

ARLWYO ADDYSG

MATRICES GWYBODAETH ALERGENAU (YSGOLION CYNRADD) –

IONAWR 2024



Eitem ar y Fwydlen	Dim	Seleri	Grawnfwydydd (sy' n cynnwys glwten) B = BARLYS C = CEIRCH G = GWENTH Rh = RHYG	Cramenogion	Wyuau	Pysgod	Bleiddlys	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Cnau Mwnci	Sesame	Ffa soia	Sylffwr Deucosid
PRIF SEIGIAU															
Byrgyr Cyw Iâr gyda Cholslo			G		✓								•		✓
Byrgyr Cyw Iâr gyda Cholslo (Halal) **			G • BCRh		✓								•	✓	✓
Byrgyr Quorn gyda Cholslo (Deiet Planhigion)			G										•		✓
Tsili Cig Eidion		✓													
Tsili Cig Eidion (Halal) **		✓													
Tsili Cig Eidion (GPU) **			•G							•					
Saws Bolognese		✓													
Saws Bolognese (Halal) **		✓													
Ffiled Pysgod mewn Briwsion Bara						✓									
Ffiled Pysgod Eog wedi Ffrio						✓									
Pitsa Caws a Tomato			G					✓							
Corma Cyw Iâr			G					✓		✓		•		•	
Korma Cyw Iâr (GPU) **								✓				• A, CA			✓
Bysedd Dim Pysgod (Deiet Planhigion)			G												
Taten Bob gyda Ffa Pob (Deiet Planhigion)	✓														
Taten Bob gyda Chaws								✓							
Taten Bob gyda Ffa Pob a Chaws								✓							

ARLWYO ADDYSG

MATRICES GWYBODAETH ALERGENAU (YSGOLION CYNRADD) – IONAWR 2024



Eitem ar y Fwydlen	Dim	Seleri	Grawnfwydydd (sy' n cynnwys glwten) B = BARLYS C = CEIRCH G = GWENITH Rh = RHYG	Cramenogion	Wyuau	Pysgod	Bleiddlys	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Cnau Mwnci	Sesame	Ffa soia	Sylffwr Deucosid
Taten Bob gyda Thiwna a Mayonnaise					✓	✓									
Taten Bob gyda Chaws Feganaidd (Deiet Planhigion)	✓														
Taten Bob gyda Chaws Feganaidd a Ffa Pob (Deiet Planhigion)	✓														
Bys Pysgod Mawr			G			✓		✓		✓					
Caws Heb Whey a Pizza Tomato (Deiet Planhigion)			G												
Pasta Bolognese (GPU) **			G											•	
Cinio Ffiled Quorn gyda Grefi (Deiet Planhigion)			G												
Selsig Planhigion, Thatws Stwnsh a Grefi (Deiet Planhigion)	✓														
Cinio Cyw Iâr Rhost gyda Grefi	✓														
Cinio Cyw Iâr Rhost gyda Grefi (Halal) **	✓														
Selsig Porc a Chig Eidion Rhost, Thatws Stwnsh a Grefi			G											✓	✓
Selsig Porc Rhost, Thatws Stwnsh a Grefi	✓														

ARLWYO ADDYSG

MATRICES GWYBODAETH ALERGENAU (YSGOLION CYNRADD) –

IONAWR 2024

Eitem ar y Fwydlen	Dim	Seleri	Grawrfwydydd (sy' n cynnwys glwten) B = BARLYS C = CEIRCH G = GWENTH Rh = RHYG	Cramenogion	Wyuau	Pysgod	Bleiddlys	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau A = CNAU ALMWN B = CNAU BRASIL CA = CNAU CASHIW CY = CNAU CYLL M = CNAU MACADAMIA P = CNAU PECAN PI = CNAU PISTASIO FF = CNAU FFRENGIG	Cnau Mwnci	Sesame	Ffa soia	Sylffwr Deucosid
Selsig Rhost, Thatws Stwnsh a Grefi (Halal) **		•	G		•			•		•			•	✓	
Korma Balti Llysieuol (Deiet Planhigion)										✓	• A, CA	•		✓	
Korma Llysieuol (GPU) **								✓							✓
Nýgets Llysieuol (Deiet Planhigion)			G												
Pasta Neapolitan Pob		✓	G					✓							
Pasta Neapolitan Pob (Deiet Planhigion)		✓	G												
Bolognese Llysieuol (Deiet Planhigion)		✓												✓	
Tsili Llysieuol (Deiet Planhigion)		✓												✓	
Tsili Llysieuol (GPU) (Deiet Planhigion) **			•G							•					
Llysieuol Bolognese (GPU) (Deiet Planhigion) **	✓														
PLATIAU OCHR AC YCHWANEGOLION															
Ffa Pôb	✓														
Brocoli	✓														
Reis Brown a Gwyn	✓														
Moron	✓														
Blodfresych	✓														

ARLWYO ADDYSG

MATRICES GWYBODAETH ALERGENAU (YSGOLION CYNRADD) –

IONAWR 2024



Eitem ar y Fwydlen	Dim	Seleri	Grawrfwydydd (sy' n cynnwys glwten) B = BARL YS C = CEIRCH G = GWENITH Rh = RHYG	Cramenogion	Wyaau	Pysgod	Bleiddlys	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau A = CNAU ALMWN B = CNAU BRASIL CA = CNAU CASHIW CY = CNAU CYLL M = CNAU MACADAMIA P = CNAU PECAN PI = CNAU PISTASIO Ff = CNAU FFRENGIG	Cnau Mwnci	Sesame	Ffa soia	Sylffwr Deucosid
Sglodion	✓														
Bara am Ddim			G											•	
Bara Garlleg			G					•						•	
Grefi	✓														
Sleis o Arlleg		•	G											•	
Ciwbiau Tatws â Pherlysiâu			G												
Taten Bob	✓														
Tatws Stwnsh	✓														
Llysiâu Cymysg	✓														
Bara Naan			G												
Tatws Newydd	✓														
Pasta			G												
Pys	✓														
Tatws Rhost	✓														
Tatws Rhost (GPU) **	✓														
Reis Sawrus		✓													
Salad Bach	✓														
India Corn	✓														
PWDINAU															
Pwdin Fanila Soia Alpro														✓	
Caws a Bisgedi			G•BCRh		•			✓			•	B, CA, M, P, PI, Ff		•	•
Cwci Siocled (Deiet Planhigion)			G									•			

ARLWYO ADDYSG

MATRICES GWYBODAETH ALERGENAU (YSGOLION CYNRADD) - IONAWR 2024



Eitem ar y Fwydlen	Dim	Seleri	Grawnfwydydd (sy' n cynnwys glwten) B = BARLYS C = CEIRCH G = GWENTH Rh = RHYG	Cramenogion	Wyuau	Pysgod	Bleiddlys	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau	Cnau Mwnci	Sesame	Ffa soia	Sylffwr Deuocsid
Sbwng Siocled (Deiet Planhigion)			G												
Fflapjac (GPU)			C		•			•						•	
Ffrwythau - Afal	✓														
Ffrwythau - Banana	✓														
Ffrwythau - Grawnwin Du	✓														
Ffrwythau - Grawnwin Gwyrdd	✓														
Ffrwythau - Melon	✓														
Ffrwythau - Oren	✓														
Ffrwythau - Gellygen	✓														
Ffrwythau - Satswma	✓														
Coctel Ffrwythau	✓														
Salad Ffrwythau	✓														
Sbwng Jam a Chnau Coco (Deiet Planhigion)			G												✓
Jammie Jack			C												✓
Jeli gyda Thafelli Eirin Gwlanog	✓														
Creision Eirin Gwlanog			C												
Hufen Iâ Mafon gydag Orenau Mandarin			G		✓			✓						✓	
Sbwng Fanila gydag Orenau Mandarin			G												
logwrt								✓							

ARLWYO ADDYSG

MATRICES GWYBODAETH ALERGENAU (YSGOLION CYNRADD) –

IONAWR 2024

Eitem ar y Fwydlen	Dim	Seleri	Grawrfwydydd (sy' n cynnwys glwten) B = BARLAYS C = CEIRCH G = GWENITH Rh = RHYG	Cramenogion	Wyuau	Pysgod	Bleiddlys	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau A = CNAU ALMWN B = CNAU BRASIL CA = CNAU CASHIW CY = CNAU CYLL M = CNAU MACADAMIA P = CNAU PECAN PI = CNAU PISTASIO Ff = CNAU FFRENGIG	Cnau Mwnci	Sesame	Ffa soia	Sylffwr Deucosid
BYRBRYDAU A BAGIAU I FYND (AR GYFER TEITHIAU YSGOL)															
Brechdan Gaws**			G					✓						•	
Brechdan Ham**			G											•	
Brechdan Tiwna a Mayonnaise**			G		✓	✓								•	
Brechdan Caws Feganaidd **			G											•	
Bagét Caws**			G					✓			•			•	
Bagét Ham**			G								•			•	
Bagét Tiwna a Mayo **			G		✓	✓					•			•	
Bagét Caws Feganaidd **			G								•			•	
Jelly Squeeze – Mefus	✓														
Jelly Squeeze - Afal a Chyrens Duon	✓														
Jelly Squeeze – Oren	✓														
Pecyn Bach o Chracers Hufen			G• BCRh		•			•			• B, CA, M, P, PI, Ff	•	•	•	•
Resins a Syltanas	✓														
DIWRNODAU THEMA															
Pwdin Siocled Soia Alpro														✓	
Twrci Rhost	✓														
Soch Mewn Sach (Selsig mewn Bacwn)			G							•				✓	✓
Saws Llugaeron	✓														

ARLWYO ADDYSG

MATRICES GWYBODAETH ALERGENAU (YSGOLION CYNRADD) –

IONAWR 2024

Eitem ar y Fwydlen	Dim	Seleri	Grawnfwydydd (sy' n cynnwys glwten) B = BARLAYS C = CEIRCH G = GWENITH Rh = RHYG	Cramenogion	Wyuau	Pysgod	Bleiddlys	Llaeth	Molysgiaid	Mwstard	Cnau A = CNAU ALMWN B = CNAU BRASIL CA = CNAU CASHIW CY = CNAU CYLL M = CNAU MACADAMIA P = CNAU PECAN PI = CNAU PISTASIO FF = CNAU FFRENGIG	Cnau Mwnci	Sesame	Ffa soia	Syffwr Deucosid
Cacen Nadoligaidd Siocled a Hufen Iâ			G		✓			✓						✓	
Hufen-iâ Di-laeth											•	•			
Grefi	✓														
Rhols Selsig			G		✓			•		•				•	
Stwffin Saets a Winwns			G												
Mousse Mafon								✓							

****Ar gyfer lleoliadau addysg ac addysg arbennig penodol yn unig mae'r eitemau hyn.**

NODIADAU

- Rhestrir cynhwysion pryd o fwyd ar wahân os gellir creu prydau bwyd gydag amrywiadau gwahanol.
- Pan fo eitem ar y fwydlen yn cynnwys alergen a amlygir gyda ✓ mae Arlwyo Addysg wedi nodi alergen sydd **yn** bresennol.
- Pan fo eitem ar y fwydlen yn cynnwys alergen a amlygir gyda (✓) mae Arlwyo Addysg wedi nodi risg o groeshalogi na ellir ei ddileu.
- Pan fo eitem ar y fwydlen yn cynnwys alergen a amlygir gyda • mae Arlwyo Addysg wedi nodi alergen **a allai fod** yn bresennol.
- Pan fo eitem ar y fwydlen yn cynnwys alergen a amlygir gyda (•) mae Arlwyo Addysg wedi nodi risg o groeshalogi **na ellir o bosibl** ei ddileu.
- Mae'r holl wybodaeth yn gywir ar adeg yr argraffu.
- Mae lleoliadau Arlwyo Addysg yn gweithredu amgylchedd amlddisgyblaeth ac ni allant warantu dileu risg croeshalogi alergenau.
- Mae'r ddogfen hon ar gael yn Saesneg / This document is available in English.