

Bwydlen Merthyr Tudful Medi 2023 - Hydref 2024

DIWRNOD	DYDD LLUN	DYDD MAWRTH	DYDD MERCHER	DYDD IAU	DYDD GWENER
WYTHNOS 1 - 06/11/23, 04/12/23, 08/01/24, 05/02/24 19/02/24, 18/03/24, 08/04/24, 06/05/24, 03/06/24, 01/07/24, 02/09/24, 30/09/24					
PRIF BRYDAU	<p>Pelenni Cig Heb Gig mewn Saws Tomato Eidalaidd gyda Throellau Pasta, Bara Garleg a llysiau amrwd wedi eu torri'n dafellau tenau</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Chaws a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Chilli con Carne gyda Reis a Phys, Nachos a Salad ar yr Ochr</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thiwna Mayo ac indrawn a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Goujons Cyw Iâr Crychlyd mewn Bynen Feddal gyda Thatws Brau wedi eu Torri'n Fân a Cholslo NEU Salad ar yr Ochr</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thwrci a Salad ar yr ochr</p>	<p>Cig Eidion Wedi Rhostio gyda Phwdin Swydd Efrog, Stwffin Saets a Winwns Tatws Stwnsh NEU Datws Wedi'u Berwi, Llysiau Tymhorol a Grefi</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Ham a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Byseidd Pysgod gyda Sglogion, Indrawn a Phys gyda Bara</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn / 'Wrap' gyda Thwrci a Salad ar yr Ochr (Caws mewn Ysgolion RC)</p>
AC I BWDIN	Teisen Grin Siocled a Gwydraid o Laeth	Sbwng Twti Ffrwythus a Chwstard Siocled	Jeli gyda Chwyrliad o Hufen	Caws a Chracers	Mousse Crychlyd - Dewisfwyd y Cogydd

WYTHNOS 2 - 13/11/23, 11/12/23, 15/01/24, 26/02/24, 15/04/24, 13/05/24, 10/06/24, 08/07/24, 09/09/24, 07/10/24

PRIF BRYDAU	<p>Cyrri Cyw Iâr Siop Sglogion gyda Reis Basmati, Naan Bach Garleg a Choriander a Phys ac indrawn</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Chaws, Salad ar yr Ochr a Salad Bresych a Ffrwythau (colso ffrwythus)</p>	<p>Seren Fôr gyda Thatws Stwnsh a Phys a Saws Tomato NEU Ffa Pob</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thwrci a Salad a Cholslo Ffrwythus</p>	<p>Bolognese Cig Eidion gyda Chaws ar ei Ben, Troellau Pasta, Bara Garleg a Salad ar yr Ochr</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Ham a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Selsig, Sglogion, Pys a Tomato wedi'i Ridyllu</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thwrci, Salad ar yr Ochr a Cholslo Ffrwythus</p>	<p>Pizza Margarita gyda Chwstwn wedi'i Stwffio â Thomato, Tatws Brau gydag Indrawn / Corn ar y Cob a Ffyn Bach o Foron</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thiwna, Mayonnaise ac Indrawn a Salad ar yr Ochr</p>
AC I BWDIN	Chwip Mousse - Dewisfwyd y Cogydd	Sbwng Marmor Siocled gyda Saws Siocled	Bisgïen Jamlyd a Gwydraid o Laeth	Knickerbocker Sundae gyda Saws Siocled	Ffrwythau Ffres ac Iogwrt a Gwydraid o Laeth

WYTHNOS 3 - 20/11/23, 18/12/23, 22/01/24, 04/03/24, 22/04/24, 20/05/24, 17/06/24, 15/07/24, 16/09/24, 14/10/24

PRIF BRYDAU	<p>Cyw iâr Tikka Masala, Reis Basmati, Naan Bach Garleg a Choriander a Phys ac indrawn</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thwrci a Cholslo Ffrwythus</p>	<p>Selsig gyda Phwdin Swydd Efrog, Stwffin Saets a Winwns, Tatws Stwnsh NEU Datws Wedi'u Berwi, Llysiau Tymhorol a Grefi</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Chaws a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Teisen Bysgod, Sglogion gyda Phys ac Indrawn</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Ham a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Bolognese Cig Eidion gyda Throellau Pasta, Bara Garleg a llysiau amrwd wedi eu torri'n dafellau tenau</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thiwna, Mayonnaise ac Indrawn a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Byrger mewn Bynen Feddal (os hoffech) gyda Thatws Brau a Cholslo Ffrwythau</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Ham a Cholslo Ffrwythau (Caws mewn Ysgolion RC)</p>
AC I BWDIN	Fflapjac Ffrwythus a Gwydraid o Laeth	Jeli ffrwythau	Sbwng Taffi Gludiog gyda Chwstard	Caws a Chracers a thafelli o afal	Browni Siocled gyda Hufen Iâ

WYTHNOS 4 - 27/11/23, 29/01/24, 11/03/24, 29/04/24, 24/06/24, 22/07/24, 23/09/24, 21/10/24

PRIF BRYDAU	<p>Bolognese Cig Eidion gyda Throellau Pasta, Bara Garleg a Salad ar yr Ochr</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Chaws a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Dippers Quorn gyda Thatws Brau a Ffa Pob NEU Bys a Bara</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Chaws a Choleslo</p>	<p>Cyw Iâr wedi Rhostio gyda Phwdin Swydd Efrog, Stwffin Saets a Winwns, Tatws Stwnsh NEU Datws Wedi'u Berwi, Moron, Brocoli a Grefi</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thiwna, Mayonnaise ac Indrawn a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Gridyll Bach: Selsig a Chig Moch gyda Thatws Brau a Ffa Pob, Tomato wedi'i Ridyllu a Bara</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thwrci a Salad ar yr Ochr</p>	<p>Byseidd Pysgod gyda Sglogion, Pys a Bara</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Chaws a Salad ar yr Ochr</p>
AC I BWDIN	Sgwâr o Reis Creisionllyd Siocled a Gwydraid o Laeth	Sbwng pin-afal wyneb i waered gyda chwstard	Ffrwythau Ffres ac Iogwrt a Gwydraid o Laeth	Jeli gyda Chwyrliad o Hufen	Knickerbocker Sundae

Ar gael bob dydd. Gellir gofyn am fwy o fara ychwanegol, a ddedis o ffrwyth ffres neu iogwrt fel pwddin arall.

Gall fod angen newid eitem heb eu hysbysed'u'n flaenorol.

Rydyn ni'n arlywo ar gyfer plant aq anghenion deiet arbennig neu anghenion crefyddol.

Cysylltwch 01685 725134 / 07821 824865 ebost myschoollunch@merthyr.gov.uk. os gwelwch yn dda.