



# Prydau Ysgolion Cynradd Wythnos 3

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

## Dydd Llun

### Prif bryd

 Pelenni cig moch mewn saws Tomato a Basil

Nygets Llysiau 

Tatws pob wedi'i lenwi

### Ar yr ochr


Tatws stwnsh neu basta a dewis o bys ac india-corn, colslo cawslud neu far salad



### Pwddin

Browni Datys ac Orenau Gludiog gyda Thalpiau o Oren

## Dydd Mawrth

### Prif bryd

 Rhôl Selsig

 Rafioli mewn Saws Caws 

Goujons Pysgod (*heb ei ffrio*)

### Ar yr ochr

Bara Mecicanaidd neu croquettes tatws a dewis o ffa pob, india-corn neu far salad


### Pwddin


Crymbl Ffrwythau a Chwstard

## Dydd Mercher

### Prif bryd

Cyw Iâr Rhost gyda Phwddin Efrog

Pei Tatws Stwnsh Llysieuol 

Rhôl Selsig Fegan 

### Ar yr ochr

Tatws rhost sych wedi'u pobi yn y ffwrn, tatws stwnsh neu wedi'u berwi a dewis o flodfresych, swejen, pys neu far salad


### Pwddin

Angel Delight

## Dydd Iau

### Prif bryd

Pei Cig Eidion a Grefi

Pizza Margherita 

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

### Ar yr ochr

Ciwbiau tatws perlysiog (*heb eu ffrio*) neu dalpiau tatws (*heb eu ffrio*) a dewis o bys, llysiau cymysg neu far salad


### Pwddin

Crempogen gyda Ffrwythau a Hufen Iâ

## Dydd Gwener

### Prif bryd

Tameidiau Pysgod mewn Briwsion

Pei Tatws a Chaws 

Baguette wedi'i lenwi

### Ar yr ochr

Tatws wedi'u berwi neu sglodion tatws a dewis o bys, ffa pob neu far salad



### Pwddin



Cwci Siocled

## 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 lenwi, pasta a saws, brechdanau, baguettes neu dortilas, gyda salad a llysiau ac yna pwddin.


## Ar Gael Bob Tro


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

 Ffrwyth Ffres | Ffrwythau Tun | Ffrwythau gyda  Hufen Iâ



Ein Cyflenwyr Cymreig

 Cynnyrch Cymreig

 Opsiwn Llysieuol