

# BETH SYDD I GINIO **HYDREF**

**caterlink**  
bwydo'r dychymyg

**AR GAEL BOB DYDD...**

Bara Cartref, dewis o wahanol salad ac ffrwythau ffres

Os ydych chi neu eich plantyn gyda alergedd neu anoddwlad bwyd, gofynnwch i seolod o'n tîm arwyb am wybodaeth. Rydym yn gobeithio bod eich plantyn yn mwynhau ein bwydiannau newydd!

**CADW MEWN CYSYLLTIAD**

Mae eich sylwadau yn bwysig i ni ac rydym yn gwerthfawrogi eich adborth.  
[www.mycaterlink.co.uk/iacc](http://www.mycaterlink.co.uk/iacc)

**DIWRNODAU THEMA'R TYMOR DIWRNOD DIOLCHGARWCH AC NADOLIG**



		Dydd Llun	Dydd Mawrth	Dydd Mercher	Dydd Iau	Dydd Gwener
<b>Wythnos 1</b>	<b>Prif</b>	Pitsa Caws gyda Hanner Taten Trwy'i Crwyn	Pasta wedi ei bobi gyda Cyw Iâr a Bara Garleg	Rhöst Ham gyda Tatws Stwnsh a Grefi	Lobscows gyda Bara Ffres	Fishwich gyda Sglodion
12 Tach 03 Rhag	<b>Prif 2</b>	Pasta gyda detholiad o dopins	Taten trwy'i crwyn gyda detholiad o dopins	Pasta gyda detholiad o dopins	Taten trwy'i crwyn gyda detholiad o dopins	Pasta gyda detholiad o dopins
	<b>Llyisiau</b>	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Ffa Pôb neu Pys
	<b>Pwddin</b>	Crymbl Ffrwyth a Chwstard neu Ffrwythau Ffres	Pei Afal gyda Hufen Iâ neu Ffrwythau Ffres	Pwddin Reis gyda Eirin Gwlanog neu Ffrwythau Ffres	Pwddin Efa gyda Chwstard neu Ffrwythau Ffres	Browni Siocled a Bety neu Ffrwythau Ffres
<b>Wythnos 2</b>	<b>Prif</b>	Pasta a Saws Tomato gyda cynnig o Thiwna neu Eog	Pastai Cyw Iâr gyda Thatws Stwnsh a Grefi	Cig Eidion Rhöst gyda Tatws Rhöst, Swydd Efrog a Grefi	Ensiladas Cyw Iâr gyda Reis	Bwrgwr Cig Eidion gyda Sglodion
19 Tach 10 Rhag	<b>Prif 2</b>	Taten trwy'i crwyn gyda detholiad o dopins	Pasta gyda detholiad o dopins	Pasta gyda detholiad o dopins	Taten trwy'i crwyn gyda detholiad o dopins	Pasta gyda detholiad o dopins
	<b>Llyisiau</b>	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Ffa Pôb neu Pys
	<b>Pwddin</b>	Triongl Oren neu Ffrwythau Ffres	Torth Pinafal gyda Chwstard neu Ffrwythau Ffres	Sgwâr Ceirch Siocled a Fanana neu Ffrwythau Ffres	Cwci Siocled neu Ffrwythau Ffres	Teisen Berffro gyda Hufen Iâ neu Ffrwythau Ffres
<b>Wythnos 3</b>	<b>Prif</b>	Selsig gyda Tatws Stwnsh a Grefi	Spagheti Bolognaise gyda Bara Garleg	Porc Rhöst gyda Stwffin, Tatws wedi'i falu a Grefi	Cyri Cyw Iâr gyda Reis	Bysedd Pysgod Eog neu Bysedd Pysgod gyda Sglodion
05 Tach 26 Tach	<b>Prif 2</b>	Pasta gyda detholiad o dopins	Taten trwy'i crwyn gyda detholiad o dopins	Pasta gyda detholiad o dopins	Taten trwy'i crwyn gyda detholiad o dopins	Pasta gyda detholiad o dopins
17 Rhag	<b>Llyisiau</b>	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Llyisiau Tymhorol	Ffa Pôb neu Pys
	<b>Pwddin</b>	Teisen Ffrwyth ben i lawr gyda Chwstard neu Ffrwythau Ffres	Bara Brith neu Ffrwythau Ffres	Cacen Foron gyda Hyfen Iâ neu Ffrwythau Ffres	Teisen Siocled gyda Saws Siocled neu Ffrwythau Ffres	Flapjac Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres