

# BWYDLEN GYNRADD HEB LAETH

## Wythnos 1

## Wythnos 2

## Wythnos 3

<p><b>DYDD LLUN</b>            Bysedd Pysgod Penfras ac Eog            Tatws Deisiog gyda Pherlysiâu            Ffa Pob, India-corn, Pys Gardd a Salad            Myffin Aeron heb Laeth</p>	<p><b>DYDD LLUN</b>            Eog Tsieineaidd            Tatws Wedi'u Ffrio'n Ysgafn neu Reis Llysiâu            India-corn, Llysiâu wedi'u Tro-ffrio a Salad            Ffrwythau Ffres</p>	<p><b>DYDD LLUN</b>            Lleden Lefn            neu Basta Tomato a Madarch            Taten Bob neu Basta Sawrus            Llysiâu Cymysg, India-corn, Brocoli a Salad            Brownie Afal heb Laeth</p>
<p><b>DYDD MAWRTH</b>            Bolognese Pob - dim Caws            Llysiâu'r Wlad, Brocoli a Salad            Sbwng Chwyrlio Ffrwythau heb Laeth</p>	<p><b>DYDD MAWRTH</b>            Ffiled Pysgod            Tatws Deisiog gyda Pherlysiâu            Llysiâu'r Wlad, India-corn a Phys Gardd a Salad            Mousse heb Laeth</p>	<p><b>DYDD MAWRTH</b>            Stribedi o Gyw Iâr            neu Fyrger Cig Eidion mewn Bynsen            Reis Llysiâu neu Dalpiau Tatws            Ffa Gwyrdd, Pys Gardd a Salad            Myffin heb Laeth</p>
<p><b>DYDD MERCHER</b>            Twrci Rhost a Stwffin mewn Grefi (Knorr)            Tatws Hufenog neu Datws wedi'u Berwi            Bresych Gwyrdd, Moron a Swedsen Ddeisiog            Ffrwythau Ffres</p>	<p><b>DYDD MERCHER</b>            Ffiled Cyw Iâr gyda Stwffin Saets a Winwns            neu Selsig wedi'u Pobi mewn Grefi (Knorr)            Tatws Hufenog neu Datws wedi'u Berwi            Moron, Bresych a Blodfresych            Ffrwythau Ffres</p>	<p><b>DYDD MERCHER</b>            Cig Eidion Rhost            Tatws Rhost neu Datws wedi'u Berwi            Ffyn Moron, Bresych a Swedsen            Ffrwythau Ffres</p>
<p><b>DYDD IAU</b>            Caserol Selsig Porc a Ffa            Talpiau Tatws            Pys Gardd, India-corn, Llysiâu'r Wlad a Salad            Mousse heb Laeth</p>	<p><b>DYDD IAU</b>            Pasteian Borc            Tatws Hufenog neu Datws wedi'u Berwi            Ffa Pob/Tomatos, Pys Gardd a Brocoli            Spwng Efa heb Laeth</p>	<p><b>DYDD IAU</b>            Porc Rhost gyda Stwffin Saets a Winwns            Tatws Hufenog neu Datws wedi'u Berwi            Ffa Gwyrdd, Moron a Phys Gardd            Sbwng Chwyrlio Ffrwythau heb Laeth</p>
<p><b>DYDD GWENER</b>            Ffiled Pysgod Mewn Bynsen            Reis Llysiâu neu Sglodion            Llysiâu'r Wlad, Pys Gardd, Brocoli a Salad            Brownie Gellyg a Siocled heb Laeth</p>	<p><b>DYDD GWENER</b>            Cyri Cyw Iâr Katsu            neu Gychod Burrito            Reis Llysiâu neu Sglodion            Brocoli, Pys Gardd, India-corn a Salad            Myffin Ffrwythau heb Laeth</p>	<p><b>DYDD GWENER</b>            Cyw Iâr Barbeciw            neu Gonau Salad Stribedi Eog            Reis Llysiâu, Taten Bob neu Sglodion            Brocoli, India-corn, Pys Gardd a Salad            Mousse heb Laeth</p>

**Hefyd ar gael bob dydd:**

Ffrwythau Ffres, Bara Grawn Cyflawn, Dŵr