Wings Hot Habanero x 5		M				Y		M					M				Y	Y	Y									2,208	522	15	8	90	13	37	77	27
Small Plates	Cauli Wings Korean BBQ x 5		M		M				M				M					Y	Y	Y	M	M	M	M	M	M	M	M	1,945	460	31	07	99	21	36	81	22
Small Plates	Chargrilled Prawn Skewers						Y			Y						M			Y	Y	M								537	127	53	04	94	41	18	13	36
Small Plates	Chicken Tenders BBQ x 5		Y		Y		Y						Y																1,862	684	10	57	54	11	07	33	19
Small Plates	Chicken Tenders Hot Habanero Honey x 5												Y						Y										2,066	489	15	82	56	12	09	33	25
Small Plates	Chicken Tenders Korean BBQ x 5		M		M		Y		M				Y			M		Y	Y										1,802	427	32	08	65	21	08	33	21
Small Plates	Chicken Wings Beer B Cue x 5		Y		Y		Y						Y																1,201	528	86	53	47	13	0	38	22
Small Plates	Chicken Wings Hot Habanero x 5						Y						Y						Y										1,407	334	13	78	49	14	08	42	29
Small Plates	Chicken Wings Korean BBQ x 5		M		M				M				Y			M		Y	Y										1,144	271	18	04	58	22	06	46	25
Small Plates	Corn Nachos		Y		M	M	Y						Y																2,278	542	25	98	72	55	83	14	23
Small Plates	Halloumi Fries		M		M	M	Y						Y																1,784	424	20	12	39	21	17	20	32
Small Plates	House Baked Focaccia						Y						Y						Y										2,715	646	37	63	66	69	35	12	36
Small Plates	Iberico Ham Croquettes						Y		M	Y	Y	M	Y	M				M											1,594	381	18	43	41	91	0	15	25
Small Plates	Loaded Corn Nachos HHH Chicken		Y		M	M	Y						Y						Y										3,417	812	39	18	86	17	98	34	42
Small Plates	Loaded Corn Nachos Shiitake Mushroom		Y		Y	M	Y						Y						Y										2,907	895	34	15	83	69	16	20	29
Small Plates	Padron Peppers																												201	48	06	02	96	92	24	15	3
Small Plates	Shitake Mushrooms		Y		Y		Y												Y	Y									1,539	774	25	10	24	35	16	12	14
Burgers	Burger Upgrade Waffle Fries BBQ Pulled Pork		Y		Y		Y						Y						Y										3,289	912	54	81	59	96	54	15	32
Burgers	Burger Upgrade Waffle Fries Cheese & Bacon		Y										Y						Y										2,698	645	37	13	50	11	52	23	46
Burgers	Burger Upgrade Waffle Fries Korean BBQ		M		M	M	Y		M							M		Y	Y										3,003	722	45	41	70	19	53	6	28
Burgers	Burger Upgrade Waffle Fries Shiitake Mushroom		M		M		Y		M							M		Y	Y	Y									2,392	571	24	68	73	15	13	12	27
Burgers	Buttermilk Chicken Burger		Y			M	Y		Y				Y						Y										3,688	876	27	34	108	12	75	47	44
Burgers	Double Cheeseburger		Y			M	Y		Y				Y			Y			Y										4,276	1,024	63	22	70	81	63	43	89
Burgers	Hot Habanero Honey Buttermilk Chicken Burger		Y			M	Y		Y				Y						Y										4,355	1,035	40	11	118	20	76	48	53
Burgers	Mac n Cheese Burger		Y			M	Y		Y				Y			Y			Y										4,961	1,187	66	28	92	78	79	54	106
Burgers	Smoked Bacon Jam/Cheese Burger		Y			M	Y		Y				Y						Y										4,691	1,124	69	25	75	18	62	49	10
Burgers	The Big Beet Burger		Y			M	Y		Y				Y						Y										3,085	736	36	38	95	37	10	8	31
Mains	Bang Bang Chicken						Y		Y				Y						Y										3,749	889	20	21	131	12	58	46	51
Mains	Beef & Ale Pie L&C		Y				Y		Y				Y			M			Y										5,680	1,352	80	41	126	92	94	31	79
Mains	Beer Can Chicken BBQ 1/2		Y		Y		Y		Y				Y						Y										7,190	2,090	112	35	78	21	89	96	39
Mains	Beer Can Chicken Habanero Honey 1/2						Y		Y				Y						Y										7,211	1,728	112	39	79	21	86	96	48
Mains	Brewers Mac n Cheese Mozz		Y				Y		Y				Y			Y			Y										5,684	1,358	88	49	84	64	57	56	69
Mains	Budda Bowl New AW 24		M		M	M	Y		Y				Y					Y											2,658	636	38	43	60	26	23	16	26
Mains	Caesar Salad						Y		Y				Y						Y										3,226	778	64	11	28	10	57	22	29
Mains	Chicken Caesar Salad						Y		Y				Y						Y										4,007	963	66	12	29	13	56	63	3
Mains	Chicken Schnitzel						Y		Y				Y						Y										2,324	555	28	27	64	10	10	7	47
Mains	IPA Battered Fish & Chips		Y				Y						M			Y			Y										3,644	867	29	26	126	71	13	17	54
Mains	Ribeye Steak						Y		Y				Y						Y										5,161	1,232	82	38	62	3	62	60	71
Mains	Smoked Haddock Fishcakes						Y		Y				Y			Y			Y										2,401	570	24	73	58	15	97	26	23
Loaded Fries	Dirty Waffle Fries BBQ Pulled Pork		Y		Y		Y						Y						Y										4,713	1,373	70	13	93	18	83	28	5
Loaded Fries	Dirty Waffle Fries Cheese & Bacon						Y		Y				Y						Y										5,276	1,262	79	29	79	33	79	54	99
Loaded Fries	Dirty Waffle Fries Korean BBQ		M		M	M			M							M		Y	Y										4,139	993	53	51	114	38	8	94	42
Loaded Fries	Dirty Waffle Fries Shiitake Mushroom		Y		Y		Y						M						Y	Y									4,549	1,903	69	14	95	22	22	19	44
Sides	Add Cheddar Cheese Slice												Y																345	83	7	43	0	0	0	51	038
Sides	Add Chicken												Y																852	202	21	06	46	44	0	41	034
Sides	Add Extra Avocado																												596	143	14	23	75	07	38	15	034
Sides	Add Fried Egg									Y																			317	76	52	15	0	0	0	73	023
Sides	Add Hot Habanero Honey Chicken												Y						Y										1,888	447	14	81	57	12	17	22	3
Sides	Add Jalapenos																												47	11	0	0	15	0	0	07	35
Sides	Add Poached Eggs x 1																												322	77	52	15	0	0	0	73	023
Sides	Add Spicy BBQ Shitake Mushrooms		Y		Y		Y												Y	Y									616	350	9	49	10	09	76	59	06
Sides	Add Steakya Bacon x 2						Y												Y										1,008	242	19	7	0	0	0	17	27
Sides	Beer Cheese Sauce Dip		Y				Y						Y																849	203	16	94	28	06	0	11	15
Sides	Burger Extra																												872	210	15	65	43	0	0	14	25
Sides	Chimichurri Dip						Y									M		Y			M	M	M	M	M	M	M	M	385	92	75	05	55	45	09	11	18
Sides	Hot Habanero Honey Dip						Y						Y						Y										1,350	321							

Y = Contains indicated allergens. M = May contain traces of indic
V = Suitable for vegetarians. VE = Suitable for vegans.

		Cereals containing gluten										Tree nuts										Nutrition																	
Menu category	Recipe	Dietary restriction	Barley	Kamut	Oats	Rye	Spelt	Wheat	Other Cereals	Celery	Crustaceans	Eggs	Fish	Lupin	Milk	Molluscs	Mustard	Peanuts	Sesame	Soya	Sulphites	Almond	Brazil Nut	Cashew	Hazelnut	Macadamia	Pecan	Pistachio	Walnut	Other Nuts	Energy (kJ)	Energy (kcal)	Fat (g)	Saturates (g)	Carbohydrates (g)	Sugar (g)	Fibre (g)	Protein (g)	Salt (g)
Sides	Side Salad																Y				Y										426	102	91	13	35	28	14	09	027
Sides	Side Waffle Fries									Y											Y	Y									1,639	391	15	18	55	16	55	56	32
Sides	Signature Gravy									M		M			M		M			M	Y										226	54	0	0	10	23	0	12	16
Sides	Skin On Fries									Y											Y										1,344	319	9	1	52	29	52	52	18
Sides	Triple Cooked Chips									Y											Y	Y									1,391	330	66	09	59	18	57	56	2
Desserts	Cheesecake		M		M			Y				M			Y						Y	Y	M			M		M	M	M	3,366	818	46	23	87	71	14	11	12
Desserts	Chocolate Cookie Bake		M		M			Y				M			Y						Y		M	M	M	Y	M	M	M	M	4,215	1,007	49	23	129	84	22	11	074
Desserts	Churros							Y				M			Y		M				Y			M							1,194	277	10	34	42	22	15	51	091
Desserts	HONEYCOMB GELATO											M			Y											M			M		909	216	11	99	26	26	0	34	021
Desserts	Sticky Toffee Pudding Custard											Y			Y								M			M		M	M	M	2,393	568	19	94	94	71	18	57	074
Desserts	Sticky Toffee Pudding Ice Cream V											Y									Y		M	M	M	M	M	M	M	M	2,437	580	22	13	92	71	17	37	072
Desserts	Vegan Ice Cream 1 Scoop														M						Y		M	M	M	M	M	M	M	M	907	217	83	63	34	27	0	15	011
Lunch Menu	Add Fries																														1,309	310	9	1	50	18	5	5	17
Lunch Menu	Focaccia SW Club							Y		Y		Y										Y									3,691	880	47	13	68	69	45	49	74
Lunch Menu	Focaccia SW Fish Finger		Y					Y		Y		Y	Y	Y	M		Y					Y									3,631	865	41	53	107	59	56	18	55
Lunch Menu	Focaccia SW Shitake Mushroom		Y		Y			Y		Y		Y									Y	Y									3,521	1,245	44	14	87	8	20	25	51
Lunch Menu	Focaccia SW Steak, Cheese & Onions							Y		Y		M			Y		M				M	Y									3,817	910	43	15	76	83	46	54	7
Lunch Menu	Grilled Halloumi Salad		M		M	M		Y		Y		Y			Y		Y				M	Y									3,461	824	41	17	80	19	68	33	41
Lunch Menu	IPA Battered Fish Goujons		Y					Y		Y		Y	Y		M		Y														3,408	811	29	26	116	57	11	16	52
Lunch Menu	Single Cheeseburger 3oz		Y			M		Y		Y		Y			Y		Y				Y										3,395	812	47	16	65	79	61	29	64
Lunch Menu	Steak Frites									Y					Y																3,366	803	47	22	50	4	54	43	39
Lunch Menu	Wrap Halloumi & Chilli Jam							Y		Y		Y			Y						Y										3,309	792	41	16	73	28	57	31	44
Lunch Menu	Wrap SW Bang Bang Chicken							Y		Y		Y			Y						Y										3,130	747	22	23	98	11	66	36	36
Sunday Roast	NGCI Sunday Roast Beef		M		M	M		M		Y					Y							Y									2,262	540	44	05	112	24	96	14	69
Sunday Roast	NGCI Sunday Roast Pork Belly		M		M	M		M		Y												Y									2,259	539	43	05	112	25	94	14	71
Sunday Roast	Sunday Cauliflower Cheese Side							Y		M					Y																2,810	677	51	33	20	91	32	35	26
Sunday Roast	Sunday Roast Beef		M		M	M		Y				Y					Y					Y									3,226	769	11	22	144	37	13	23	74
Sunday Roast	Sunday Roast Chicken		M		M	M		Y				Y			Y		Y				Y										6,850	1,643	74	20	135	31	11	108	74
Sunday Roast	Sunday Roast Pork Belly		M		M	M		Y				Y			Y		Y														7,124	1,706	81	27	161	55	14	87	134
Sunday Roast	Sunday Roast Three Meat Roast		M		M	M		Y				Y			Y		Y					Y									4,962	1,188	42	11	136	32	11	65	75
Sunday Roast	Sunday Roast Wellington		M		M	M		Y		Y		Y			Y					Y	Y	Y			M	M		M		M	5,514	1,316	46	17	188	42	17	34	8
Sunday Roast	Sunday Roast Wellington Vegan		M		M	M		Y		Y		Y			Y		Y				Y	Y	Y		M	M		M		M	4,926	1,177	42	16	169	41	16	27	78
Kids	Kids Beefburger		Y			M		Y		Y		Y			Y						Y	Y									1,960	468	22	74	45	54	58	21	31
Kids	Kids Buttermilk Chicken Burger		Y			M		Y		Y		Y			Y						Y										1,514	359	8	12	43	76	59	27	077
Kids	Kids Chicken Mezze Plate		Y		Y			Y		Y		Y			Y						Y										2,364	812	34	11	29	51	48	37	13
Kids	Kids Fish & Chips		M					Y		Y			Y		M						Y										1,266	300	6	07	52	34	57	69	085
Kids	Kids Halloumi & Chips		M					Y		Y					Y						Y										2,650	630	31	15	57	6	58	28	38
Kids	Kids Ice Cream Chocolate														Y																986	236	11	57	29	28	2	47	032
Kids	Kids Ice Cream Vanilla														Y						Y		M	M	M	M	M	M	M	M	916	219	12	91	26	24	0	19	017
Kids	Kids Mac n Cheese		Y					Y									Y														5,505	1,314	90	47	87	47	54	40	71
Kids	Kids Sunday Roast Beef		M		M	M		Y		Y		Y			Y						Y										1,605	382	53	15	69	18	66	13	34
Kids	Kids Sunday Roast Chicken		M		M	M		Y		Y		Y			Y						Y										3,619	867	38	10	74	19	74	57	38