



Archebwch wrth
y til os gwelwch
yn dda neu...

lawrlwythwch ap
Yoyo i archebu
ymlaen llaw



yoyo



Bwyd

Bagels Trwy'r Dydd

Wedi'i weini â salad a dewis o bagel
plaen, hadau pabi neu granar

***Gellir ei weini yn boeth!**

Tofu mwg (Fegan)*	£4.95
Tofu mwg, hwmws, moron picl, shibwns, dail gwyrdd	
Wyau a llysiau (LI)*	£4.95
Llysiau mediteranaidd, wyau wedi'u berwi, sbigoglys, pesto coch, basil	
Gafr groes*	£5.45
Caws gafr ffres, bresaola, dail roced, ciwcymbr	
Tiwna royale	£5.25
Tiwna, tzatziki, gercinau, dail roced	
Bagel Groeg (LI) *	£5.25
Caws ffeta, tomato heulsych, olewydd cymysg, pesto coch, roced	
Mochyn ar adain*	£5.45
Cig moch, twrci, letys, tomato, Monterey Jack a mayonnaise	
Cyw iâr heliwr*	£5.45
Cyw iâr, bacwn, saws barbeciw, caws cheddar aeddfed Cymreig Dragon	

Salad

Salad llawn lles (LI) £6.25
Brocoli wedi ei rostio, ciwcymbr, afocado, grawn cwinoa, betys, tzatziki, dail salad.
Ychwanegu feta £1.00

Salad Tiwna £6.50
Tiwna, tomatos bach melys, olewydd cymysg a gwygbys, dresin Ffrengig, dail salad

Salad Cesar £6.50
Pasta gwenith cyflawn, cyw iâr, cig moch, tomatos, ciwcymbr, nionyn coch, olewydd cymysg, dresin Cesar, dail salad

Taten Trwy'i Chroen

Wedi'i weini ag un llenwad a salad bach £3.95

Ychwanegwch llenwad (£1.00 fesul llenwad) o:
tiwna mayonnaise / ffa pob / caws / hwmws a thomatos heulsych

Pitsa Pide

Ein fersiwn ni o'r pitsa clasurol yn null y Dwyrain - caiff ei ynganu fel Pi-dei!

Toes pitsa ffres wedi'i lenwi â saws tomato cyfoethog a chaws Fior Di Latte. Dewiswch un o blith y topins a ganlyn. ***Opsiw'n fegan ar gael**

Margarita (LI)* £5.50

Llyisiau Môr y Canoldir (LI)* £5.75

Feta, pupurau rhost ac olifau duon (LI)* £5.95

Cig eidion sbeislyd a nionod £5.95

Pepperoni £5.95

Archebion Ychwanegol

Sglodion clasurol	£2.95
Sglodion gyda chaws	£3.10
Sglodion tatws melys	£2.95
Sglodion halloumi	£3.25

Wafflau (LI)

Waffl cartref gydag iogwrt Groegaidd neu hufen iâ Northern Bloc.

Un sgŵp	Dwy sgŵp	Tair sgŵp
£2.65	£3.50	£4.35

Dewis o blith yr hufen iâ canlynoll:

Siocled a blodau oren

Mefus a yuzu

Fanila bwrbon Madagasgaidd

Hufen iâ caramel a halen môr

Dewiswch o blith (£0.50 y topin)

Surop masarn | Saws taffi | Saws siocled

Prydau Ysgafn

Cawl cartref (Fegan/DG/DL)	£3.70
Detholiad o cacennau a phasteiod wedi ei bobi'n ffres (LI)	o £1.60
Paninis	£4.25

Yr Oergell: Dewiswch o blith eitemau yn y cwpwrdd oer a wnaed ymlaen llaw

gwybodaeth bwysig am alergeddau

Mae'r holl fwyd yn cael ei baratoi yn ein cegin lle mae cnau, glwten ac alergenau eraill yn bresennol.

Mae prosesau a hyfforddiant yn eu lle mewn perthynas ag ymwybyddiaeth alergenau.

**OS OES GENNYCH ALERGEDD BWYD
RHOWCH WYBOD I NI CYN ARCHEBU.**

Nid yw'r disgrifiadau ar y fwydlen yn cynnwys yr holl gynhwysion.

Mae gwybodaeth lawn am alergenau ar gael ar gais.

(LI) = llysieuol (DG) = Dim glwten



Archebwch wrth
y til os gwelwch
yn dda neu...

lawrlwythwch ap
Yoyo i archebu
ymlaen llaw



yoyo



Diodydd

Diodydd Poeth

Mae Llaeth soia a almon ar gael

Espresso	£1.65
Coffi du	£2.30
Cappuccino	£2.65
Latte	£2.65
Mocha	£2.95
Coffi gwyn	£2.65
Te	£2.45
Te llysieuol	£2.45
Siocled poeth	£2.75
Suropau: Cnau cyll Fanila Carmel	£0.55
Malws melys	£0.30
Hufen	£0.30

Diodydd Ysgafn

Dŵr llonydd / pefriol Llanllyr bach	£1.75
Dŵr llonydd / pefriol Llanllyr mawr	£3.25
Sur oren / afal Masnach Deg	£1.90
Carton sudd oren / afal Masnach Deg i blant	£1.00
Karma cola / Summer orangeade	£2.25
Lemony lemonade / Gingerella ginger ale	
Charitea te gwyrdd oer	£2.75
Charitea te du oer	£2.75
Firefly pomgranad ac ysgaw	£2.75
Firefly ciwi, leim a mintys	£2.75
Firefly lemon, leim a sinsir	£2.75
Caniau San Pellegrino	£1.50
Belvoir	£2.50

Smwddis _____ £2.95

Smwddi mafon nefolaidd (Fegan)

Mafon, llus, afal a mango

Smwddi cic acai (Fegan)

Acai, mefus, llus a mango

Smwddi uwchnofa (Fegan)

Grawnffrwyth, pîn-afal, papaia, mango, ceirch a ffa coffi gwyrdd

Smwddi pŵer piws (LI)

Llus, banana, mefus, afal, cacao, quinoa, ceirch a mêl

Smwddi mefus hyfryd (Fegan)

Mefus, eirin gwlanog, papaia

Y Casgliad Llesol _____ £3.45

Latte te rooibos

Frappe brechwast protein banana

Ysgytlaeth protein menyn cnau
