

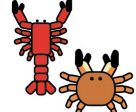
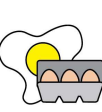
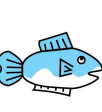
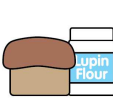










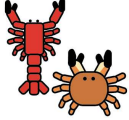
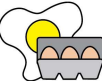

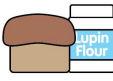











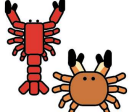
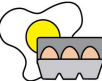
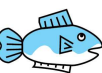
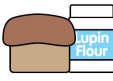








BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 1

<p>✓ = yn cynnwys GG= gall gynnwys</p> <p>DYDD LLUN</p>														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Tsili Con Carne														
Pitsa Bara Ffrengig		✓					✓					✓		
Tatws wedi'u Ffrio														
Reis Grawn Cyflawn														
Pys o'r Ardd														
India-corn														
Crymbl Afal a Mwyar		✓		GG			GG						GG	
Cwstard		GG					✓						GG	



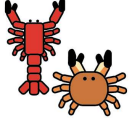
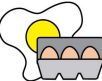
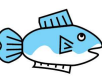
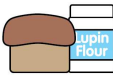








BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 1

<p>✓ = yn cynnwys GG= gall gynnwys</p> <p>DYDD MAWRTH</p>														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Cyw Iâr wedi'i Rostio														
Stwffin		✓												
Grefi	GG	✓		GG			GG		GG				✓	
Selsig Wedi'u Pobi		✓											GG	✓
Tatws wedi'u Berwi														✓
Ffa Gwyrdd														
Blodfresych														
Sbwng Pinafal		✓		✓			✓						✓	
Cwstard		GG					✓						GG	



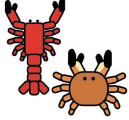
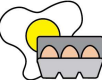
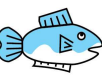
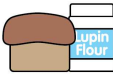








BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 1

<p>✓ = yn cynnwys GG= gall gynnwys</p> <p>DYDD MERCHER</p>														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Lasagne Cig Eidion Cartref	✓	✓					✓							
Pastai Pysgod	GG	✓		✓	✓		✓		GG				GG	✓
Tatws wedi'u Berwi														✓
Stribedi Moron														
Brocoli														
Sgonsen gyda Hufen a Jam		✓		GG			✓						GG	
Salad Ffrwythau Ffres														

BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 1

<p>✓ = yn cynnwys GG= gall gynnwys</p> <p>DYDD IAU</p>														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Pastai Caws a Thatws							✓							✓
Cig Moch														✓
Tomato														
Ffa Pob														
Peli Cig Sawrus mewn Saws Tomato		✓					✓							
Pasta		✓												
Llysiau Gwledig														
Pwdin Reis							✓							

BWYDLEN PRIF BRYDAU YSGOLION UWCHRADD PEN-Y-BONT AR OGWR – WYTHNOS 1

<p>✓ = yn cynnwys GG= gall gynnwys</p> <p>DYDD GWENER</p>														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Cyw Iâr Tikka							✓							
Bysedd Pysgod Mawr		✓			✓									
Reis Grawn Cyflawn														
Sglodion														
Ffa Pob														
Pys o'r Ardd														
Browni Siocled		✓		✓			✓						GG	