

BWYDLEN YSGOLION CYNRADD 2016-17

	LLUN	MAWRTH	MERCHER	IAU	GWENER
WYTHNOS 1	BYSEDD PYSGOD PASTAI CAWS A THATWS (v) FFA POB TATWS HUFEN CACEN SIOCLED OREN GYDA CHWSTARD SIOCLED	LASAGNE CIG EIDION LASAGNE LLYSIAU (v) PYS GARDD BARA GARLLEG JELI A HUFEN IÂ	PORC RHOST A SAWS AFAL NEU CIG OEN WEDI'I ROSTIO A SAWS MINTYS BROCOLI A CHAWS WEDI POBI (v) BROCOLI, MORON A GREFI TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN SALAD FFRWYTHAU A THOPIN HUFEN	CYRRI TWRCI CARTREF CYRRI LLYSIAU CARTREF (v) INDIA CORN REIS A BARA NAAN SGON JAM GYDA LLEFRITH	WRAP CYW IÂR WRAP FFA BBQ (v) SALAD A BETYS COCH SGLODION / TATEN BOB IOGWRT A DARNAU FFRWYTH
WYTHNOS 2	SELSIG PORC SELSIG LLYSIEUOL (v) PYS GARDD TATWS HUFEN A GREFI NIONOD MYFFIN JAM A HUFEN GYDA LLEFRITH	BOLOGNAISE CIG EIDION BOLOGNAISE QUORN(v) INDIA CORN PASTA SBWNG TAFFI GLUDIOG GYDA CHWSTARD	CIG EIDION WEDI'I ROSTIO SELSIG LLYSIEUOL (v) PWDIN EFROG MORON, PYS GARDD A GREFI TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN PWDIN REIS GYDAG EIRIN GWLANOG	PASTAI CIG OEN MINTYS PASTAI LLYSIAU (v) BROCOLI TATWS HUFEN A GREFI SGWARIAU KRISPIE	CACEN BYSGOD EOG RISOL CENNIN A THATWS (v) FFA POB SGLODION / TATEN BOB CACEN GAWS GYDA COULIS MEFUS
WYTHNOS 3	BYSEDD PYSGOD PASTAI CAWS A THATWS (v) FFA POB TATWS HUFEN BISGED SIOCLED GYDA LLEFRITH	KORMA CYW IÂR KORMA LLYSIAU (v) PYS GARDD REIS A BARA NAAN SBWNG JAM GYDA SAWS GWYN	PORC RHOST GYDA STWFFIN CAWS A LLYSIAU WEDI'U POBI (v) MORON, RWDAN A GREFI TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN JELI LEIM A BANANA	PASTAI'R BWTHYN NEU BUGAIL PASTAI QUORN (v) BROCOLI TATWS HUFEN BISGED CEIRCH	SELSIG MEWN RÔL BARA SELSIG LLYSIEUOL MEWN RÔL (v) PYS GARDD A SAWS TOMATO SGLODION / TATEN BOB HUFEN IÂ GYDAG EIRIN GWLANOG A SAWS SIOCLED
WYTHNOS 4	FFILED EOG MEWN BRIWSION BARA RISOL CENNIN A THATWS (v) PYS GARDD AC INDIA CORN TATWS HUFEN A SAWS TOMATO SBWNG OREN A MANDARIN DAENEG GYDA CHWSTARD	CIG EIDION WEDI'I FRWYSIO CASEROL LLUSIEUOL (v) BROCOLI REIS NEU LOBSCOWS A RÔL BARA FFLAPJAC DATYS GYDA LLEFRITH	TWRCI RHOST GYDA STWFFIN BRIWGIG QUORN MEWN GREFI (v) BRESYCH, MORON A GREFI TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN BISGED BERFFRO A DARNAU FFRWYTH	PASTAI PORC A SAETS PASTAI LLYSIAU (v) PYS GARDD TATWS HUFEN A GREFI MYFFIN CRYMBL AFAL	PIZZA CARTREF CAWS A THOMATO FFA POB SGLODION / TATEN BOB CHWIP CHWAP SIOCLED GYDA MANDARIN

Mae diod o ddŵr ar gael i bawb amser cinio. Mae ffrwythau ffres ar gael bob dydd fel dewis yn lle pwdin, a salad ochr yn lle llysiâu. Dylai bara (heb fenyn na margarin) fod ar gael drwy gydol amser cinio. Bydd tatws heb olew yn cael eu cynnig fel dewis yn lle sglodion a thatws rhost. Rydym yn paratôi'r bwyd o'r cynhwysion craidd ac nid ydym yn defnyddio bwydydd y gwyddys eu bod yn cynnwys cynhwysion a addaswyd yn enetig. Gallwn ddarparu ar gyfer diet arbennig ac alergenau bwyd gyda gwybodaeth feddygol. Cysylltwch â Chogydd yr ysgol.

Addysg – Arlwyth : 01286 679195