

BWYDLEN YSGOLION UWCHRADD

MEHEFIN 2024 -
MEHEFIN 2025

DYDD
LLUN

DYDD
MAWRTH

DYDD
MERCHER

DYDD
IAU

DYDD
GWENER

WYTHNOS 1

Prif Fwydlen Gyda phwdin a chwpan o ddiod - £3.10

Cyw-iâr BBQ
Sglodion Cyrliog
Pys ac India-corn
Neu Ffa Pob

Pastai Cig Eidion
Cartref
Thatws wedi'u Berwi
Neu Dalpau Tatws
Ffa Gwyrdd
a Llysiau Cymysg
Grefi

Selsig
Thatws Stwnsh
Moron
A Brocoli
Grefi

Cyri'r Dydd
Reis Brown
Neu Dalpau Tatws
Bara Naan Bach
Pys

Ffiled o Bysgodyn
Sglodion Pob
Neu Daten Bob
Ffa Pob
Neu Bys o'r Ardd

Dewis Llysieuol Gyda phwdin a chwpan o ddiod - £3.10

Peli Fegan Sbeislyd
Sglodion Cyrliog
Pys ac India-corn
Neu Ffa Pob

Caws a Thatws
wedi'u Pobi
Ffa Gwyrdd
a Llysiau Cymysg

Selsig Llysieuol
Thatws Stwnsh
Moron
A Brocoli
Grefi

Cyri Llysieuol y Dydd
Reis Brown
Neu Dalpau Tatws
Bara Naan Bach
Pys

Ffalaffel Morocaidd
Sglodion Pob
Neu Daten Bob
Ffa Pob
Neu Bys o'r Ardd

Pwdin

Pwdin Efa a
Chwstard

Cacen Siocled a
Bitrwden gyda Haen
Hufennog

Cwci Coco

Cacen dyp eirinen
wlanog

Hufen lâ a Ffrwythau

WYTHNOS 2

Prif Fwydlen Gyda phwdin a chwpan o ddiod - £3.10

Byrgyr Cig Eidion
Americanaidd
Mewn Rhôl Brioche
Sglodion Cyrliog
Phys, Colslô
Salad Tymhorol
Neu Ffa Pob

Gamwn Cig Moch
Thatws wedi'u Berwi
Llysiau Cymysg
A Ffa Gwyrdd
Saws Persli

Brest Cyw-iâr
Thatws Stwnsh
Blodfresych, Brocoli,
Moron
Grefi

Cyri'r Dydd
Reis Brown
Neu Dalpau Tatws
Bara Naan Bach
Pys

Ffiled o Bysgodyn
Sglodion Pob
Ffa Pob
Neu Bys

Dewis Llysieuol Gyda phwdin a chwpan o ddiod - £3.10

Byrgyr Quorn
Mewn Rhôl Brioche
Sglodion Cyrliog
Phys, Colslô
Salad Tymhorol
Neu Ffa Pob

Blodfresych a Brocoli
Cawslyd
Thatws wedi'u Berwi
Llysiau Cymysg
A Ffa Gwyrdd

Brest Quorn
Thatws Stwnsh
Blodfresych, Brocoli,
Moron
Grefi

Cyri Llysieuol y Dydd
Reis Brown
Neu Dalpau Tatws
Bara Naan Bach
Pys

Pastai Caws a Thatws
Ffa Pob
Neu Bys

Pwdin

Darn o bwddin Melba

Cacen Marblis gyda
Saws Coco

Sgon Jam a Hufen

Cacen Siocled ac Oren
gyda Haen Hufennog

Cwci Coco

Ar gael yn ddyddiol: Amrywiaeth o Ffrwythau Ffres, logwrt, Tatws pob ar gael gydag amrywiaeth o lenwadau, Saladau ar blât, Potiau
Salad Ffres, Potiau Pasta Oer, Dysglau Pasta Twym, Pitsas, dewisiadau parod i gludo ymaith.
Salad tymhorol ychwanegol ar gael gyda phob prif gwrs.
Gallwn ni hefyd ddarparu ar gyfer deietau, fegan a meddygol.
Mae ein prydau'n cydymffurfio â gofynion rheoliadau Safonau a Gofynion Maeth Llywodraeth Cymru.

GWASANAETHAUARLWYO@RCTCBC.GOV.UK

WWW.RCTCBC.GOV.UK/ARLWYO