

Bwydlen yr Haf ar gyfer Ysgolion Cynradd Sir Gaerfyrddin 2018

(Yn weithredol o ddydd Mawrth 8 Mai)

Wythnos 1

7 Mai, 4 Mehefin, 25 Mehefin, 16 Gorrffennaf, 3 Medi, 24 Medi a 15 Hydref

Dydd Llun

Pizza Caws a Tomato Cartref (Ilys)
Ffa Pob neu Gorn Melys
Tato wedi'u deisio neu Dalpiau Tato
Eirin Gwlanog a Hufen



Dydd Mawrth

Pelenni Cig Eidion neu Belenni Llysieuol (Ilys) mewn Saws Tomato gyda Sbageti
Pys a Bara Garlleg
Fflapjac Gartref a Gwydraid o Laeth

Dydd Mercher

Porc Rhost neu Rost Llysieuol (Ilys)
Stwffin, Moron a Brocoli
Dewis o Dato a Grefi
Cacem Rice Krispie Siocled Cartref a Sudd Ffrwythau



Dydd Iau

Cyw iâr Moroco neu Quorn Moroco (Ilys)
Cartref Mr Balfour
Bara Naan a Reis Cymysg
Salad neu Ffa Gwyrdd
Sgon Cartref â Jam gydag
Afalau wedi'u sleisio



Dydd Gwener

Sglodyn Eog neu Selsig Morgannwg (Ilys)
Ffa Pob neu Bys, Sglodion neu Dato
Sbnwj Ffrwythau Gartref a Chwstard



Wythnos 2

14 Mai, 11 Mehefin, 2 Gorrffennaf, 23 Gorrffennaf, 10 Medi, 1 Hydref a 22 Hydref

Dydd Llun

Brecinio NEWYDD ar gyfer yr Haf:

Omled



Selsigen Gymreig Bob neu Selsigen Lysieuol
Tato wedi'u deisio
Ffa Pob neu Domatos wedi'u torri
Teisen Gartref ac arni Sudd Lemwn a Chwstard

Dydd Mawrth

Pasta Pob Cig Eidion Cartref neu Basta Pob
Tomato a Basil Cartref (Ilys)
Brocoli a Blodfresych
Bara Garlleg
Cwci Siocled cartref a Laeth

Dydd Mercher

Cig Eidion Rhost neu Rost Llysieuol (Ilys)
Pwddin Efrog, Moron a Ffa Gwydd
Dewis o Dato a Grefi
Eirin Gwlanog a Jeli



Dydd Iau

Pastai Cyw iâr neu Bastai Lysieuol
NEWYDD yr Haf (Ilys)
Corn Melys a Phys
Dewis o Dato a Grefi
Myffin Siocled Cartref a
Gwydraid o Laeth



Dydd Gwener

Pysgodyn Siop Sglodion neu
Byrgyr Llysieuol (Ilys)
Ffa Pob neu Bys
Sglodion neu Dato
Bynen Jam Cartref a Thalpiaau Ffrwythau



Wythnos 3

21 Mai, 18 Mehefin, 9 Gorrffennaf, 17 Medi a 8 Hydref

Dydd Llun

Byrgyr Cyw iâr Pob neu Gril Llysieuol (Ilys)
mewn Bynen
Ffa Pob neu Bys, Tato wedi'u deisio neu
Dalpiau Tato
Cacem Frith Gartref a Chwstard



Dydd Mawrth

Korma Cyw iâr Cartref neu Korma Quorn (Ilys)
Pys, Bara Naan a Reis Cymysg
logwrt Llaeth y Llan a Ffrwythau



Dydd Mercher

Twrci Rhost neu Lysiau Rhost (Ilys)
Stwffin, Moron a Bresych
Dewis o Dato a Grefi
Myffin Fanila Cartref a Llaeth



Dydd Iau

Bolognaise Cig Eidion Cartref neu
Bolognaise Llysiau (Ilys) â Sbageti
Brocoli a Bara Garlleg
Bisgfen Frau Gartref, Dogn o Resins
a Sudd Ffrwythau



Dydd Gwener

Darn o Eog neu
Bryd Pob Llysieuol (Ilys)
Ffa Pob neu Golslo
Sglodion neu Dato
Browni Siocled Cartref a Hufen Iâ

Byddwn yn cynnig ffrwythau ffres yn lle pwddin bob dydd. Rydym hefyd yn darparu jygiau o ddŵr yfed yn ein neuaddau bwyta er mwyn annog disgyblion i yfed digon. Alergeddau bwyd - cysylltwch â chogydd eich ysgol i gael gwybodaeth ynghylch cynnwys ein ryseitiaau a'r cynnyrch ar ein bwydlen. Oherwydd amgylchiadau sydd y tu hwnt i'n rheolaeth, effallai y bydd ein bwydlenni'n newid ychydig ar adegau. Rydym yn ymddiheuro am unrhyw anghyfleustra y gall hyn ei achosi.

