

# Ysgolion Uwchradd Merthyr Tudful Ionawr - Chwefror 2025

## Dydd Llun

**Prif Gwrs:** Selsig, Sglodion a Saws Cyri  
**Neu** Cyw Iâr Poeth a Sbeislyd mewn Wrap gynnes,  
Sglodion a Saws o'ch dewis  
**Neu** Byrgyr Gaws ddwbwl  
**Pwddin:** Spwng jam a chnau coco

## Dydd Mawrth

**Prif Gwrs:** Tikka Masala Cyw Iâr a Reis Basmati,  
Naan Garlleg a Choriander a Salad bach  
**Neu** Basta wedi ei bobî o ddewis y cogydd, Bara Garlleg a Salad bach  
**Neu** Gi Poeth da a saws o'ch dewis  
**Pwddin:** Brownie Siocled

## Dydd Mercher

**Prif Gwrs:** Bysedd Pysgod mewn rôl feddal, Tatws bach,  
salad bach a saws o'ch dewis  
**Neu** Diperi Quorn mewn rôl feddal, Tatws bach, salad bach a saws o'ch dewis  
**Neu** Pizza Margarita 5"  
**Pwddin:** Sbwng Marbyl Siocled

## Dydd Iau

**Prif Gwrs:** Cig Eidion wedi'i rostio â Stwffin Saets a Wynwns, Tatws wedi'u potsio  
a Llysiau Tymhorol a Grefi mewn Pwddin Swydd Efrog Mawr  
**Neu** Selsig a Stwffin Saets a Wynwns, Tatws wedi'u potsio a Llysiau Tymhorol  
a Grefi mewn Pwddin Swydd Efrog Mawr  
**Neu** Ddarn o Gyw Iâr Poeth a Sbeislyd mewn Baguette a Saws o'ch dewis  
**Pwddin:** Pwddin Taffi Gludiog a Chwstard

## Dydd Gwener

**Prif Gwrs:** Pizza Margarita, Sglodion Cyrliog ag India Corn a Salad bach  
**Neu** Daten drwy'i chroen a dewis o lenwad a Salad bach  
**Neu** Byrgyr Quorn mewn dull deheuol mewn rôl feddal a Saws o'ch dewis  
**Pwddin:** Hufen Iâ Ffrwythau Cymysg

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

