

Bwydlen Merthyr Tudful

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

WYTHNOS 1 - 23.02.2026, 23.03.2026

PRIF BRYDAU	Cŵn Poeth gyda sglodion Cyrllog a Colslô Ffrwythau Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Chaws a Ffrwythau	Bolognese Cig Eidion gyda Pasta Troellog, Bara Garleg, India corn a Salad ar yr Ochr Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Thwrci, India corn a Salad ar yr Ochr	Korma Cyw Iâr , Reis Basmati Brocoli a Moron a Bara Naan Garleg a Coriander bach Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Chaws a Salad Ochr	Cyw Iâr Rhost gyda Phwddin Swydd Efrog, Stwffin Saets a Nionyn, Tatws wedi'u Ferwi a NEU, Moron, Brocoli a Grefi Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Tiwna Mayo India corn gyda Salad ar yr Ochr	Ffiled Pysgod gyda Tatws wedi'u Torri i Giwbiau crensiog, Ffa Pôb, Tomato wedi'u Grilio a Bara Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Chaws a Ffa pôb gyda Salad ar yr Ochr
AC I BWDIN	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres	Ffrwythau Ffres ac Iogwrt a Gwydraid o Laethd	Sbwng Taffi a Chwstard	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres	Pwddin Knickerbocker

WYTHNOS 2 - 02.03.2026

PRIF BRYDAU	Cyri Cyw Iâr Siop Sglodion gyda Reis Basmati, Bara Naan Garleg a Coriander a Phys ac India corn Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Tiwna Mayo India corn gyda Salad ar yr Ochr	Cig Eidion Rhost gyda Phwddin Swydd Efrog, Stwffin Saets a Nionyn, Tatws wedi'u Berwi, Llysiau Tymhorol a Grefi Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Ham a Salad ar yr Ochr	Gril Mini: Selsig a Bacwn, Omled a Ffa Pobi, Tomato a Bara wedi'u Grilio Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Thwrci a Salad Ochr	Cacen Bysgod, Tatws wedi'u Torri Crensiog gyda Brocoli a Moron Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Chaws a Salad ar yr Ochr	Quorn Dippers mewn Byn Meddal (dewisol) gyda Tatws wedi'u Torri'n giwbiau crensiog, India Corn a Salad ar yr Ochr Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Tiwna Mayo, Corn ar Cob a Salad Ochr
AC I BWDIN	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres	Jeli Ffrwythau gyda Cream Swirl	Caws a Chracwyr ac Afal wedi'u Slesio	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres

WYTHNOS 3 - 09.03.2026

PRIF BRYDAU	Pasta Cyw Iâr ac India corn wedi ei Bobi, Bara Garleg a Llysiau amrwd Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Tiwna Mayo India corn a Llysiau Amrwd	Selsig gyda Phwddin Swydd Efrog, Stwffin Saets a Nionyn, Tatws Stwnsh, Llysiau Tymhorol a Grefi Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Thwrci a Salad ar yr Ochr	Bysedd Pysgod, Sglodion a Ffa wedi'u Pobi a Tomato a Bara wedi'u Grilio Tatws Trwy Crwyn gyda Chaws a Ffa a Llysiau amrwd NEU Wrap gyda Chaws a Llysiau amrwd	Quorn Dippers gyda Cyri Arddull Katsu gyda Reis Basmati, Llysiau amrwd a Bara Naan Garleg a Choriander Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Ham & Llysiau amrwd	Pizza Margarita wedi'i Stwffio â Crwst Tomato, Tatws wedi'u Torri'n Griwiau Crensiog gydag India corn a Ffyn Moron Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Tiwna Mayo India corn gyda Salad ar yr Ochr
AC I BWDIN	Sbwng Ffrwythau gyda Cwstard	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres	Caws a Chracers gydag Afal wedi'i Slesio	Jeli Ffrwythau gyda 'chydig o hufen	Ffrwythau ffres ac iogwrt

WYTHNOS 4 - 16.03.2026

PRIF BRYDAU	Selsig, Tatws Stwnsh a Ffa Pob a Llysiau Amrwd Tatws Trwy Crwyn gyda Chaws a Ffa pôb a Llysiau Amrwd NEU Wrap gyda Chaws a Llysiau Amrwd	Lasagne gyda Phys, Bara Garleg a Llysiau Amrwd Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Tiwna Mayo India corn gyda Salad ar yr Ochr	Cyri Cyw Iâr Siop Sglodion gyda Reis Basmati, Bara Naan Garleg a Coriander a Phys ac India corn Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Thwrci a Salad ar yr Ochr	Goujons Cyw Iâr mewn Bynsen Meddal (dewisol), tatws wedi'u torri'n giwbiau crensiog, India corn gyda Salad ar yr Ochr Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Ham, India Corn a Llysiau amrwd	Ffiled Pysgod gyda Sglodion, Pys a Thomato wedi'u Grilio a Thomato Sos Coch Tatws Trwy Crwyn NEU Wrap gyda Chaws, Tomato Amrwd wedi'i Slesio a Llysiau amrwd
AC I BWDIN	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres	Sbwng Siocled ac Oren a Chwstard	Iogwrt Ffrwythau a Ffrwythau Ffres	Ffrwythau ffres ac iogwrt	Jeli Ffrwythau

Ar gael bob dydd: Gellir gofyn am fwy o fara ychwanegol.

Gall fod angen newid eitem heb eu hysbysedu'n flaenorol.

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

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