

## Prydau Ysgolion Cynradd Wythnos 2

Dewiswch eich prif bryd eich hun a rhywbeth ar yr ochr bob dydd

### Dydd Llun

#### Prif bryd

Ci Poeth gyda Winwns a Sôs Coch

Pasta Tomato Pob gyda Bara Garleg

Goujons Pysgod *(heb eu ffrio)*

#### Ar yr ochr

Talpiau tatws *(heb eu ffrio)* neu datws stwnsh a dewis o bys, colslô neu far salad

#### Pwddin

Fflapjac Mefus

### Dydd Mawrth

#### Prif bryd

Cyri neu Giw Iâr Barbeciw

Blodfresych-mewn Caws

Panini caws Cymreig wedi'i dostio

#### Ar yr ochr

Reis, nwdls neu giwbiau tatws perlysiog *(heb eu ffrio)* a dewis o india-corn ar y cobynd, llysiâu cymysg neu far salad

#### Pwddin

Ffrwythau gyda Hufen Lâ

### Dydd Mercher

#### Prif bryd

Twrci Rhost gyda Phwddin Efrog

Pizza Margherita

Baguette Pelenni Cig gyda Saws Barbeciw

#### Ar yr ochr

Tatws rhost sych saets a them, tatws stwnsh neu wedi'u berwi a dewis o foron, bresych, pys neu far salad

#### Pwddin

Jeli blas Ffrwythau

### Dydd Iau

#### Prif bryd

Bys Pysgod Mawr

Macaroni a Chaws

Brechdan wedi'i llenwi

#### Ar yr ochr

Pommes noisettes neu fara caws tomato a garleg a dewis o india-corn, ffa pob neu far salad

#### Pwddin

Sbwng Ffrwythau a Chwstard

### Dydd Gwener

#### Prif bryd

Pelenni Cig Porc

Omlled Caws

Bysedd pysgod penfras ac eog *(heb eu ffrio)*

#### Ar yr ochr

Talpiau tatws *(heb eu ffrio)* neu sglodion crimp a dewis o bys, ffa pob neu far salad

#### Pwddin

Cwci a Ffrwythau

### Ar y Diwrnod

Yn dibynnu ar argaeledd eitemau bwyd, efallai y bydd angen i gogyddion newid eitemau ar y fwydlen. Gall opsiynau prydau gynnwys tatws pob wedi'i llenwi, pasta a saws, brechdanau, baguettes neu dortilas, gyda salad a llysiâu ac yna pwddin.

### Ar Gael Bob Tro

Llaeth Hanner Sgim | Dŵr Yfed | Hanner Tafelli o Fara Cyflawn | logwrtiau

Ffrwyth Ffres | Ffrwythau Tun | Ffrwythau gyda Hufen Iâ

Cynnyrch Cymreig

Opsiwn Llysiuol



Ein Cyflenwyr Cymreig

