

Wythnos 4

26/09/22
24/10/22
28/11/22
30/01/23
20/03/23

Ysgolion Uwchradd Merthyr Tudful Medi 2022 - Mawrth 2023



Dydd Llun

Prif Gwrs: Darn o Gyw Iâr Poeth a Sbeislyd, Sglodion Cyrliog ac India Corn
Neu Pizza Margarita a Sglodion Cyrliog a Ffa Pôb
Neu Byrgyr Gaws Ddwbl a Saws o'ch dewis
Pwdin: Sbwng Siocled a Chwstard

Dydd Mawrth

Prif Gwrs: Cyw iâr yr Heliwr, Tatws bach, a Llysiau Tymhorol/Salad bach
Neu Pasta wedi'i bobi o ddewis y Cogydd a Bara Garleg a Salad bach
Neu Gi Poeth da a'ch dewis o Saws
Pwdin: Jeli Ffrwythau a Hufen

Dydd Mercher

Prif Gwrs: Cyri o ddewis y Cogydd a Reis Basmati, Naan Garleg a Choriander,
Pys ac India Corn
Neu Bys Pysgodyn mawr a Thatws bach a Ffa Pôb
Neu Panini Ham a Chaws
Pwdin: Hufen iâ fanila ripyl

Dydd Iau

Prif Gwrs: Cig Eidion wedi'i rostio â Stwffin Saets a Winwns, Tatws wedi'u potsio a
Llysiau Tymhorol a Grefi mewn Pwdin Swydd Efrog Mawr
Neu baguette Cig Eidion a Stwffin Saets a Wynwyns, Tatws bach
a Salad bach a dewis o grefi
Neu Pizza Margarita 5"
Pwdin: Spwng Ffrwythau Cymysg a Chwstard

Dydd Gwener

Prif Gwrs: Darn o Bysgodyn a Sglodion, Pys a Saws Cyri
Neu Daten trwy'i chroen a dewis o lenwad a Salad bach
Neu Fyrgyr Quorn mewn dull deheuol mewn rôl feddal a Saws o'ch dewis
Pwdin: Teisen frau o ddewis y Cogydd

Rydyn ni'n arlwyo ar gyfer plant ag anghenion deiet arbennig neu anghenion crefyddol. Cysylltwch 01685 725134 / 07821 824865 os gwelwch yn dda

