

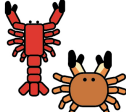
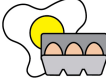





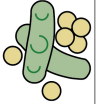



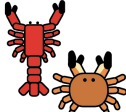
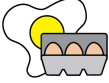

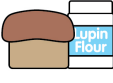












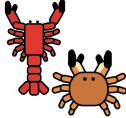
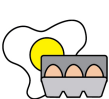
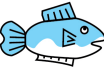







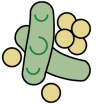

BWYDLLEN YSGOLION CYNRADD PEN-Y-BONT AR OGWR 2023-2024 – WYTHNOS 2

✓ = 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
Omlled Bach				✓			✓							
Selsig Porc		✓ - gwenith											✓	✓
Llysiau Melys a Sur	✓													
Talpiau Tatws														
Reis Llysiau														
Ffa Pob														
Pys Gardd														
Dewis Salad	GG													
Sbwng Eve		✓ - gwenith		✓			✓						✓	
Chwstard							✓							
Bara Grawn Cyflawn/Bara Ffrengig		✓ - gwenith											✓	
logwrt							✓							
Caws a Bisgedi		✓ - gwenith GG – rhyg, ceirch a haidd					✓							
Hufen lâ							✓							
Ffrwythau Ffres														
Llaeth Hanner Sgim							✓							



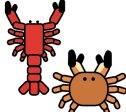

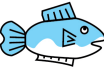
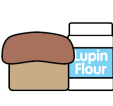






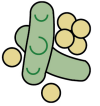

BWYDLEN YSGOLION CYNRADD PEN-Y-BONT AR OGWR 2023-2024 – WYTHNOS 2

✓ = 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
Bysedd Pysgod Penfras ac Eog		✓ - gwenith			✓									
Belen Planhigion Llysiau mewn Saws Tomato														
Ciwbiau Tatws (Simply)														
Tatws wedi'u Berwi														✓
Pasta		✓ - gwenith												
Brocoli														
India Corn														
Pys Gardd														
Dewis Salad	GG													
Bara Grawn Cyflawn		✓ - gwenith											✓	
logwrt							✓							
Caws a Bisgedi		✓ - gwenith GG – rhyg, ceirch a haidd					✓							
Ffrwythau Ffres														
Llaeth Hanner Sgim							✓							



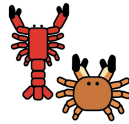
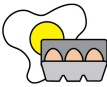
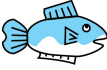
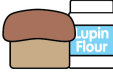






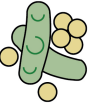

BWYDLEN YSGOLION CYNRADD PEN-Y-BONT AR OGWR 2023-2024 – WYTHNOS 2

✓ = 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
Porc Rhost a Saws Afal														
Stwffin		✓ - gwenith												
Grefi	GG	✓ - gwenith a haidd		GG			GG		GG				GG	
Selsig Llysiau		✓ - gwenith												
Grefi Fegan														
Tatws Hufennog (gyda Sunlite yn unig)														✓
Tatws wedi'u Berwi														✓
Ffa Gwyrdd														
Swêd														
Brocoli														
Bara Grawn Cyflawn		✓ - gwenith											✓	
Pwdin Reis Trofannol							✓							
logwrt							✓							
Caws a Bisgedi		✓ - gwenith GG – rhyg, ceirch a haidd					✓							
Ffrwythau Ffres														
Llaeth Hanner Sgim							✓							

BWYDLEN YSGOLION CYNRADD PEN-Y-BONT AR OGWR 2023-2024 – WYTHNOS 2

✓ = yn cynnwys GG= gall gynnwys DYDD IAU														
	Seleri	Grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten	Cramenogion	Wyau	Pysgod	Blawd bys y blaidd	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Pysgnau	Hadau sesame	Soia	Sylffwr deuocsid / Sylffidau
Ffiled Cyw Iâr														
Caserol Llysiau a Ffa													GG	
Tatws Hufennog (gyda Sunlite yn unig)														✓
Tatws Wedi'u Berwi														
Grefi	GG	✓ - gwenith		GG			GG		GG				GG	
Grefi Fegan														
Moron														
Bresych														
Llysiau'r Wlad														
Bara Grawn Cyflawn		✓ - gwenith											✓	
logwrt							✓							
Caws a Bisgedi		✓ - gwenith GG – rhyg, ceirch a haidd					✓							
Hufen Iâ							✓							
Ffrwythau Ffres														
Llaeth Hanner Sgim							✓							

BWYDLLEN YSGOLION CYNRADD PEN-Y-BONT AR OGWR 2023-2024 – 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
Pitsa Caws a Tomato		✓ - gwenith					✓							
Quorn Dippers		✓ - gwenith												
Taten Bob														
Sglodion														
India-corn bach														
Llysiau Cymysg														
Dewis Salad	GG													
Bara Grawn Cyflawn		✓ - gwenith											✓	
Myffin Ffrwythau		✓ - gwenith		✓			✓						GG	
Fflapjac Tutti Fruitti		✓ - gwenith a cheirch		GG			GG						GG	
logwrt							✓							
Caws a Bisgedi		✓ - gwenith GG – rhyg, ceirch a haidd					✓							
Ffrwythau Ffres														
Llaeth Hanner Sgim							✓							