



Packed Lunch Lunchbox Ideas



Sandwich – Brown Bread/Pitta

- 1) Egg and Cress
- 2) Tuna and cucumber
- 3) Smoked Salmon and cucumber
- 4) Cheese and Chilli jam
- 5) Ploughman's
- 6) Fish Finger with tartare sauce
- 7) Brie and Grape
- 8) Cream Cheese and cucumber
- 9) Mozzarella, basil and tomato
- 10) Grated Carrot, Hummus, Iceberg lettuce - wrap or pitta
- 11) Tuna, sweetcorn and Cheese Melt
- 12) Greek Salad

Wraps

- 13) Bean, Guacamole and Lettuce
- 14) Falafel Wrap
- 15) Sushi
- 16) Mexican Burrito
- 17) Hoi Sin Mushroom Pancake
- 18) Cod Taco Wrap
- 19) Quesadillas – Avocado, Cheese, Beans, Sweetcorn
- 20) Crispy Spicy Tofu

Soups

- 21) Roasted Pepper and Tomato Soup
- 22) Noodle Sweetcorn Soup
- 23) Miso Soup with Vegetable Gyozas
- 24) Pea Soup
- 25) Lettuce & Leftovers Soup
- 26) French Onion Soup with Baguette

Salads

- 27) Greek salad with Feta and boiled potato
- 28) Chopped tomato, cucumber and pickle
- 29) Salad Niçoise
- 30) Tuna Salad with pickled gherkins
- 31) Buddha Bowl – spicy chick peas and roasted sweet potato (tahini dressing)
- 32) Asian noodle salad

Other

- 33) Egg and Veg Brunch Cups
- 34) Crispy Tofu Nuggets with Spicy Sauce
- 35) Seaweed Salad
- 36) Savoury Scone
- 37) Egg Fried Rice
- 38) Spanakopita – puff pastry wheels
- 39) Spinach Balls

Dips and crudités and pitta chips – cucumber and carrot

- 40) Hummus
- 41) Tuna
- 42) Egg
- 43) Smoked mackerel
- 44) Tzatziki
- 45) Taramasalata
- 46) Guacamole
- 47) Raita
- 48) Mushroom Pate (with truffle)

Thermos Meals

- 49) Pasta in tomato Sauce
- 50) Pesto Pasta
- 51) Cauliflower Cheese
- 52) Anything left over from dinner that anyone will eat
- 53) Baked Potato Chunks – Beans, Sweetcorn and Cheese
- 54) Shakshuka with Boiled Egg and Feta
- 55) Tuna, Sweetcorn, Cream Cheese Pasta

Vegetables

- 56) Sweetcorn
- 57) Cucumber sticks
- 58) Carrot sticks
- 59) Cherry tomatoes
- 60) Fresh peas
- 61) Olives
- 62) Avocado
- 63) Pickled red onion
- 64) Mushrooms
- 65) Edamame
- 66) Gherkins
- 67) Roasted Cauliflower
- 68) Roasted Chickpeas

Fruit

- 69) Passion Fruit
- 70) Apples if cut but restuck together!
- 71) Oranges
- 72) Green grapes
- 73) Kiwi
- 74) Satsuma
- 75) Mango hedgehog
- 76) Berry Pot
- 77) Pineapple
- 78) Pomegranate
- 79) Melon
- 80) Fruit Salad

Snacks/Treats

- 81) Beetroot Muffins
- 82) Brownies
- 83) Popcorn
- 84) Dried fruit
- 85) Obviously any crisps or chocolate!
- 86) Biscuits or cake
- 87) Scones