

WYTHNOS 1	PRIF GYRSIAU	DEWIS LLYSIEUOL	DEWIS AMGEN	PWDINAU
WYTHNOS YN DECHRAU: 25/04/2022 · 16/05/2022 · 13/06/2022 · 04/07/2022				
DYDD LLUN	Ci Poeth, Lletemau Cartref neu Basta ac India-corn	Ci Poeth Morgannwg Cartref, Lletemau Cartref neu Basta ac India-corn	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Crymbl Ffrwythau a Cheirch a Chwstard
DYDD MAWRTH	 Corma Cyw Iâr, Reis, Bara Naan a Llysiau Cymysg neu Rafioli a Chaws, 1/2 Tatws Pob a Llysiau Cymysg	 Corma Llysiau, Reis, Bara Naan a Llysiau Cymysg neu Rafioli a Chaws, 1/2 Tatws Pob a Llysiau Cymysg	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	 Cacen Gaws Ffrwythau
DYDD MERCHER	Twrci Rhost, Stwffin Cartref, Tatws Rhost ac wedi'u Berwi, Moron, Brocoli a Grefi	Caws Blodfresych a Brocoli, Tatws Rhost ac wedi'u Berwi, Moron, Brocoli a Grefi	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Hufen Iâ Cwcis
DYDD IAU	Friwgig Sawrus, Tatws Stwnsh neu Basta, Pys a Grefi	Friwgig Llysieuol Sawrus, Tatws Stwnsh neu Basta, Pys a Grefi	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Sbwng Jaffa a Chwstard
DYDD GWENER	Ffiled Brechdan Bysgod neu fron Cyw Iâr mewn Byn, Sglodion, neu Basta neu datws stwnsh gyda Ffa neu Bys	Pasteian Morgannwg Cartref mewn Byn gyda Sglodion neu Basta neu Datws Stwnsh gyda Ffa neu Bys	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Myffin Ffrwythau

WYTHNOS 2	PRIF GYRSIAU	DEWIS LLYSIEUOL	DEWIS AMGEN	PWDINAU
WYTHNOS YN DECHRAU: 03/05/2022 · 23/05/2022 · 20/06/2022 · 11/07/2022				
DYDD LLUN	Pitsa Hawaiaidd Cartref, Lletemau Cartref neu Basta gyda Ffa neu Bys	Pitsa Caws a Tomato Cartref, Lletemau Cartref gyda Ffa neu Bys	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	 Sbwng Mandarin
DYDD MAWRTH	 Bolonaise Cig Eidion Cartref gyda Bara Garleg a Llysiau Cymysg	 Bolonaise Llysiau Cartref gyda Bara Garleg a Llysiau Cymysg	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	logwrt Ffrwythau a Bisgedi Bara Byr
DYDD MERCHER	Twrci Rhost a stwffin cartref a Thatws Rhost ac wedi'u Berwi, Moron, Ffa Gwyrdd a Grefi	Selsig Morgannwg Cartref a stwffin cartref a Thatws Rhost ac wedi'u Berwi, Moron a Ffa Gwyrdd	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Jeli Ffrwythau a Hufen iâ
DYDD IAU	Peli Cig Eidion mewn Saws Tomato Cartref, gyda Phasta ac India-corn	Peli Llysiau mewn Saws Tomato Cartref, gyda Phasta ac India-corn	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Caceni Siocled Triolgyd
DYDD GWENER	Bysedd Pysgod neu Ffiled Eog mewn Cytew, Sglodion neu Basta neu Datws Stwnsh	Pastai Caws a Thatws gyda Ffa neu Bys	 Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Byn Jam a Hufen a Gwydr o Laeth

WYTHNOS 3	PRIF GYRSIAU	DEWIS LLYSIEUOL	DEWIS AMGEN	PWDINAU
WYTHNOS YN DECHRAU: 09/05/2022 · 06/06/2022 · 27/06/2022 · 18/07/2022				
DYDD LLUN	 Selsig, Tatws Stwnsh neu Basta gyda Chylchoedd Spaghetti neu Bys	 Selsig Morgannwg Cartref, Tatws Stwnsh neu Basta gyda Chylchoedd Spaghetti neu Bys	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	 Sbwng y a Gaeaf a Chwstard
DYDD MAWRTH	Bolonaise Cig Eidion Cartref Gyda bara Garleg a Llysiau Cymysg	Bolonaise Llysiau Cartref Gyda bara Garleg a Llysiau Cymysg	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Salad Ffrwythau Ffres a Hufen Iâ
DYDD MERCHER	Cig Eidion Rhost, Pwdin Swydd Efrog, Tatws Rhost ac wedi'u Berwi Moron, Blodfresych a Grefi	Quorn mewn Grefi, Pwdin Swydd Efrog, Tatws Rhost ac wedi'u Berwi Moron, Blodfresych	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Pwdin Hyfrydwch Mafon a Bisgedi Siocled
DYDD IAU	Lapiad Cyw Iâr Barbeciw, Lletemau Cartref neu Basta a Llysiau Cymysg neu Rafioli a Chaws, 1/2 Tatws Pob a	Lapiad Quorn Cyw Iâr Barbeciw, Lletemau Cartref a Llysiau Cymysg neu Rafioli a Chaws, 1/2 Tatws Pob a Llysiau Cymysg	Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Sbwng Siocled a Gellyg a Saws Siocled
DYDD GWENER	Bysedd Pysgod neu Gacen Bysgod Eog, Sglodion neu Basta neu Datws Stwnsh	Fritata Caws a Tomato, Sglodion, Pasta neu Datws Stwnsh Gyda Phys	 Tatws yn eu Crwyn â Llenwadau Amrywiol	Fflapjac Ceirios a Gwydr o Laeth