

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	Hufen ia gyda salad ffrwythau	logwrt gyda bisged bys
Te Bach	Wrap Cywiar a ciwcymber gyda mango, mefus a mafon	Pitsa cartref gyda topiau amrywiol Bisged	Cramwyth gyda caws meddal Afal, gellygen a banana	Ffyn bara, caws, pinafal Fflap jacs cartref	Brechdan Cyw iar 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	Peli cig mewn grefi Tatws mashr a Llysiau cymusg.	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	Cacen jam gyda cwstard	Rôl hufen ia gyda mafon	Cacen siocled gyda cwstard siocled	Jeli oren gyda hufen a ffrwythau	logwrt gyda bisged
Te bach	Ffyn bara, caws a pinafal Bisged	Cracers gyda Jam hefo banana, choc chip cacen cwpan	Bara pita ffyn moron a ciwcymbr gyda hummus neu caws meddal	Brechdan Cyw lar Sleisys melon dwr	Ffa pob ar dost Hefo bisged cartref

*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	Hufen ia gyda ffrwythau	Pwdin pinc	Semolina gyda jam	Cacen surop a cwstard	Jeli coch a hufen ia
Te Bach	Cŵn poeth Bisged cartref	Brechdan Paste Sleisen Datys	Sbageti ar dost ½ banana neu afal	Brechdan salmon Cacen siocled reis	Wrap Cyw iâr gyda pupurau a thomatos

*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	Caserol Selsig, tatws, bresych a moron	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 cwstard	Hufen ia pob lliw gyda wafer	Pwdin bara menyn gyda chwstard	logwrt a bisged bys
Te bach	Crumpet gyda dairylea neu jam. Bisged lemwn.	Cacen reis gyda Dairylea, pupur a tomato	Brechdan ham Melon ac Afal	Rholyn selsig cartref Bisged	Cracers a caws Mefus a banana

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

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