






WYTHNOS 1

WYTHNOS 2

WYTHNOS 3

DYDD LLUN	DYDD MAWRTH	DYDD MERCHER	DYDD IAU	DYDD GWENER
WYTHNOSAU'N DECHRAU: 06 ION / 27 ION / 24 CHWE / 16 MAW				
Pitsa Caws a Tomato (LI) 	Omlod gydag wyau maes (LI) Pasta Cyw Iâr Pôb	Korma Cyw Iâr Cartref Korma Llysieuol (LI) Bysedd Pysgod Eog 	Cig Eidion Rhost Selsig Quorn (LI) 	Bysedd pysgod Bysedd Llysiau (LI) 
Trionglau Tatws Pys Ffa Pob	Tost Ffa Pob Caws Salad	Reis Tatws Newydd Bara Naan Brocoli	Pwdin Efrog Tatws Newydd/Tatws Hufenog Moron/Pys Grefi	Sglodion Tatws Pys Ffa Pob
Myffin Siocled Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Crymbl Afal a Sinamon gyda Chwstard Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Cwci Ceirch a Ffrwythau Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Rholyn Hufen Iâ Mafon gydag Oren Mandarin Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Sbwng Cnau Coco a Chwstard Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel

WYTHNOSAU'N DECHRAU: 13 ION / 03 CHWE / 02 MAW / 23 MAW				
Peli Cig Porc Peli Llysiau mewn Saws Tomato (LI)	Selsig Porc Selsig Quorn (LI) 	Balti Cyw Iâr Cartref Balti Llysieuol (LI) Bysedd Pysgod Eog 	Ffiled Cyw Iâr Ffiled Quorn (LI) 	Tameidiau Pysgod Nýgets Llysiau (LI) 
Pasta Llysiau Cymysg	Tatws Stwnsh Moron Pys Grefi	Reis Bara Naan Tatws Newydd Corn melys	Tatws Rhost Moron Brocoli Grefi	Sglodion Tatws Pys
Browni Siocled Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Pwdin Reis ac Aeron Cymysg Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Myffin Banana a Rhesins Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Fflapjac Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Crymbl Afal a Mwyar Duon gyda Chwstard Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel

WYTHNOSAU'N DECHRAU: 20 ION / 10 CHWE / 9 MAW / 30 MAW				
Bygyr Caws mewn Bynsen Bygyr Caws Quorn mewn Bynsen (LI)	Pasta Bolognaise Pasta Bolognaise Llysieuol (LI) 	Tikka Cyw Iâr Cartref Tikka Llysieuol (LI) Bysedd Pysgod Eog 	Brest Twrci Rhost Ffiled Quorn (LI) 	Morlas mewn Cytew Llysiau Cefn Gwlad Pôb (LI) 
Trionglau Tatws Pys	Llysiau Cymysg Salad	Reis Bara Naan Tatws Newydd Pys	Tatws Hufenog/Tatws Newydd Moron/Brocoli Grefi	Sglodion Tatws Pys Salad
Myffin Mafon Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Sbwng Siocled a Chwstard Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Jeli a Hufen Iâ gyda Sleisys Eirin Gwlanog Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Cacfen Creision Yd Siocled Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel	Pwdin Efa â Chwstard Ffrwythau Ffres Iogyrt Braster Isel

• LI yn dangos Opsiwn Llysieuol

Ar gael bob dydd:

- Tatws trwy'u crwyn wedi'u llenwi, brechdanau, bagéts a photiau pasta
- Llund lle o lysiau #pŵerllysiau
- Darn ychwanegol o ffrwyth
- Basged fara



Mae bwyd môr gyda'r marc hwn wedi dod o bysgodfa sydd wedi'i hardystio'n annibynnol i safon MSC sy'n dangos ei bod yn bysgodfa gynaliadwy wedi'i rheoli'n dda

