

DYDD LLUN

DYDD MAWRTH

DYDD MERCHER

DYDD IAU

DYDD GWENER

Cyri Cyw Iâr Thai Coch
 Reis Cyflawn*
 Bara Naan
 Pys
 Byrgyr Llysieuol Ffa Llygad Du
 Lletemau Cajun (dim olew)
 Salad Torri Torri

Selsig Porc, Tatws Potsh a Grefi Wynwyn Coch
 Brocoli
 Caws Blodfresych Mwg
 Bara Garlleg* (dim olew)
 Corn ar y Cob

Twrci Rhost
 Tatws Rhost
 Moron
 Grefi
 Enchilada Tatws Melys a Ffa Du
 Lletemau Paprika
 Pys

Pastai Bwthyn
 Bresych
 Brocoli
 Quesadilla Llysiau a Ffa
 Reis Tomato a Pherlysiau
 Ffa Pob

Ffiled Pysgodyn mewn Cytew
 Sglodion
 Pys
 Byrgyr Llysieuol Chwarter Pwys
 Sglodion
 Corn ar y Cob

Potiau Ffrwyth Ffres

Cracnel Afal

Potiau logwrt gyda Ffrwyth

Pastai Afal a Mwyar Du

Browni Siocled



WYTHNOS 2

DYDD LLUN

Cyw Iâr Cajun gyda Salsa

Reis Cyflawn*

Brocoli

Bara Garlleg* (dim olew)

Rap Halloumi a Llysiau
Rhost

Lletemau Paprika (dim
olew)

Ffa Pob

Salad Ffrwythau Ffres

DYDD MAWRTH

Pot Cyw Iâr a Madarch
Hufennog

Lletemau Cajun (dim
olew)

Bresych

Mac a Chaws Garlleg a
Pherlysiâu gyda Thopin
Wynwyn Crisb

Bara Garlleg* (dim olew)

Llysiau Gwyrdd Deheuol

Pastai Afal a Mwyar Du

DYDD MERCHER

Selsig Porc, Tatws Potsh a
Grefi Wynwyn Coch

Moron

Enchilada Tatws Melys a
Ffa Du

Lletemau Garlleg a
Pherlysiâu Pob (dim
olew)

Pys

Fflapjac Ffrwythog

DYDD IAU

Korma Cyw Iâr

Reis Pinafal

Bara Naan

Brocoli

Byrgyr Quorn a Chaws
Bara Garlleg* (dim olew)

Corn ar y Cob

Crymbl Eirin Gwlanog

DYDD GWENER

Teisen Bysgod Eog***

Sglodion (olew)

Pys

Pati Selsig Quorn a
Chaws

Sglodion (olew)

Pys

Teisen Foron



WYTHNOS 3

DYDD LLUN

Chilli Eidion

Reis Melyn
Mecsicanaidd*

Ffa Gwyrdd

Sgiwer Barbeciw Quorn a
Llysiau

Bara Garlleg* (dim olew)

Llysiau Gwyrdd Deheuol

Lletemau Melon Dŵr

DYDD MAWRTH

Tikka Masala Cyw Iâr

Reis Cyflawn*

Salad Llysiau Crynsiog

Bara Naan

Byrgyr Ffa a Tatws Melys

Reis Carnifal

Slô Corn

Crymbl Eirin Gwlannog

DYDD MERCHER

Eidion Rhost

Tatws Rhost (olew)

Brocoli

Moron

Grefi

Mac a Chaws Trebl
Llwythog

Bara Garlleg* (dim olew)

Ffa Pob

Browni Siocled

DYDD IAU

Lasagne Eidion

Pys

Bara Garlleg* (dim olew)

Caws a Thatws Pob

Lletemau Paprika (dim
olew)

Salad Torri Torri

Strudel Mefus ac Eirin
Gwlannog

DYDD GWENER

Ffiled Pysgodyn mewn
Cytew

Sglodion (olew)

Pys

Burrito Llysiau a Ffa
Cajun

Sglodion (olew)

Brocoli

Bisged Ceirch

