

Bwydlen Ysgolion Cynradd

2017-2018

WYTHNOS 1

WYTHNOS 2

WYTHNOS 3

WYTHNOS 4

Llun

BŶSEDD PYSGOD
PASTAI CAWS A THATWS (v)
FFA POB
TATWS HUFEN

CACEN SIOCLED OREN
GYDA CHWSTARD SIOCLED

SELSIG PORC
SELSIG LLYSIEUOL (v)
PYS GARDD
TATWS HUFEN A GREFI NIONOD

MYFFIN JAM A HUFEN
GYDA LLEFRITH

BŶSEDD PYSGOD
PASTAI CAWS A THATWS (v)
FFA POB
TATWS HUFEN

BISGEDI OLWYN PIN
GYDA LLEFRITH

DARNAU PYSGOD
RISOL CENNIN A THATWS (v)
PYS GARDD A INDIA CORN
TATWS HUFEN A SAWS TOMATO

SBWNG OREN A MANDARIN
DAENEG GYDA CHWSTARD

Mawrth

PASTA CIG EIDION
CAWS MACARONI (v)
PYS GARDD
BARA GARLLEG

JELI
A HUFEN IÂ

BOLOGNAISE CIG EIDION
BOLOGNAISE QUORN (v)
INDIA CORN
PASTA

SBWNG TAFFI GLUDIOG
GYDA CHWSTARD

KORMA CYW IÂR
KORMA LLYSIAU (v)
PYS GARDD
REIS A BARA NAAN

SBWNG JAM
GYDA SAWS GWYN

CYW IÂR EIDALEG
NEU CIG EIDION MECRICANAIDD
PASTA TOMATO A PHERLYSIAU (v)
FFA GWYRDD
PASTA NEU REIS

FFLAPJAC DATYS
GYDA LLEFRITH

Mercher

PORC RHOST A SAWS AFAL
NEU CIG OEN WEDI'I RHOSTIO A SAWS MINTYS
BROCOLI A CHAWS WEDI POBI (v)
MORON, BROCOLI A GREFI
TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN

CACEN GAWS
GYDA COULIS FFRWYTH

CIG EIDION WEDI'I ROSTIO
GYDA PHWDIN EFROG
SELSIG LLYSIEUOL (v)
MORON, FFA GWYRDD A GREFI
TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN

PWDIN REIS
GYDA EIRIN GWLANOG

PORC RHOST GYDA STWFFIN
CAWS A LLYSIAU WEDI'U POBI (v)
MORON, RWDAN A GREFI
TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN

JELI LEIM
GYDA DARNAU FFRWYTH

TWRICI RHOST GYDA STWFFIN
BRIWGIG QUORN MEWN GREFI (v)
MORON, BRESYCH A GREFI
TATWS RHOST NEU DATWS HUFEN

SGWARIAU
KRISPIE

Iau

CYRRI TWRICI CARTREF
CYRRI LLYSIAU CARTREF (v)
INDIA CORN
REIS A BARA NAAN

BISGED JAM
GYDA LLEFRITH

PASTAI CIG OEN MINTYS
PASTAI LLYSIAU (v)
BRESYCH
TATWS HUFEN A GREFI

BISGED BERFFRO
GYDA DARNAU FFRWYTH FFRES

PASTAI'R BWTHYN NEU BUGAIL
PASTAI QUORN (v)
BROCOLI
TATWS HUFEN

BISGED
CEIRCH

PASTAI PORC A SAETS
PASTAI LLYSIAU (v)
PYS GARDD
TATWS HUFEN A GREFI

MYFFIN
CRYMBL AFAL

Gwener

WRAP CYW IÂR
WRAP FFA BBQ (v)
SALAD A BETYS COCH
SGLODION / TATEN BOB

IOGWRT
A DARNAU FFRWYTH

CACEN BYSGOD EOG
RISOL CENNIN A THATWS (v)
FFA POB
SGLODION / TATEN BOB

CHWIP CHWAP SIOCLED
GYDA MANDARIN

SELSIG MEWN RÔL BARA
SELSIG LLYSIEUOL MEWN RÔL BARA (v)
PYS GARDD A SAWS TOMATO
SGLODION / TATEN BOB

HUFEN IÂ GYDAG EIRIN GWLANOG
A SAWS SIOCLED

PIZZA CARTREF
CAWS A THOMATO (v)
FFA POB
SGLODION / TATEN BOB

SALAD FFRWYTHAU
GYDA THOPIN HUFEN

Mae diod o ddŵr ar gael i bawb amser cinio. Mae ffrwythau ffres ar gael bob dydd fel dewis yn lle pwddin. 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 paratōi'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 – Arlwyath : 01286 679195