

Wythnos 1	Llun	Mawrth	Mercher	Iau	Gwener
Brecwast	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd
Cinio	Cacen pysgodyn seren Môr, sbageti a tatws wedi berwi	'Keemah' cyri cig eidion gyda couscous a bara naan	Caws, ham a tomato pobi pasta gyda brocoli neu	pys Pei pysgodyn penfras gyda brocoli a corn melys	Cinio cyw iar, tatws, blodfresych a bresych
Pwdin	Pwdin reis gyda eirin gwlanog	Teisen ysgol a cwstard pinc	Semolina hefo Jam	logwrt a bisged.	Crumble ffrwythau hefo cwstad.
Te Bach	Wrap Cywiar a ciwcymber gyda mango, mefus a mafon	Pitsa cartref gyda topiau amrywiol Bisged	Cramwyth gyda caws meddal Fflap jacs cartref	Ffyn bara, caws, pinafal Afal, gellygen a banana	Brechdan Ham gyda creision

*Mae diod o ddŵr neu llefrith ar gael i pob plentyn.

* A drink of water or milk is available to each child.

Wythnos 2	Llun	Mawrth	Mercher	Iau	Gwener
Brecwast	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd
Cinio	Penfras mewn saws papur cymysg tomato gyda Cwscws.	Chili cig eidion gyda reis a bara naan	Selsig, tatws a ffa pob	Pei cyw iâr, tatws, moron a pys melys gyda grefi	Bolonaise cig eidion gyda pasta sbageti, brocoli a bara garlleg
Pwdin	Eirin gwlanog gyda cwstard	Treiffle	Cacen siocled gyda cream	Ffrwythau	logwrt gyda bisged
Te bach	Cawl Llysiau a Bara Bisged	Wrap Cyw iar hefo banana, choc chip cacen cwpan	Bara pita ffyn moron a ciwcymbr gyda hummus neu caws meddal	Brechdan Ham Sleisys melon dwr	Cracers, caws wedi gratio ac Afal.

*Mae diod o ddŵr neu llefrith ar gael i pob plentyn.

* A drink of water or milk is available to each child.

Wythnos 3	Llun	Mawrth	Mercher	Iau	Gwener
Brecwast	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd
Cinio	Bysedd pysgodyn gyda tatws a ffa pob	Lasagne gyda bara garlleg a brocoli	Pei Bwthyn tatws melys gyda pys a pys melys	Cyri Cartref gyda reis, bara naan a poppadoms	Lopsgows Hefo bara Menyn
Pwdin	Cwstad a Banana	Pwdin pinc	Semolina gyda jam	Cacen surop a cwstard	Jeli coch a hufen ia
Te Bach	Cŵn poeth Bisged cartref	Pocedi tuna hefo A Teisen Siocled Reis.	Beans ar dost ½ banana neu afal	Pitas Myffin ½ Banana neu Afal.	Ffyn bara hefo hummus, ffyn Moron a Cucumber

*Mae diod o ddŵr neu llefrith ar gael i pob plentyn.

* A drink of water or milk is available to each child.

Wythnos 4	Llun	Mawrth	Mercher	Iau	Gwener
Brecwast	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd	Tost a llaeth / grawnfwyd
Cinio	Mini toad in the hole gyda thaws, llysiau cymusg a greifi.	Peli cig mewn saws tomato gyda pasta sbageti, brocoli a bara garlleg	Cinio cig oen neu porc gyda tatws, blodfresych, stwnsh erfin a phwdin swydd Efrog	Bysedd llysiau, tatws, pus a greif	Pei bwthyn gyda moron a pus.
Pwdin	Ffrwythau salad a hufen ia	Crymbl afal a chwstard.	Hufen ia pob lliw gyda wafer.	Pwdin bara menyn gyda chwstard	logwrt a bisged bys
Te bach	Crumpet gyda dairylea neu jam. Bisged lemwn.	Wrap cyw iar neu Ham hefo Mefys a Bananas.	Tosti Ham a Caws Banana ac Afal	Cracers reis a caws Pupurau a thomatos	Ffyn bara, pinafal caws a bisged.

*Mae diod o ddŵr neu llefrith ar gael i pob plentyn.

* A drink of water or milk is available to each child.