

Bwydlen Gwanwyn 2021

 Pŵer Planhigion Ychwanegol

 Fegan

 Gwenith Cyflawn

	Dydd Llun	Dydd Mawrth	Dydd Mercher	Dydd Iau	Dydd Gwener	
Wythnos Un	Opsw'n 1	Caws Macaroni 	Selsig gyda Tatws Stwnsh ac grefi	Rhôt Cyw Iâr gyda Stwfin, Tatws Rhôt a Grefi	Tikka Cyw Iâr gyda Reis 50/50  	Bysedd Pysgod/Bysedd Pysgod Eog gyda Sgloadion
	Opsw'n 2	Tatws trwy'i Chroen gyda Caws, Ffa Pôb neu Tiwna	Pasta mewn Saws Tomato neu Tiwna	Pasta mewn Saws Caws	Tatws trwy'i Chroen gyda Cyri, Caws neu Ffa Pôb	Pasta gyda Saws Tomato
	Opsw'n 3	Bolognaise Llysieuol gyda Sbageti 	Selsig Llysieuol gyda Tatws Stwnsh a Grefi 	Wellington Llysieuol gyda Tatws Rhôt a Grefi 	Cyri Corbys a Tatws Melys gyda Reis 50/50  	Quiche Gwenith Cyflawn Caws a Tomato gyda Sgloadion 
	Llysiau	Moron Pys	Bresych Brocoli	Stwnsh Rwdan a Moron	Blodfresych Moron	Ffa Pôb Pys
	Pw'din	Spwnj Syrop gyda Chwstard	Teisen Pinafal	Ffrwythau Ffres a logwrt	Afal Caws a Bisgedi	Cwci Coco Siocled
Dewi o logwrt neu Ffrwythau Ffres yn Ddyddiol						

Ar gael bob dydd:

- Tatws trwy'u crwyn ffres gyda dewis o dopings (lle hysbysebwr)
- Bara wedi'i bobi ar y safle bob dydd
- Dewis dyddiol o salad

Wythnos Dau	Opisw'n 1	Rôl Selsig gyda Thalpiaau Tatws	Chilli Mecsicanaidd Cig Eidion with Reis 50/50 	Rhôt Twrci gyda Tatws Rhôt a Grefi	Pizza Eog gyda Thalpaau Tatws	Pysgodyn Cytew gyda Sgloadion
	Opisw'n 2	Tatws trwy'i Chroen gyda Caws, Ffa Pôb neu Tiwna	Tatws trwy'i Chroen gyda Chilli, Caws neu Tiwna	Pasta mewn Saws Caws	Pasta gyda Saws Tomato, Caws neu Tiwna	Tatws trwy'i Chroen gyda Caws neu Ffa Pôb
	Opisw'n 3	Pasta Llysiau a Thomato 	Hotpot Llysieuol 	Rhôt Quorn gyda Tatws Rhôt ac Grefi 	Cyri Gwygbys gyda Reis 50/50  	Olmed Gaws gyda Sgloadion
	Llysiau	India Corn Brocoli	Pys Moron	Llysiau Cymysg Ffres	Colslo Salad Cymysg	Ffa Pôb Pys
	Pw'din	Crymbyl Ceirch Afal a Chwastard 	Teisen Siocled gyda Saws Siocled	Ffrwythau Ffres o logwrt	Sleisen Gellyg a Sinsir	Teisin Beffro Oren a Lemwn 
Dewis o logwrt a Ffrwythau Ffres yn Ddyddiol						

GWYBODAETH ALERGEDDAU:

Os oes gan eich plentyn alergedd neu anoddefiad, gofynnwch i aelod o'r fim arlwy am wybodaeth. Os yw eich plentyn yn cael cinio ysgol a chanddynt alergedd neu anoddefiad, gofynnir i chi gwblhau ffurflen i sicrhau fod gennym yr wybodaeth angenrheidiol i weini ar eich cyfer. Rydym yn defnyddio amrywiaeth eang o gynhwysion wrth baratoi ein bwydydd ac oherwydd natur ein ceginau, nid yw'n bosib cael gwared yn llwyr â'r perygl o draws-halgiad.

Wythnos Tri	Opisw'n 1	Bwrgwr mewn Rol gyda Thalpiaau Tatws	Pei Cyw Iâr a India Corn gyda Tatws Newydd ac Grefi	Rhôt Porc gyda Tatws Rhôt a Grefi	Pei Bwythyn gyda Grefi 	Bysedd Pysgod gyda Sgloadion
	Opisw'n 2	Pasta mewn Saws Caws neu Tiwna	Pasta mewn Saws Tomato neu Tiwna	Pasta gyda Saws Caws, Caws neu Tiwna	Tatws Trwy Chroen gyda Caws, Ffa Pob neu Tiwna	Pasta mewn Saws Tomato, Tuna neu Caws
	Opisw'n 3	Tatws trwy'i Chroen gyda Ffa Pob BBQ 	Chilli Ffa gyda Reis 50/50 	Stac Tatws a Courgette gyda Tatws Rhôt 	Pasta Brocoli ac Caws wedi Pobi	Rol Ffa Fegan Mecsicanaidd gyda Sgloadion 
	Llysiau	Colslo Salad Cymysg	India Corn Brocoli	Pys Blodfresych	Ffa Gwyrdd Moron	Ffa Pôb Pys
	Pw'din	Cwci Ceirch  	Spwnj Fanana a Chwstard	Ffrwythau Ffres a logwrt	Browni Siocled ac Mandarin	Erin Gwlanod ac Hufen Iâ
Dewis o logwrt neu Ffrwythau Ffres yn Ddyddiol						