



# Bwydlen Wythnos 1

## Dydd Llun

**Pitsa Caws a Tomato**

**wedi'i weini gyda Thatws wedi'u sglodio a Ffa Pob neu  
Crudities**

## Dydd Mawrth

**Gnocchi mewn Saws Tomato Eidalaid Bonta gyda chaws  
Mozzarella, Broccoli a Phys**

## Dydd Mercher

**Cyri Katsu Cyw iâr neu Gyri Katsu Tatws Melys a  
Blodfresych gyda Reis Basmati, Corn Melys a Ffa Gwyrdd**

## Dydd Iau

**Cig Eidion wedi'i Goginio'n Araf gyda Grefi mewn Pwdin  
Swydd Efrog neu Ddarnau Bach o Quorn gyda Thato  
Stwnsh, Ffa Gwyrdd a Moron**

## Dydd Gwener

**Bysedd Eog neu Dippers Quorn Feganaidd gyda Gwenau  
Bach Tatws McCai, neu India-corn a Phys**

**Bydd pwdinau wythnosol yn amrywio o  
Ffrwythau Ffres, Caws a Chracers, Teisen a Chwstard  
logwrt, Grwstyn Cornflakes, Fflapjac, Cwcis, Hufen Iâ,  
Sleisys Ffrwythau**

## Dydd Llun

**Sêr Pysgod neu Fysedd Di-Bysgod, gyda Tatws Stwnsh, Ffa Pob, neu India-corn a Phys**

## Dydd Mawrth

**Ragu Penne Cig Eidion neu Ragu Penne Llysieuol gyda Moron, Pys a Bara Crystiog**

## Dydd Mercher

**Rhôn Bys Pysgod Mawr neu Rôl Selsig Gardd Feganaidd gyda Chwibiau Tatws a Pherlysiau, Ffa Pob a Phys**

## Dydd Iau

**Twrci wedi'i Rostio neu Selsig Feganaidd gyda Thatws Rhost, Tatws Stwnsh, Cennin a Grefi**

## Dydd Gwener

**Pasta, Tomato a Basil o'r Ffwrn gyda Chaws, Pys, Broccoli a Bara Crystiog**

**Bydd pwdinau wythnosol yn amrywio o Ffrwythau Ffres, Caws a Chracters, Teisen a Chwstard logwrt, Grwstyn Cornflakes, Fflapjac, Cwcis, Hufen Iâ, Sleisys Ffrwythau**



# Bwydlen Wythnos 3

## Dydd Llun

**Bysedd Pysgod Birds Eye neu Fysedd Di-bysgod gyda Ffa Pob a Phys**

## Dydd Mawrth

**Bolognaise Cig Eidion Cartref neu Bolognaise Feganaidd gyda Pasta Twists, Moron, Brocoli a Bara Crystiog**

## Dydd Mercher

**Byrgyr Cig Eidion mewn bwn neu Burger Quorn Feganaidd mewn bwn gyda Thrioglau Tatws, Ffa Pob ac India-corn**

## Dydd Iau

**Darnau Cyw iâr Tew neu Ddarnau Quorn Feganaidd Tew mewn Pwdin Swydd Efrog gyda Thatws Stwnsh, Broccoli, Moron a Grefi**

## Dydd Gwener

**Cacen Pysgod Eog a Thatws Melys neu Dippers Quorn Feganaidd gyda Sglodion, Pys ac India-corn**

**Bydd pwdinau wythnosol yn amrywio o Ffrwythau Ffres, Caws a Chracters, Teisen a Chwstard logwrt, Grwstyn Cornflakes, Fflapjac, Cwcis, Hufen Iâ, Sleisys Ffrwythau**



## **ADDITIONAL INFORMATION**

**Dewisiadau gwahanol i'r brif ddewislen  
Holwch eich Ysgol am Argaeledd  
Tatws drwy'u Crwyn  
gyda Chaws/Tiwna/Ham/Ffa pob/Caws Feganaidd**

**Baguettes / Wraps / brechdanau  
gyda chaws / ham / tiwna / selsig porc / selsig  
feganaidd / bysedd pysgod / bysedd dim pysgod / peli  
cig porc / peli feganaidd.**

**Mae Dewis o Baguettes/Wraps Cig/Feganaidd Poeth ar  
Ddydd Iau.**

**Mae Gwybodaeth Alergenau y fwydlen hon yn cael ei  
chadw yn y Gegin ac mae ar gael ar gais.**

**Cysylltwch â ni os oes gan eich plentyn angen dietegol  
arbenigol; rydyn ni eisiau rhoi pryd ysgol cytbwys ac  
iach i bob disgybl.**

**[www.bigfreshcatering.co.uk](http://www.bigfreshcatering.co.uk)**