

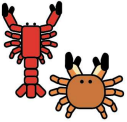

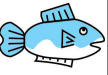
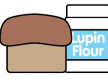










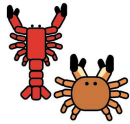

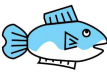
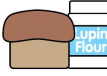












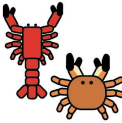
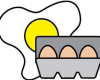
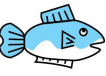
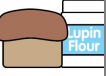








BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 2

✓ = yn cynnwys GG = gall gynnwys DYDD LLUN														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Quesadillas Cyw Iâr Texas		✓					✓							
Porc Mewn Saws Sur a Melys	✓													
Nwdls	GG	✓		✓			GG		GG			GG	GG	
Reis Cyflawn														
India-corn														
Pys o'r Ardd														
Sbwng Brith Banana		✓		✓			✓						✓	
Cwstard		GG					✓						GG	



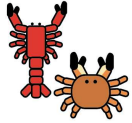

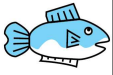
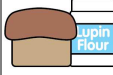








BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 2

✓ = yn cynnwys GG = gall gynnwys DYDD MAWRTH														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Caserol Selsig	GG	✓		GG			✓		GG				✓	
Cig Eidion wedi'l Rostio														
Phwdin Efrog		✓		✓			✓							
Grefi	GG	✓		GG			GG		GG				✓	
Bara Gwenith Cyflawn Crystiog gyda Pherlyisiau		✓				GG	✓					✓		
Tatws Newydd														✓
Brocoli														
Blodfresych														
Tarten Afal		✓					✓							
Cwstard		GG					✓						GG	

BWYDLLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 2

✓ = yn cynnwys GG = gall gynnwys DYDD MERCHER														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Stecen Cig Moch														
Cyw Iâr a Llysiau wedi'u Pobi	✓	✓		GG			✓		GG				✓	
Tatws Hufennog							✓							✓
Ffa Gwyrdd														
Stribedi Moron														
Teisen Gaws		✓					✓						✓	

BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 2

✓ = yn cynnwys GG = gall gynnwys DYDD GWENER														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Ffiledi Penfras mewn Cytew		✓			✓									
Cyw Iâr Helwyr							✓							✓
Taten Bob														
Sglodion														
India-corn														
Pys o'r Ardd														
Myffin Llus		✓		✓			✓						GG	