

Tŷ Llety'r Old Forge

Bwydlen Frecwast

Sudd ffrwythau

Oren, grawnffrwyth, pînafal neu mango

Grawnfwydydd

Creision ŷd, muesli, Weetabix, Bran Flakes neu Rice Krispies

Tost

Bara gwyn, gwenith cyflawn neu frown garw (granary)

(Menyn, Flora, jam neu farmalêd)

Brecwast Llawn

Cig moch, selsig, ffa, tomatos, bara wedi'i ffrio, hash browns a phwddin gwaed

(Opsiwn llysieuol ar gael)

Wyau

Wedi'u ffrio, wedi'u scramblo, wedi'u potsio neu wedi'u berwi

Diodydd

Coffii, te, te ffrwythau

Os hoffech unrhyw wybodaeth am alergenau bwyd, cofiwch holi!