

Bwydlen Merthyr Tudful Ionawr - Chwefror 2025

| DIWRNOD | DYDD LLUN | DYDD MAWRTH | DYDD MERCHER | DYDD IAU | DYDD GWENER |
|---------|-----------|-------------|--------------|----------|-------------|
|---------|-----------|-------------|--------------|----------|-------------|

WYTHNOS 1 - 03/01/25, 03/02/25

| | | | | | |
|--------------------|--|---|---|--|--|
| PRIF BRYDAU | <p>Pelenni Cig Heb Gig mewn Saws Tomato Eidalaidd gyda Throellau Pasta, Bara Garlleg 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 Phwddin 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>Bysedd Pysgod gyda Sglodion, 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 - Dewisfydd y Cogydd |

WYTHNOS 2 - 13/01/25, 10/02/25

| | | | | | |
|--------------------|---|---|--|---|--|
| PRIF BRYDAU | <p>Cyrri Cyw Iâr Siop Sglodion gyda Reis Basmati, Naan Bach Garlleg 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 (colslo 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 Garlleg a Salad ar yr Ochr</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Ham a Salad ar yr Ochr</p> | <p>Selsig, Sglodion, 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 Chwstyn wedi'i Stwffio â Tomato, 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 - Dewisfydd y Cogydd | Sbwng Marmor Siocled gyda Saws Siocled | Bisgiën Jamlyd a Gwydraid o Laeth | Knickerbocker Sundae gyda Saws Siocled | Ffrwythau Ffres ac Iogwrt a Gwydraid o Laeth |

WYTHNOS 3 - 20/01/25, 17/02/25

| | | | | | |
|--------------------|--|--|--|--|---|
| PRIF BRYDAU | <p>Cyw iâr Tikka Masala, Reis Basmati, Naan Bach Garlleg a Choriander a Phys ac indrawn</p> <p>Tatws Trwy'u Crwyn NEU 'Wrap' gyda Thwrci a Cholslo Ffrwythus</p> | <p>Selsig gyda Phwddin 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, Sglodion 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 Garlleg 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 - 27/01/25

| | | | | | |
|--------------------|--|---|--|--|---|
| PRIF BRYDAU | <p>Bolognese Cig Eidion gyda Throellau Pasta, Bara Garlleg 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 Phwddin 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>Bysedd Pysgod gyda Sglodion, 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 pîn-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 ddewis o ffrwyth ffres neu iogwrt fel pwddin arall. Gall fod angen newid eitem heb eu hysbysedu'n flaenorol.

Rydyn ni'n arlwyo ar gyfer plant ag anghenion deiet arbennig neu anghenion crefyddol,

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

