

BWYDLEN YSGOLION CYNRADD

2023

LLUN

MAWRTH

MERCHER

IAU

GWENER

W1

BYSEDD PYSGOD
BYSEDD DI BYSGOD (LL)
FFA POB
TATWS STWNH NEU TATEN POB

FLAPJAC DATYS
LLEFRITH
DARNAU FFRWYTH FFRES

KORMA CYW IAR
KORMA LLYSIEUOL (LL)
PYS, CORN MELYN & REIS

BISGED CEIRCH
LLEFRITH
DARNAU FFRWYTH FFRES

CIG EIDION WEDI'I ROSTIO
FFILED QUORN (LL)
PWDIN EFROG
GREFI, MORON A RWDAN
TATWS RÔST A STWNH

JELI FFRWYTHAU A HUFEN IÂ
DARNAU FFRWYTH FFRES

PELI CIG PORC
SELSIG LLYSIEUOL (LL)
PASTA
BROCCOLI A CORN MELYN

TEISEN OREN DANEG
CWSTARD
DARNAU FFRWYTH FFRES

PITSA
BYSEDD CIWCYMBR
CHOLSLO
SGLODION NEU TATEN BOB

IOGWRT
DARNAU FFRWYTH
DARNAU FFRWYTH FFRES

W2

SELSIG MEWN GREFI NIONYN
SELSIG LLYSIEUOL (LL)
PYS GARDD
TATWS STWNH NEU TATEN POB

BISGED BERFFRO LEMWN
1/2 BANANA
DARNAU FFRWYTH FFRES

BOLOGNESE CIG EIDION/LASAGNE
BOLOGNESE QUORN (LL)
PASTA
CORN MELYN A PYS

CACEN GAWS
COULIS FFRWYTHAU
DARNAU FFRWYTH FFRES

PORC RHOST & GREFI
FFILED QUORN (LL)
BROCOLI & MORON
TATWS RÔST A STWNH
SAWS AFAL

SALAD FFRWYTHAU
JELI
DARNAU FFRWYTH FFRES

LOBSCOWS CIG EIDION
LOBSCOWS LLYSIEUOL (LL)
RÔL BARA

MYFFIN FFRWYTHAU
LLEFRITH
DARNAU FFRWYTH FFRES

FFILED EOG BRIWSION BARA
NYGETS LLYSIAU (LL)
FFA POB
SGLODION NEU TATEN POB

HUFEN IÂ
GYDA EIRIN GWLANOG
DARNAU FFRWYTH FFRES

W3

PYSGODYN SEREN MÔR /FFILED EOG
BRIWSION BARA
NYGETS LLYSIAU (LL)
PYS GARDD
TATWS WEDGE NEU
TATEN BOB

SBWNG SIOCLED
CWSTARD SIOCLED
DARNAU FFRWYTH FFRES

PASTAI'R BWTHYN
BRIWGIG QUORN (LL)
TATWS HUFEN
BROCOLI
GREFI

BYN MAFON GYDA LLEFRITH
DARNAU FFRWYTH FFRES

TWRCI NEU CIG OEN WEDI'I ROSTIO
FFILED QUORN (LL)
STWFFIN, SAWS MINT
BRESYCH, MORON
TATWS WEDI BERWI
GREFI

RÔL ARTIC
EIRIN GWLANOG

CYRI CYW IÂR
CYRI LLYSIEUOL (LL)
BARA NAAN
CORN MELYN
REIS

SGWARIAU KRISPIE
LLEFRITH
DARNAU FFRWYTH FFRES

SELSIG MEWN RÔL BARA
SELSIG LLYSIEUOL (LL)
SALAD
SGLODION NEU TATEN POB

IOGWRT
DARNAU FFRWYTH
DARNAU FFRWYTH FFRES