

WYTHNOS 1

DYDD LLUN

Burritos Cig Eidion
Cyri Tatws Melys a Sbigoglys
Reis Llysiau Grawn Cyflawn neu Letemau o Datws
Salad yr Ardd, Brocoli ac India-corn
Salad Ffrwythau Ffres neu logwrt Ffrwythau

DYDD MAWRTH

Pastai Cyw lâr, Ham a Chennin
Selsig Llysiau
Tatws wedi'u Berwi
Coleslaw Trwchus, Salad Cymysg a Ffa Gwyrdd
Banana ar ben Crempogau

DYDD MERCHER

Porc Rhost a Stwffin a Saws Afalau
Pastai Bwthyn Llysiau a Chorbys
Tatws Hufennog
Bresych, Moron a Blodfresych
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD IAU

Pastai Caws a Thatws, Cig Moch a Ffa Pob
Peli Llysiau mewn Saws Tomato
Pasta
Brocoli a Phys yr Ardd a Llysiau Cefn Gwlad
Teisen Sbwnj Mafon ac Eirin Gwlannog a Chwstard

DYDD GWENER

Ffiled o Bysgodyn mewn Bynsen
Dipyr Quorn
Taten Bob neu Sglodion Tatws
Salad yr Ardd, Indi-corn bach a Ffa Gwyrdd
Lletemau o Ffrwythau Ffres neu logwrt Ffrwythau

WYTHNOS 2

DYDD LLUN

Pitsa wedi'i Lwytho â Llysiau
Llysiau Sur a Melys
Nwdls neu Datws wedi'u Deisio
Llysiau Tro-ffrio, Pys yr Ardd a Salad Gwyrdd
Crymbl Afalau a Chwstard

DYDD MAWRTH

Mac a Chaws Brocoli
Byrger Llysiau Steil De America
Lletemau o Datws neu Daten Bob
Coleslaw'r Enfys, India-corn a Salad
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD MERCHER

Cyw lâr Rhost a Stwffin
Pastai Llysiau'r Ardd
Tatws wedi'u Berwi
Bresych Gwyrdd, Moron a Swêds
Browni Siocled gyda Darnau o Afal

DYDD IAU

Selsig wedi'u Pobi yn y Ffwrn gyda
Phwdin Swydd Efrog
Ffiled o Quorn
Tatws Hufennog
Brocoli, Ffa Gwyrdd, Moron
Salad Ffrwythau Ffres neu logwrt Ffrwythau

DYDD GWENER

Cyw lâr Tikka
Cŵn Poeth Llysieuol
Reis Llysiau neu Sglodion Tatws
India-corn, Brocoli a Salad
Teisien Fach Banoffi

WYTHNOS 3

DYDD LLUN

Bolognese Cig Eidion
Byrgyr Falafel
Taten Bob neu Basta
Pys o'r Ardd, India-corn a Salad
Salad Ffrwythau Ffres neu logwrt Ffrwythau

DYDD MAWRTH

Tiwna a Chaws wedi Toddi
Pasta Brocoli a Tomato
Tatws wedi'u Deisio â Pherlysiau neu Daten Bob
Llysiau Cymysg o Gefn Gwlad, Coleslaw
Sleisen o Deisen Sbwnj Siocled Oren

DYDD MERCHER

Twrci Rhost a Stwffin
Selsig Llysiau
Tatws wedi'u Berwi
Pys yr Ardd, Brocoli a Moron
logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD IAU

Peli Cig Sawrus mewn Saws Tomato
Fajita Llysiau
Pasta neu Reis Sawrus
India-corn Bach, Pys yr Ardd a Salad
Pwddin Reis Trofannol

DYDD GWENER

Ffiled o Bysgodyn mewn Cytew
Cyri Blodfresych a Phuprynnau Coch
Sglodion Tatws neu Reis Llysiau
Brocoli, Coleslaw a Salad
Lletemau o Ffrwythau Ffres neu logwrt Ffrwythau