

# BWYDLEN GYNRADD HEB GNAU

## Wythnos 1

## Wythnos 2

## Wythnos 3

<p><b>DYDD LLUN</b> Caws Macaroni a Brocoli neu Fysedd Pysgod Penfras ac Eog Tatws Deisiog gyda Pherlysiâu Ffa Pob, India-corn, Pys Gardd a Salad Teisen Gwpan Aeron</p>	<p><b>DYDD LLUN</b> Eog Tsieineaidd neu Bizza Llysiâu Llwythog Tatws Wedi'u Ffrio'n Ysgafn neu Nwdls India-corn, Llysiâu wedi'u Tro-ffrio, Colslo a Salad Fflapjac Twti Ffrwti</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 Browni Afal Taffi</p>
<p><b>DYDD MAWRTH</b> Lasagne / Bolognese Pob neu Diwna Tawdd Pasta Sawrus neu Daten Bob Llysiâu'r Wlad, Brocoli, Colslo a Salad Spwng Chwyrliad Mafon ac Eirin Gwlanog a Chwstard</p>	<p><b>DYDD MAWRTH</b> Ffiled Pysgod neu Bastai Ransh Tatws Deisiog gyda Pherlysiâu Llysiâu'r Wlad, India-corn a Phys Gardd a Salad Pwddin Reis Trofannol neu Rôl Arctig a Ffrwythau</p>	<p><b>DYDD MAWRTH</b> Stribedi o Gyw Iâr neu Fyrger Cig Eidion mewn Bynsen Reis Llysiâu neu Dalpiâu Tatws Colslo, Ffa Gwyrdd, Pys Gardd a Salad Crempog/Wafflau a Hufen Iâ Banana</p>
<p><b>DYDD MERCHER</b> Twrci Rhost a Stwffin mewn Grefi neu Beli Cig Sawrus mewn Grefi Tatws Hufennog neu Datws wedi'u Berwi Bresych Gwyrdd, Moron a Swedsen Ddeisiog logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres</p>	<p><b>DYDD MERCHER</b> Ffiled Cyw Iâr gyda Stwffin Saets a Winwns neu Selsig wedi'u Pobi Tatws Hufennog neu Datws wedi'u Berwi Moron, Bresych a Blodfresych logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau ffres</p>	<p><b>DYDD MERCHER</b> Cig Eidion Rhost a Phwddin Efrog neu Hotpot Cyw Iâr Tatws Rhost neu Datws wedi'u Berwi Ffyn Moron, Bresych a Swedsen logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres</p>
<p><b>DYDD IAU</b> Caserol Selsig Porc a Ffa neu Bizza Caws a Tomato Talpiâu Tatws Pys Gardd, India-corn, Llysiâu'r Wlad a Salad Jeli Ffrwythau a Chwyrliad Mafon</p>	<p><b>DYDD IAU</b> Pasteian Borc neu Bastai Caws a Thatws Tatws Hufennog neu Datws wedi'u Berwi Ffa Pob/Tomatos, Pys Gardd a Brocoli Spwng Efa a Chwstard</p>	<p><b>DYDD IAU</b> Porc Rhost gyda Stwffin Saets a Winwns neu Bastai Cyw Iâr a Ham Tatws Hufennog neu Datws wedi'u Berwi Ffa Gwyrdd, Moron a Phys Gardd Crymbl Ffrwythau/Tarten a Chwstard</p>
<p><b>DYDD GWENER</b> Korma/Tikka Cyw Iâr neu Ffiled Pysgod Mewn Bynsen Reis Llysiâu neu Sglodion Llysiâu'r Wlad, Pys Gardd, Brocoli a Salad Myffin Gellyg a Siocled</p>	<p><b>DYDD GWENER</b> Cyri Cyw Iâr Katsu neu Gychod Burrito Reis Llysiâu neu Sglodion Brocoli, Pys Gardd, India-corn a Salad Cacen Gaws Siocled ac Oren</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 Jeli Ffrwythau a Haen Uchaf o Hufen Chwip</p>

### Hefyd ar gael bob dydd:

Ffrwythau Ffres, Bara Grawn Cyflawn, logwrt, Caws a Bisgedi, Llaeth Hanner Sgim, Dŵr