

Ein Bwydlen Hydref/Gaeaf 2018/19

Dydd Llun Dydd Mawrth Dydd Mercher Dydd Iau Dydd Gwener

Wythnos 1	Hash Corned Beef â Chrwst o Gaws Wedi'i Weini Gyda Ffa Pob neu Bys	Spaghetti Bolognaise Wedi'i Weini gyda Moron a Bara Garleg	Cyw Iâr Rhost gyda Stwffin, Tatws Rhost a Thatws wedi'u berwi, Llysiau Tymhorol Grefi	Bysedd Pysgod, Wedi eu Gweini gyda Thatws Deisiog, a Phys a Chorn Melys	Pizza Caws a Tomato Wedi'i Weini gyda Sgloadion a Salad
	Crymbl afal a riwbob a chwstard	Pwddin Efa Wedi'i Weini gyda Chwstard	Chwyrll Siocled â Banana	Sbwng Siocled a Mandarin Wedi'i Weini gyda Hufen	Hufen Iâ Fanila Wedi'i Weini gydag Eirin Gwlanog
Wythnos 2	Lapiad Nwdls Cyw Iâr Wedi'i Weini gyda Salad	Eog Glân Môr (Eog mewn cyteu halen a finegr) Wedi'i Weini gyda Thatws Stwnsh a phys neu Ffa Pob	Selsig Rost gyda Phwddin Efrog, Tatws Rhost a Thatws Wedi Berwi, Llysiau Tymhorol a Grefi	Pastai'r Bwthyn Wedi'i Weini gyda Brocoli a Moron a Grefi	Byrger Cig Eidion mewn Rhôl Wedi ei Weini gyda Sgloadion a Salad
	Cacen Bety's Siocled Wedi'i Gweini gyda Chwstard	Crymbl Afal Wedi'i Weini gyda Chwstard	Jeli Ffrwyth a Bisged	Cacen Foron Wedi'i Gweini gyda Chwstard	logwrt wedi Rhewi gyda Ffrwythau a Hufen
Wythnos 3	Korma Cyw Iâr Cartref Wedi'i Weini gyda Reis a Salad	Pasta Bolognaise Pob Wedi'i Weini gyda Bara Garleg a Salad	Twrcci Rhost gyda Stwffin Tatws Rhost ac Wedi Berwi, Llysiau Tymhorol Grefi	Peli Cig Eidion mewn Grefi Wedi'u Gweini gyda Thatws Stwnsh a Llysiau Tymhorol	Filed o Bysgodyn mewn Briwsion Wedi'i Gweini gyda Sgloadion a Phys
	Cacen Fanana a Chnau Coco Wedi'i Gweini gyda Chwstard	Pwddin Taffi Gludiog Wedi'i Weini gyda Chwstard	Picen ar y Maen a Laeth	Crymbl 3 Ffrwyth Wedi'i Weini gyda Chwstard	Hufen Iâ Fanila gyda Sleisys Pinafal



Bagét , Taten Bob neu Wrap Tortilla dewis o Gigoedd, Caws, Tiwna, Wÿ, Ffa Pob ac Amrywiaeth o Salad

Yn lle'r pwddin mae Ffrwythau Ffres, logwrt neu Gaws a Bisgedi ar gael

Tachwedd 2018

Rhagfyr 2018

Ionawr 2019

Chwefror 2019

Mawrth 2019

Ebrill 2019

M	T	W	T	F
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
26	27	28	29	30

M	T	W	T	F
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21

M	T	W	T	F
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30	31	1

M	T	W	T	F
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22

M	T	W	T	F
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

M	T	W	T	F
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12

[Arlwyo ar gyfer Dietau Meddygol/Alergeddau Bwyd](#)

Gellir teilwra ein Bwydlen i ddarparu ar gyfer Llysfwyntawyr/ Cyflirau Meddygol sydd angen diet arbennig, fel clefyd coeliag neu alergedd bwyd. Cysylltwch â'r Swyddfa Arlwyo ar 01633 647723 i drafod gofynion eich plentyn neu ewch i Dudalen We Torfaen i gael mwy o wybodaeth.

Gwneir pob ymdrech i gynnig y dewisiadau cywir o ran cydbwysedd i'n cwsmeriaid ond ni allwn sicrhau y bydd pob dewis ar gael tan ddiwedd y cyfnod gweini.