

# Wythnos 1

Wythnos yn cychwyn  
6/9/21, 27/9/21, 18/10/21  
8/11/21, 29/11/21, 20/12/21  
10/1/22, 31/1/22, 21/2/22  
14/3/22, 4/4/22

**DYDD LLUN**  
Pasta Pôb Tomato a Basil gyda Chaws Pys, Corn Melyn a Bara Crystiog  
Ffrwythau Ffres neu Iogwrt a Thafelli o Ffrwythau

**DYDD IAU**  
Cig Eidion Rhost sy'n Toddi yn y Geg  
neu Ffiled Cworn neu Pwdin Efrog, Tatws Stwnsh a Rhost, Cymysgedd o Lysiau Gwyrdd a Moron  
Ffrwythau Ffres neu Hufen Iâ

**DYDD MAWRTH**  
Brecwast Llawn neu Frecwast Llawn Llysieuol  
Ffa Pob, Tomatos  
Ffrwythau Ffres neu Myffin Cartref Gyda Chwstad

**DYDD GWENER**  
Ffiled Eog Mewn Cytew wedi'i Bobi yn y Ffwrn neu Nýgets Llysieuol Sglodion Tatws, Pys a Chorn Melyn  
Ffrwythau Ffres neu Sbnwj Banana a Siocled Cartref a Chwstard

**DYDD MERCHER**  
Pizza Margarita Cartref Trionglau Tatws Salad Ochr a Ffa Pôb  
Ffrwythau Ffres neu Fflapjac a Thafelli Ffrwythau

# Wythnos 2

Wythnos yn cychwyn  
13/9/21, 4/10/21, 25/10/21, 15/11/21, 6/12/21, 27/12/21, 17/1/22, 7/2/22, 28/2/22, 21/3/22

**DYDD LLUN**  
Selsig Braster Isel neu Selsig Llysieuol Sglodion Tatws, Pys  
Ffrwythau Ffres neu Angel Delight a Thafelli Ffrwythau

**DYDD IAU**  
Golwyth Lwyn Porc Rhost neu Selsigen Morgannwg  
Tatws Stwnsh a Rhost, Stwfffin, Stwnsh Moron a Rwdan, Brocoli  
Ffrwythau Ffres neu Rôl Arctig a Thafelli Ffrwythau

**DYDD MAWRTH**  
Pasta Bolognaise Cartref neu Bolognese Llysieuol  
Pys a Chorn Melyn  
Ffrwythau Ffres neu Gacen Creision Yd

**DYDD GWENER**  
Byseidd Pysgod neu Selsigen Morgannwg  
Wynebau Hapus Ffa Pob  
Ffrwythau Ffres neu Bwdin Siocled Poeth Cartref a Saws Fanila

**DYDD MERCHER**  
Cyrri Cyw Iâr neu Gyrri Ffacbys  
Reis, Bara Naan a Lysiau Tymhorol  
Ffrwythau Ffres neu Iogwrt a Thafelli Ffrwythau

# Wythnos 3

Wythnos yn cychwyn  
20/9/21, 11/10/21, 1/11/21  
22/11/21, 13/12/21, 3/1/22  
24/1/22, 14/2/22, 7/3/22  
28/3/22

**DYDD LLUN**  
Peli Cig hyfryd Mewn Grefi  
neu Beli Llysieuol Mewn Grefi  
Pasta, Brocoli a Moron  
Ffrwythau Ffres neu Gacen Sinsir Gartref Gyda Chwstad

**DYDD IAU**  
Twrci Rhost neu Ffiled Cworn  
Stwfffin, Tatws Stwnsh a Rhost, Cmysgedd o Lysiau Gwyrdd a Moron  
Ffrwythau Ffres neu Hufen iâ

**DYDD MAWRTH**  
Olwynion Caws Cartref Sgwariau Tatws â Pherlyisiau, Pys a Chorn Melyn  
Ffrwythau Ffres neu Dafelli Ffrwythau ac Iogwrt

**DYDD GWENER**  
Ffiled Eog Mewn Cytew Wedi'i Bobi yn y Ffwrn neu Selsigen Morgannwg  
Tatws Pob, Trionglau Tatws, Ffa Pob  
Ffrwythau Ffres neu Grymbl Afal Cartref Gyda Chwstad

**DYDD MERCHER**  
Pasta Bolognaise Cartref neu Bolognese Llysieuol  
Moron  
Ffrwythau Ffres neu Myffin Cartref a Chwstad



Bwydlen Ysgol Gynradd  
Croeso i'n bwydlen Gall staff roi gwybod am alergenau yn y fwydlen hon ar gais  
Cofiwch gysylltu â ni os oes gan eich plentyn angen dietegol arbenigol; y nod yw rhoi pryd ysgol cytbwys iach i bob disgybl. Mae cyfrif carbohydradau o'r fwydlen ar gyfer y sawl â diabetes ar gael ar gael Fel dewis amgen i'rprif bryd dewsiwch y

[www.bigfreshcatering.co.uk](http://www.bigfreshcatering.co.uk)

