

		Bwydlen Cynradd Medi - Hydref 2024		
		Wythnos Un 2 Medi, 23 Medi, 14 Hydref	Wythnos Dau 9 Medi, 30 Medi, 21 Hydref	Wythnos Tri 16 Medi, 7 Hydref
Dydd Llun	Dewis 1	Byrger Cyw Mewn Cytew grawnfwyd/glwten bap grawnfwyd/glwten , Sesami	Pitsa Ham grawnfwyd/glwten , Llaeth	Cig-beli Swlffwr Deuocsid mewn Saws Tomato a Basil
	Dewis 2	Vegan Country Bake grawnfwyd/glwten , Soya mewn bap grawnfwyd/glwten , Sesami	Pitsa Caws grawnfwyd/glwten , Llaeth	Peli Fegan grawnfwyd/glwten , soia , Barlys mewn Saws Tomato a Basil
	gweinir gyda	Lletemau tatws india-corn pys salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Lletemau tatws india-corn Ffa pôb salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Twists pasta grawnfwyd/glwten a bara garlleg grawnfwyd/glwten , Sesami , Mwstard india-corn pys salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)
	Dewis 3	Sbwng Siocled ac Oren grawnfwyd/glwten , Llaeth , Wy , Soia Saws Sioclen Llaeth	CrymbI Afal grawnfwyd/glwten , Soia Cwstard Llaeth	Sbwng Lemon grawnfwyd/glwten , Llaeth , Wy , Soia Cwstard Llaeth
	Pwdin	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd
Dydd Mawrth	Dewis 1	Selsig wedi'i bobi yn y ffwrn grawnfwyd/glwten , Soia , Swlffwr Deuocsid Selsig grawnfwyd/glwten	Cig Eidion Rhost a Phwdin Swydd Efrog grawnfwyd/glwten , Llaeth , Wy Selsig fegan grawnfwyd/glwten	Twrci rhost a stwffin saets ac nionyn grawnfwyd/glwten Pryd Pôb Fegan Gwledig grawnfwyd/glwten , Soia
	Dewis 2	Tatws stwnsh Ffa pôb india-corn salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Tatws stwnsh a grefi Moron Brocoli salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Tatws stwnsh a grefi Moron Ffa Gwyrdd salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)
	gweinir gyda			
	Dewis 3	logwrt Llaeth y Llan Llaeth Dipyrs Afal	logwrt Llaeth y Llan Llaeth Dipyrs Afal	logwrt Llaeth y Llan Llaeth Dipyrs Afal
	Pwdin	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd
Dydd Mercher	Dewis 1	Bolognaise Cig Eidion	Korma Cyw Iâr Llaeth	Sgwâr pysgod grawnfwyd/glwten , Mwstard a physgod
	Dewis 2	Bolognaise Llysiau Soya	Korma Llysiau Llaeth	Nygets Llysiau grawnfwyd/glwten
	gweinir gyda	Twists pasta grawnfwyd/glwten a bara garlleg grawnfwyd/glwten , sesami , Mwstard Llysiau cymysg Brocoli salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Reis wedi'i ferwi a Bara Naan grawnfwyd/glwten india-corn pys salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Hash Browns Ffa pôb pys salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)
	Dewis 3	Cwci Plaen grawnfwyd/glwten , Llaeth , Wyau , Soia Diod Sudd Oren neu Afal	Cwci Siocled grawnfwyd/glwten , Llaeth , Wyau , Soia Diod Sudd Oren neu Afal	Bisged Bara Byr grawnfwyd/glwten , Soia Diod sudd Oren neu Afal
	Pwdin	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd
Dydd Iau	Dewis 1	Twrci rhost a stwffin saets ac nionyn grawnfwyd/glwten Selsig Fegan grawnfwyd/glwten	Porc Rhost a Saws Afal Pryd Pôb Brocoli a Chawsflodfresych Llaeth	Cyw Iâr Rhost a Stwffin Saets a Nionyn grawnfwyd/glwten Pastai Caws a Thatws Llaeth
	Dewis 2	Tatws stwnsh a grefi Moron Ffa Gwyrdd salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	tatws stwnsh a grefi Moron Brocoli salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	tatws stwnsh a grefi Moron Bresych Gwyrdd salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)
	gweinir gyda			
	Dewis 3	logwrt Llaeth y Llan Llaeth Dipyrs Afal	logwrt Llaeth y Llan Llaeth Eirin Gwlanog	logwrt Llaeth y Llan Llaeth Dipyrs Afal
	Pwdin	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd
Dydd Gwener	Dewis 1	Bysedd pysgod grawnfwyd/glwten , pysgod neu fys eog (heb glwten) pysgod	Bysedd pysgod grawnfwyd/glwten , Pysgod neu fys eog (Heb Glwten) pysgod	Bysedd pysgod grawnfwyd/glwten , pysgod neu fys eog (Heb Glwten) pysgod
	Dewis 2	Nygets Llysiau grawnfwyd/glwten	Pryd Pôb Fegan Gwledig grawnfwyd/glwten , Soia	Nygets Llysiau grawnfwyd/glwten
	gweinir gyda	Sglodion neu Pasta grawnfwyd/glwten pys Ffa pôb salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Pasta neu Sglodion grawnfwyd/glwten pys Ffa pôb salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)	Pasta neu Sglodion grawnfwyd/glwten pys Ffa pôb salad ar gael bob dydd Taten bôb ag amrywiol lenwadau (Cyfeiriwch at y Ffeil Arlwyo ynghylch pob Alergedd)
	Dewis 3	Tas Wair Siocled grawnfwyd/glwten , Llaeth Diod Sudd Oren neu Afal	Fflapjac grawnfwyd/glwten a syltanas Diod Sudd Oren neu Afal	Myffin Cacen Foron grawnfwyd/glwten , Llaeth , Wyau , Soia Diod Sudd Oren neu Afal
	Pwdin	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd	ffrwythau ffres ar gael bob dydd