

**Wythnos 2**

08/09/25

06/10/25

# Ysgolion Uwchradd Merthyr Tudful

## Medi - Hydref 2025

### Dydd Llun

**Prif Gwrs:** Poeth da, Sglodion cyrliog ac India Corn  
a saws o'ch dewis

**Neu** Ddarn o Gyw Iâr mewn dull deheuol mewn rôl a Sglodion Cyrliog,  
Salad bach a saws o'ch dewis

**Neu** Panini Ham a Chaws

**Pwddin:** Teisen frau o ddewis y cogydd

### Dydd Mawrth

**Prif Gwrs:** Cyri Cyw Iâr mewn dull Siop Sglods, Reis Basmati, Pys a Salad bach

**Neu** Mac n' Cheese Mawr a Bara Garlleg a Salad bach

**Neu** Bysedd Pysgog mewn Wrap feddal a Mayo

**Pwddin:** Swyrl jeli ffrwythau a hufen

### Dydd Mercher

**Prif Gwrs:** Bolognese Cig Eidion, Bara Garlleg a Salad bach

**Neu** Bys Pysgodyn Mawr, Tatws bach a ffa pôb

**Neu** Byrgyr Quorn mewn dull deheuol, rôl feddal a saws o'ch dewis

**Pwddin:** Flapjack

### Dydd Iau

**Prif Gwrs:** Cyw Iâr, Stwffin Saets a Wynwns, Taws Rhost/wedi'u postsio,  
Llysiau Tymhorol a Grefi

**Neu** Baguette Cyw Iâr a Stwffin poeth a thatws bach, Salad bach a dewis o Refi

**Neu** Fyrgyr Gaws Dwbl

**Pwddin:** Sbwng Marbyl Siocled a Chwstard

### Dydd Gwener

**Prif Gwrs:** Diperi Quorn, Sglodion a Ffa Pôb

**Neu** Taten drwy'i chroen a dewis o lenwad a Salad bach

**Neu** Pizza Margarita 5"

**Pwddin:** Hufen iâ Ffrwythau Cymysg

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

