



ENW:

YSGOL:

**ALERGEDD:
Heb Glwten**

**Hefyd ar gael
yn ddyddiol:**

Ffrwythau Ffres
logwrt
Llaeth Hanner Skim
Dŵr

BWYDLEN GYNRADD

WYTHNOS 1

WYTHNOS 2

WYTHNOS 3

DYDD LLUN

Bysedd Pysgod heb glwten
Ciwbiau Tatws
Ffa Pob, India-corn, Pys Gardd, Salad

Sbwng Mafon ac Eirin Gwlanog di-laeth heb glwten
a Chwstard

DYDD LLUN

Omled Bach gyda Selsig Porc heb glwten
Talpiau Tatws neu Reis Llysiau
Ffa Pob, Pys Gardd, Salad

Sbwng Eve heb glwten a Chwstard

DYDD LLUN

Bysedd Pysgod heb glwten
Taten Bob neu Tatws Sauté
Pys Gardd, India-corn, Brocoli, Salad

Brownies Afal Taffi heb glwten gyda darnau o Ffrwythau

DYDD MAWRTH

Bolognaise Cig Eidion
Pasta heb glwten neu Dapiau Tatws
Llysiau Cymysg, Brocoli, Salad

logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD MAWRTH

Belen Planhigion Llysiau mewn Saws Tomato
Pasta heb glwten neu Giwbiau Tatws
Brocoli, Pys Gardd, India-corn, Salad

logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD MAWRTH

Byrger Llysiau Deheuol (dim rholyn bara)
Talpiau Tatws
Llysiau Cymysg, Pys Gardd, India-corn, Salad

logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD MERCHER

Twrci Rhost a Stwffin mewn Grefi heb glwten
Tatws wedi'u Berwi neu Hufennog
Bresych Gwyrdd, Moron a Chiwbiau Swêd

Jeli gyda Chwyrlio Mefus

DYDD MERCHER

Porc Rhost a Saws Afal mewn Grefi heb glwten
Tatws wedi'u Berwi neu Hufennog
Ffa Gwyrdd, Swêd a Broccoli

Pwdin Reis Trofannol

DYDD MERCHER

Cig Eidion Rhost gyda Grefi heb glwten
Tatws wedi'u Berwi neu Hufennog
Bonion Moron, Bresych, Swêd

Hufen lâ gyda Thalpiaau Ffrwythau

DYDD IAU

Pastai Bwthyn Llysiau a Ffacbys
Tatws wedi'u Berwi neu Hufennog
Moron, Pys Gardd, Brocoli, Salad

logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD IAU

Ffiled Cyw lâr mewn Grefi heb glwten
Neu Gaserol Llysiau
Tatws wedi'u Berwi neu Hufennog
Moron, Bresych, Llysiau'r Wlad, Salad

logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD IAU

Pastai Llysiau Gardd
Tatws wedi'u Berwi neu Hufennog
Ffa Pob, Moron, Pys Gardd

logwrt Ffrwythau neu Ffrwythau Ffres

DYDD GWENER

Bysedd Pysgod heb glwten
Reis Llysiau neu Sglodion Tatws
Llysiau Cymysg, India-corn, Brocoli, Salad

Mandarin a Sbwng ar ei ben heb glwten

DYDD GWENER

Selsig Porc heb glwten
Taten Bob neu Sglodion Tatws
India-corn Bach, Llysiau Cymysg, Salad

Myffin Ffrwythau heb glwten

DYDD GWENER

Tikka/Korma Cyw lâr
Reis Llysiau neu Sglodion Tatws
Brocoli, India-corn, Pys Gardd, Salad

Jeli Mefus gyda Chwyrlio Mefus

Cyngor Bwrdeistref Sirol

Yn ymgyrchu ar ymgyrchu
hont ar Ogwr
DIM OND Y
BWYD A NODIR
AR Y FWYDLEN
HON SYDD I'W
GWASANAETHU
BRIDGEND
County Borough Council