ASESIAD EFFAITH RHEOLEIDDIOL

Mae'r Asesiad Effaith Rheoleiddiol hwn yn ystyried effaith y Rheoliadau a'r Canllawiau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion diwygiedig ar gyfer ysgolion cynradd, fel y'i mynegir yn y Rheoliadau Drafft a'r Canllawiau Drafft.

Opsiynau

Mae Cymru yn arwain y ffordd yn y DU o ran darparu prydau ysgol am ddim i bob plentyn ysgol gynradd. Mae'r cam pwysig hwn yn helpu i fynd i'r afael â thlodi plant ac achosion o blant yn mynd heb fwyd, yn helpu dysgwyr i gyflawni, ac yn cyfrannu at iechyd gwell, gan wneud gwahaniaeth gwirioneddol mewn ysgolion a chymunedau ledled Cymru.

Ar hyn o bryd, cynigir y canlynol yng Nghymru:

- Prydau ysgol am ddim i bob disgybl cynradd
- Llaeth am ddim ac am bris gostyngol mewn ysgolion
- Brecwast am ddim i ddisgyblion cynradd
- Prydau ysgol am ddim i'r disgyblion uwchradd sydd eu hangen fwyaf
- Gwasanaeth prydau â thâl mewn ysgolion uwchradd

Er bod llawer o ffactorau yn dylanwadu ar ddeilliannau addysg a chanlyniadau iechyd plant, mae tystiolaeth yn dangos bod [1]safonau maeth cadarn, a roddir ar waith fel rhan o ddull ysgol gyfan, yn gallu gwella arferion deietegol yn sylweddol. Mae atgyfnerthu'r safonau hyn yn gam hollbwysig i sicrhau bod bwyd mewn ysgolion yn llywio ymddygiadau bwyta'n iach gydol oes ac yn gwella canlyniadau iechyd a deilliannau addysg. Mae ymchwil Canolfan Polisi Cyhoeddus Cymru yn dangos y gall prydau ysgol wneud y canlynol:

- Codi cyflawniad addysgol
- Helpu i ddatblygu arferion bwyta'n iach a lleihau anghydraddoldebau iechyd
- Mynd i'r afael ag achosion o blant yn mynd heb fwyd a thlodi plant
- Gwella sefyllfa ariannol teuluoedd

At hynny, mae Llywodraeth Cymru yn ymrwymedig i wella canlyniadau iechyd a lleihau anghydraddoldebau iechyd i ddysgwyr yng Nghymru. Ar hyn o bryd:

- Mae un o bob pedwar plentyn (tua 9,000) yn dechrau'r ysgol yn byw gyda gordewdra neu bwysau gormodol.
- Mae plant sy'n byw mewn ardaloedd o anfantais economaidd-gymdeithasol uwch yn wynebu mwy o broblemau pwysau

[1] Anderson, M.L., Gallagher, J. a Ritchie, E.R. (2018) School meal quality and academic performance. Journal of Public Economics, 168, tt.81-93.

- Nid yw deietau llawer o blant yn dilyn yr argymhellion deietegol cenedlaethol.

Gall prydau ysgol gyfrif am draean neu fwy o'r bwyd y mae plentyn yn ei fwyta bob dydd yn ystod yr wythnos. Mae iechyd a llesiant da yn bwysig i alluogi dysgu llwyddiannus. Rydym am i bob dysgwr allu cael bwyd iach, deall pwysigrwydd deiet maethlon ac effaith ei ddewisiadau ar ei iechyd a'i lesiant corfforol, a datblygu ymddygiadau cadarnhaol ar sail gwybodaeth sy'n gwella ei iechyd, ei allu i gyflawni, ei hwyliau cyffredinol a'i lefelau egni.

Dyna pam yr ymrwymodd Llywodraeth Cymru, yn Strategaeth Pwysau Iach: Cymru Iach i adolygu'r rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion, sy'n nodi'r mathau o fwyd a diod y dylid eu darparu mewn ysgolion a gynhelir a'r gofynion maethol ar gyfer cinio ysgol. Mae'r cam hwn o'r gwaith yn canolbwyntio'n gyntaf ar ddiweddaru'r rheoliadau bwyd a diod a'r canllawiau ategol ar gyfer ysgolion cynradd, yn ogystal â diweddaru'r canllawiau ar hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach ym mhob ysgol a gynhelir yng Nghymru.

Mae bwyd mewn ysgolion uwchradd yn llawer mwy cymhleth nag mewn ysgolion cynradd oherwydd poblogrwydd opsiynau bwyd cyflym a'r amrywiaeth eang o fwydydd sydd ar gael yn ystod yr egwyl bore ac amser cinio. Byddwn yn parhau i adolygu'r Rheoliadau bwyd a diod ar gyfer ysgolion uwchradd ac rydym yn casglu rhagor o ddata ar fwyd mewn ysgolion uwchradd. Rydym hefyd yn ceisio tystiolaeth i'n helpu i ddeall y ffordd orau o sicrhau darpariaeth bwyd apelgar a chytbwys o ran maeth mewn ysgolion uwchradd drwy ein galwad am dystiolaeth.

Diweddaru'r Rheoliadau ar gyfer ysgolion cynradd nawr, fel eu bod yn cyd-fynd yn agosach ag argymhellion deietegol cyfredol y DU, yw'r ffordd fwyaf effeithiol o sicrhau cysondeb o ran y bwriad polisi i helpu disgyblion ysgol gynradd i gael y bwyd a'r diodydd sydd eu hangen arnynt i ddilyn deiet iach a gwireddu eu potensial, gan gynnwys y rhai ag anghenion deietegol arbennig neu sydd wedi'u rhagnodi'n feddygol.

Mae'r Asesiad Effaith Rheoleiddiol hwn yn ystyried dau opsiwn i gyflawni hyn gan nad ystyriwyd bod cyflwyno canllawiau anstatudol yn opsiwn sylfaenol realistig. Gallai canllawiau anstatudol greu anghysondebau ledled Cymru a allai arwain at anghydraddoldebau iechyd ymhlith dysgwyr. Y ddau opsiwn sydd wedi'u nodi yw:

> **Opsiwn 1:** Cadw'r Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion 2013 cyfredol, h.y. busnes fel arfer
>
> Opsiwn 2: Diweddaru'r Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion a'r Canllawiau Statudol ar gyfer ysgolion cynradd i adlewyrchu argymhellion deietegol diweddaraf Llywodraeth y DU.

Ystyrir yr opsiynau hyn yn fanwl isod.

Opsiwn 1 – Cadw'r Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion 2013 cyfredol, h.y. busnes fel arfer

Disgrifiad

1. Mae'r ddarpariaeth bwyd mewn ysgolion yng Nghymru yn seiliedig ar Reoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Safonau a Gofynion Maeth) (Cymru) 2013. Mae'r rhain yn nodi'r mathau o fwyd a diod y mae'n rhaid eu darparu yn ystod y diwrnod ysgol a'r rhai na ddylid eu darparu, ac maent yn diffinio cynnwys maethol cinio ysgol arferol. Rhaid i'r holl fwyd a ddarperir mewn ysgolion a gynhelir gan awdurdod lleol, gan gynnwys Prydau Ysgol Am Ddim, gydymffurfio â'r Rheoliadau hyn. Byddai'r opsiwn hwn yn golygu bod y Rheoliadau hyn yn parhau heb eu newid.

Manteision

2. Gan fod yr opsiwn hwn yn cadw'r sefyllfa bresennol, nid yw'n cynnig unrhyw fanteision ychwanegol, yn enwedig o ran canlyniadau gwell i ddysgwyr. Fodd bynnag, drwy fynd ar drywydd yr opsiwn hwn, ni fyddai'r risgiau a nodwyd yn y dadansoddiad o opsiwn 2 yn codi, a gellid ystyried bod lliniaru'r risgiau hyn yn fantais. Y prif risgiau a fyddai'n cael eu hosgoi drwy gynnal y sefyllfa sydd ohoni fyddai'r pwysau ychwanegol posibl ar y gweithlu arlwyo lleol wrth addasu i'r gofynion newydd, yr effaith bosibl ar gadwyni cyflenwi pe bai'r newidiadau arfaethedig yn effeithio arnynt, a'r risg i ddysgwyr pe bai llai ohonynt yn dewis cael prydau ar ôl i'r Rheoliadau gael eu cyflwyno. Fodd bynnag, nid yw'r posibilrwydd y gallai'r risgiau hyn godi yn gwrthbwyso mantais cyflwyno'r Rheoliadau newydd i ddysgwyr, a byddant yn cael eu hystyried yn ystod yr ymgynghoriad. Caiff yr effeithiau posibl eu hailasesu'n fanylach pan fydd yr ymatebion i'r ymgynghoriad wedi'u dadansoddi.

Risgiau

3. Ers i'r Rheoliadau cyfredol gael eu cyflwyno, mae argymhellion deietegol Llywodraeth y DU wedi'u diwygio yn dilyn cyngor a gyhoeddwyd i bedair Llywodraeth y DU gan y Pwyllgor Cynghori Gwyddonol ar Faeth (SACN). Os na chymerir unrhyw gamau, ni fydd Llywodraeth Cymru yn gwneud y gorau o'r effaith y gall darpariaeth bwyd mewn ysgolion ei chael o ran lleihau anghydraddoldebau a helpu i ddatblygu arferion bwyta da gydol oes.

Costau

4. Nid oes unrhyw gostau uniongyrchol ychwanegol yn gysylltiedig â'r opsiwn busnes fel arfer yn y byrdymor. Fodd bynnag, mae risg, wrth wneud dim, na fyddem yn manteisio i'r eithaf ar y cyfle i leihau nifer y plant sydd dros bwysau neu'n ordew, a all arwain at gyflyrau iechyd sy'n gysylltiedig â deiet fel diabetes a chlefyd y galon, ac y gallai hynny arwain at gostau uwch i'r GIG yng Nghymru dros amser.

Opsiwn 2: Diweddaru'r Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion a'r Canllawiau Statudol ar gyfer ysgolion cynradd i adlewyrchu argymhellion deietegol diweddaraf Llywodraeth y DU.

Disgrifiad

5. Diweddaru'r Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Safonau a Gofynion Maeth) (Cymru) 2013 a'r Canllawiau Statudol ategol i adlewyrchu argymhellion deietegol diweddaraf Llywodraeth y DU.

6. Mae'r gofynion arfaethedig wedi'u diweddaru fel eu bod yn cyd-fynd yn agosach ag argymhellion deietegol Llywodraeth y DU cymaint ag yr oedd hynny'n rhesymol ymarferol. Cawsant eu datblygu a chytunwyd arnynt ar y cyd drwy Grŵp Gorchwyl a Gorffen a oedd yn cynnwys Iechyd Cyhoeddus Cymru, academyddion, deietegwyr ym maes iechyd y cyhoedd, Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru ac arweinwyr arlwyo awdurdodau lleol. Mae rhai newidiadau yn cynnwys:

   - Cynnig mwy o ffrwythau a llysiau er mwyn helpu plant yng Nghymru i fwyta pump y dydd.
   - Darparu mwy o garbohydradau startshlyd am fod tystiolaeth yn awgrymu nad yw plant yng Nghymru yn bwyta digon o ffeibr.
   - Cyfyngu ar fwydydd crwst, pwdinau a nwyddau pob wedi'u melysu, a bwydydd wedi'u ffrio yn seiliedig ar y cyngor deietegol diweddaraf.
   - Teilwra meintiau dognau yn ôl grŵp oedran er mwyn helpu i leihau gwastraff bwyd.
   - Darparu llai o gig wedi'i brosesu a chyfyngu ar ddewisiadau wedi'u prosesu yn lle pysgod a chig a all gynnwys llawer o halen a braster dirlawn.
   - Diogelu symiau cig coch yn gymedrol er mwyn sicrhau bod plant yn cael budd o'r maethynnau y mae'n eu cynnig heb fwyta gormod ohono.
   - Gwahardd diodydd llawn siwgr, sy'n gysylltiedig â gordewdra a phydredd dannedd.

7. Cyflwynir manteision, risgiau a chostau posibl diweddaru'r Rheoliadau a'r Canllawiau Bwyta'n Iach yma ar ffurf drafft. Maent yn cynrychioli ein dealltwriaeth gychwynnol drwy ein gwaith ymgysylltu helaeth ag amrywiaeth o bartneriaid, gan gynnwys dysgwyr, ysgolion, cyrff rheoleiddio, arlwywyr awdurdodau lleol, deietegwyr ym maes iechyd y cyhoedd, Estyn ac academyddion. Mae Llywodraeth Cymru yn lansio'r ymgynghoriad hwn er mwyn clywed gan bawb sydd â diddordeb mewn bwyd mewn ysgolion, a byddem yn croesawu eich adborth ar yr effeithiau a nodir isod.

Manteision

8. Mae plant yn treulio cyfran sylweddol o'u bywydau pob dydd yn yr ysgol, a gall y bwyd a ddarperir iddynt gyfrannu at fwy na thraean o'u gofynion

dyddiol. Mae tystiolaeth yn dangos bod prydau sy'n bodloni gofynion maethol yn fuddiol i ddeilliannau addysgol. [2] Mae tystiolaeth hefyd yn dangos bod bwyd mewn ysgolion sy'n bodloni gofynion maethol yn fuddiol i ganlyniadau iechyd. Mae sicrhau bod y bwyd a ddarperir mewn ysgolion yn cyfrannu at ganlyniadau gwell i ddysgwyr yn cynnig gwerth gwell am arian i bwrs y wlad.

9. Mae cyflwyno prydau ysgol am ddim i holl blant ysgolion cynradd ynghyd â'r ymrwymiad yn Pwysau Iach: Cymru Iach i adolygu bwyd mewn ysgolion yn cynnig cyfle unigryw i sicrhau bod y ddarpariaeth sydd ar gael i bob plentyn cynradd yn adlewyrchu argymhellion deietegol diweddaraf Llywodraeth y DU.

10. Mae diweddaru'r Rheoliadau a'u cymhwyso yng nghyd-destun dull ysgol gyfan o ymdrin â bwyd ac addysg bwyd yn cynrychioli dull effeithiol o helpu i sicrhau bod mwy o fwyd iach ar gael yn ogystal â helpu i ddatblygu ymddygiadau bwyta'n iach a dewisiadau bwyd iach a all gyfrannu at ganlyniadau gwell ac ansawdd bywyd gwell i blant a phobl ifanc sy'n byw yng Nghymru.

11. Gallai bwyd mwy maethlon mewn ysgolion helpu i leihau'r risg o broblemau iechyd sy'n gysylltiedig â deiet fel gordewdra, canser, clefyd coronaidd y galon a diabetes math 2. Amcangyfrifir mai cost lawn flynyddol gordewdra ledled y DU yw £58 miliwn, a bod y GIG yn gwario tua £6.5 miliwn ar glefydau sy'n gysylltiedig â gordewdra bob blwyddyn. [3]

12. Byddai diweddaru'r Rheoliadau yn cyflawni ymrwymiad Llywodraeth Cymru yn Strategaeth Pwysau Iach: Cymru Iach i roi rheoliadau bwyd ysgol diwygiedig ar waith sy'n cyd-fynd â'r gofynion a'r canllawiau diweddaraf. Mae hyn yn rhan o Flaenoriaeth Genedlaethol i alluogi ein lleoliadau addysg i fod yn fannau lle mae iechyd corfforol ac iechyd meddwl yn dal i fod yn flaenoriaeth er mwyn *'lleihau effaith iechyd gwael ac anghydraddoldeb.'*

13. At hynny, mae ystyried y ddarpariaeth a'i chysoni â'r argymhellion iechyd diweddaraf ar gyfer maeth plant yn cyfrannu at ymrwymiad Rhaglen Lywodraethu Llywodraeth Cymru i gyflawni nod Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) o greu '*Cymru Iachach'* a '*chymdeithas lle mae llesiant corfforol a meddyliol pobl cystal â phosibl a lle mae modd deall dewisiadau ac ymddygiad sydd o fudd i iechyd yn y dyfodol'.*

14. Mae adroddiadau bod rhai plant yn dweud eu bod yn teimlo'n llwglyd ar ôl cael cinio ysgol. Bydd y Rheoliadau diwygiedig yn cyflwyno meintiau dognau lleiaf a mwyaf ar gyfer darpariaethau penodol. Byddwn yn sicrhau nad oes terfyn uchaf ar y bwyd rydym am ei annog, fel ffrwythau, llysiau a bara sy'n cynnwys o leiaf 50% o wenith cyflawn, a'n bod yn

---

[2] Anderson, M.L., Gallagher, J. a Ritchie, E.R. (2018) School meal quality and academic performance. Journal of Public Economics, 168, tt.81-93.

[3] Estimating the full costs of obesity - Frontier Economics

cyfyngu ar fwydydd sy'n cynnwys siwgr a braster dirlawn sy'n cynyddu'r risg o broblemau iechyd sy'n gysylltiedig â deiet. Gallai'r newidiadau hyn helpu i fynd i'r afael â'r broblem yn ymwneud â phlant yn teimlo'n llwglyd yn yr ysgol.

15. Mae diweddaru'r Rheoliadau a'r Canllawiau Statudol ategol yn creu cyfle i ysgolion hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach ymhellach, atgyfnerthu gwybodaeth a dealltwriaeth, a chyfrannu at ymddygiadau bwyta'n iach gydol oes. Ar yr un pryd, gallai maeth gwell gefnogi ymddygiad a chyflawniad gwell mewn ysgolion. [4]

16. Mae bwyd yn hanfodol bwysig yng Nghymru ac mae'n cynnig buddiannau niferus, gan gynnwys atgyfnerthu'r economi sylfaenol drwy swyddi a thwf a gwella sicrwydd cyflenwadau bwyd. Mae hefyd yn allweddol i iechyd a llesiant ac yn chwarae rôl ddylanwadol wrth helpu Llywodraeth Cymru i gyflawni ei huchelgeisiau o ran sero net drwy'r mathau o fwyd rydym yn eu bwyta a thrwy gwtogi cadwyni cyflenwi. Mae cydgynhyrchu a chyflwyno'r Rheoliadau a'r Canllawiau diwygiedig yn parhau i gynnig cyfleoedd i hybu'r cyflenwad o gynhyrchion Cymreig cynaliadwy ymhellach.

17. Mae hyn yn cynnwys camau parhaus gan awdurdodau lleol i fabwysiadu canllawiau Llywodraeth Cymru: ‘Pŵer Prynu’r Plât Cyhoeddus: Canllaw cyfreithiol i fewnosod cynaliadwyedd wrth gaffael bwyd i greu Cymru iachach, fwy cyfoethog’ ar gyfer pob contract bwyd/cytundeb fframwaith sy'n darparu bwyd ysgol yng nghyd-destun y rheoliadau diwygiedig.

18. Bydd hyn yn helpu i roi mwy o bwyslais ar ansawdd a tharddiad wrth gaffael bwyd, ac i ymgorffori dulliau'r economi sylfaenol, a dylid ei gymhwyso yng nghyd-destun y rheoliadau a'r canllawiau newydd er mwyn helpu i sicrhau bod cymaint o fwyd lleol cynaliadwy a thymhorol â phosibl ar fwydlenni ysgolion.

19. Mae'r cynnydd mewn ffrwythau a llysiau yn y Rheoliadau diwygiedig ar gyfer ysgolion cynradd hefyd yn cynnig cyfle i gynyddu gweithgarwch cynhyrchu lleol. Bydd hyn yn helpu i sicrhau bod prosiectau presennol a ariennir gan Lywodraeth Cymru, fel prosiect ‘Llysiau o Gymru ar gyfer Ysgolion’, a gwaith i ddatblygu prydau newydd sy'n cynnwys cynnyrch Cymreig gan Castell Howell a Larder Cymru, sy'n gweithio gydag awdurdodau lleol i adolygu bwydlenni a chynnwys mwy o ffrwythau a llysiau lleol, yn cael yr effaith fwyaf posibl. Mae parhau i weithio gyda'r sector amaethyddiaeth yng Nghymru i ddatblygu cyfleoedd newydd i gynyddu cyflenwadau lleol yn hanfodol ac yn cynnig manteision i bawb.

Risgiau

20. Mae awdurdodau lleol wedi ymwneud yn helaeth â'r gwaith o ddatblygu'r Rheoliadau diwygiedig ar gyfer ysgolion cynradd, a chynhaliwyd cam profi

[4] Adroddiad-Effeithiau-Prydau-Ysgol-am-Ddim-i-Bawb.pdf

a myfyrio cyn ymgynghori er mwyn ystyried y cynigion a'u mireinio ymhellach cyn drafftio'r Rheoliadau diwygiedig hyn. Gallai'r cynigion beri risgiau i ddechrau os bydd gwasanaethau arlwyo yn ei chael hi'n anodd addasu i'r gofynion newydd neu os bydd angen nodi cadwyni cyflenwi newydd neu addasu'r rhai presennol.

21. Mae'r Rheoliadau diwygiedig ar gyfer ysgolion cynradd yn cynnig y dylid cyfyngu ar gig wedi'i brosesu, na ddylid darparu sudd ffrwythau, y dylid lleihau amlder pwdinau pob wedi'u melysu, ac mai dim ond bara sy'n cynnwys 50% o wenith cyflawn y dylid ei weini. Gellid ystyried bod hyn yn cyfyngu ar ryddid plant i ddewis. Gallai cyfyngu ar argaeledd dewisiadau bwyd poblogaidd hefyd arwain at fwy o blant yn mynd heb fwyd os na fyddant yn bwyta'r hyn a gynigir. Gallai hyn gael effaith benodol ar blant sy'n byw mewn ardaloedd o anfantais economaidd-gymdeithasol, sy'n fwy tebygol o fod o rai cefndiroedd ethnig lleiafrifol ac o deuluoedd â phobl anabl. Gall y plant hyn fod yn fwy dibynnol ar y pryd yn yr ysgol. Felly, bydd ein hymgynghoriad yn ceisio ymgysylltu â phlant a phobl ifanc er mwyn deall dewisiadau bwyd, clywed eu barn ac ystyried yr effeithiau ymhellach. Deallwn hefyd, lle mae newidiadau tebyg wedi'u gwneud yng ngwledydd eraill y DU, lle bu lleihad yn nifer y plant a fanteisiodd ar y ddarpariaeth i ddechrau, y darparwyd cymorth i adfer lefelau arferol yn dilyn cyfnod o addasu.

22. Mae'r Rheoliadau cyfredol ar gyfer ysgolion cynradd yn ei gwneud yn ofynnol i weini unrhyw doriad cig o leiaf ddwywaith yr wythnos, ond mae'r Rheoliadau diwygiedig yn cynnig bod yn rhaid i gig coch gael ei weini o leiaf unwaith yr wythnos a heb fod yn fwy na dwywaith yr wythnos, a bod yn rhaid cyfyngu cig wedi'i brosesu i unwaith yr wythnos. Er bod y newid hwn yn sicrhau bod cig coch ar y fwydlen, ochr yn ochr â nifer anghyfyngedig o doriadau cig gwyn, gellid hefyd ystyried bod cymhwyso terfyn uchaf ar gyfer cig coch yn cyfyngu ar y gallu i'w fwyta. Felly, rydym yn ymwybodol o'r risgiau canfyddedig i amaethyddiaeth a busnesau cyflenwi bwyd sy'n cyflenwi cig coch, selsig a bacwn ar gyfer prydau ysgol ac rydym am ddeall yr effeithiau posibl drwy ein hymgynghoriad.

23. Mae lleihau gwastraff bwyd yn rhan allweddol o'n newid i economi gylchol. Mae'r Rheoliadau a'r Canllawiau diwygiedig ar gyfer ysgolion cynradd yn cynnwys newidiadau i feintiau dognau a all helpu i leihau gwastraff bwyd, ond gall newidiadau yn y grwpiau bwyd a gynigir arwain at rywfaint o wastraff bwyd ychwanegol, i ddechrau o leiaf.

Costau

24. Mae profion cyn-ymgynghori cychwynnol o'r Rheoliadau ar gyfer ysgolion cynradd gan awdurdodau lleol wedi awgrymu y gallai fod cynnydd mewn costau mewn rhai meysydd o'r ddarpariaeth prydau, ond prin yw'r dystiolaeth ar hyn o bryd. Gallai hefyd fod arbedion cost o ganlyniad i newidiadau eraill sy'n cael eu cynnig (gan gynnwys lleihau meintiau dognau ar gyfer babanod, er enghraifft). Caiff hyn ei adolygu'n

barhaus, ac rydym yn disgwyl y byddwn yn meithrin dealltwriaeth well drwy ymgynghori a chasglu adborth.

25. Mae'r Rheoliadau ar gyfer bwyd mewn ysgolion yn rhoi hyblygrwydd i arlwywyr gynnwys dewis ac arfer disgresiwn wrth ddylunio bwydlenni cinio ysgolion. Mae hyn yn golygu, er y bydd costau darpariaethau yn parhau i gael eu hystyried wrth ddylunio bwydlenni, y gellid cyfnewid eitemau am rai eraill os bydd costau rhai eitemau yn afresymol. Fodd bynnag, gallai fod costau trosiannol cychwynnol i awdurdodau lleol ddod o hyd i ddewisiadau amgen iachach a'u cyflenwi. At hynny, wrth ddatblygu bwydlenni newydd sy'n adlewyrchu cymunedau lleol, gan gynnwys anghenion crefyddol, deietau arbennig a dewisiadau diwylliannol, gallai fod effaith ar gostau. Byddai Llywodraeth Cymru yn croesawu adborth gan bartneriaid ar y mater hwn fel rhan o'r ymgynghoriad.

26. Caiff y gyllideb ar gyfer darparu bwyd i ddisgyblion sy'n gymwys am brydau ysgol am ddim mewn ysgolion cynradd ei hariannu drwy'r grant cynnal refeniw. Hefyd, caiff cyllideb sy'n seiliedig ar alw ei dyrannu i awdurdodau lleol ar gyfer costau darparu'r holl brydau ysgol eraill sy'n dod o dan y ddarpariaeth prydau ysgol am ddim i holl blant ysgolion cynradd. Fel rhan o'r ymgynghoriad, bydd Llywodraeth Cymru yn ystyried a fydd cyflwyno'r Rheoliadau diwygiedig yn arwain at unrhyw gostau ychwanegol, a bydd yn gweithio gydag awdurdodau lleol i asesu sut y caiff unrhyw gostau o'r fath eu rheoli. Fodd bynnag, ni fydd unrhyw gostau ychwanegol sy'n gysylltiedig â diweddaru'r Rheoliadau yn cael eu trosglwyddo'n uniongyrchol i ddysgwyr a'u teuluoedd. Fel y nodwyd, byddwn yn meithrin dealltwriaeth fanylach o effaith y newidiadau arfaethedig ar gostau drwy ymgynghori cyn eu rhoi ar waith.

27. Ein nod yw adeiladu ar enghreifftiau cadarnhaol o gyflenwyr bwyd yn gweithio gydag awdurdodau lleol i ddefnyddio mwy o gynnyrch bwyd Cymreig, gan leihau costau drwy brynu mewn swp a symleiddio'r gadwyn gyflenwi.

28. Gallai darparu llysiau a ffrwythau yn amlach mewn ysgolion cynradd a chynnig mwy o amrywiaeth ohonynt gynyddu costau, ond dangosodd gwaith ymgysylltu cynnar ag awdurdodau lleol eu bod eisoes yn gweithio tuag at gynnig mwy o ddewis o ffrwythau a llysiau i ddysgwyr. Felly, bydd y Rheoliadau hyn yn adeiladu ar sylfeini sy'n bodoli eisoes ac yn sicrhau safonau cyson ledled Cymru.

29. Wrth ddiweddaru'r Rheoliadau, mae'n bosibl y bydd angen cyllid ychwanegol ar gyfer seilwaith ceginau. Byddai Llywodraeth Cymru yn croesawu adborth gan bartneriaid ar oblygiadau cost y seilwaith fel rhan o'r ymgynghoriad.

30. Caiff y Rheoliadau diwygiedig eu hategu gan Ganllawiau Statudol a fydd hefyd yn arwain at gost ymgyfarwyddo i awdurdodau lleol a staff arlwyo ysgolion, y bydd angen amser arnynt i ddarllen a deall y gofynion

newydd. Caiff y costau hyn eu lliniaru'n rhannol gan raglen a ariennir o gymorth gweithredu (cytunwyd ar £100k ar gyfer 2026/27)

Crynodeb o'r opsiwn a ffefrir

31. Mae **Opsiwn 1** yn cynnig cadw'r Rheoliadau cyfredol heb eu newid. Cafodd y rhain eu gwneud dros 10 mlynedd yn ôl ac nid ydynt yn adlewyrchu argymhellion deietegol Llywodraeth y DU mwyach. Bydd darparu prydau ysgol nad ydynt yn gyson ag argymhellion deietegol yn cyfyngu ar effaith y ddarpariaeth prydau ysgol am ddim i holl blant ysgolion cynradd ar iechyd, a byddai'n golygu colli cyfle i sicrhau bod bwyd mewn ysgolion yn gwneud y cyfraniad mwyaf posibl at wella iechyd, llesiant a chyflawniad dysgwyr oedran cynradd yn yr ysgol.

32. Mae **Opsiwn 2** yn rhoi cyfle i gysoni ag argymhellion deietegol diweddaraf Llywodraeth y DU, ac mae tystiolaeth yn dangos bod gofynion bwyd/maethol diwygiedig, a roddir ar waith fel rhan o ddull ysgol gyfan o ymdrin â bwyd, yn strategaeth hirdymor effeithiol i wella maeth ac ymddygiadau bwyta'n iach.

33. Bu pryder ers cryn amser ynghylch nifer y plant sydd dros bwysau neu'n ordew yng Nghymru, a'r effaith y mae hyn yn ei chael ar eu hiechyd a'u llesiant, a'u gallu i wireddu eu potensial. Gwyddom fod un o bob pedwar (tua 9,000) plentyn 4-5 oed dros bwysau neu'n ordew pan fyddant yn dechrau yn yr ysgol bob blwyddyn, ac nad yw llawer ohonynt yn cael y maeth cytbwys sydd ei angen arnynt i ffynnu. Mae lefelau gordewdra ymhlith plant yn waeth yn ein hardaloedd mwyaf difreintiedig yng mae lefelau gordewdra difrifol ymhlith plant yn parhau i gynyddu. [5] Deiet gwael yw un o'r prif ffactorau sy'n cyfrannu at hyn.

34. Mae'r cynllun prydau ysgol am ddim i bob plentyn ysgol gynradd yn gyfle gwerthfawr i sicrhau bod plant yn cael pryd maethlon yn yr ysgol bob dydd a all, ochr yn ochr ag addysg briodol a gwaith i hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach, eu helpu i ddatblygu arferion bwyta'n iach gydol oes[6]. Ynghyd â brecwastau am ddim, llaeth ysgol a pholisïau ar fwyd mewn ysgolion a gefnogir gan y Cynllun Cyn-ysgol Iach a Chynaliadwy, fel ffrwythau/llysiau yn ystod yr egwyl bore, gall ysgolion cynradd ddarparu traean neu fwy o faeth dyddiol plentyn. Mae hyn yn cynnig cyfle sylweddol i gyfrannu at iechyd plant, ac i sefydlu arferon deietegol iach gydol oes.

35. Nid ystyrir y byddai dull busnes fel arfer yn gwrthbwyso manteision diwygio'r Rheoliadau fel eu bod yn cyd-fynd yn agosach ag argymhellion deietegol Llywodraeth y DU. Mae diwygio'r Rheoliadau o dan **Opsiwn 2** yn rhoi'r cyfle i adeiladu ar gryfderau'r Rheoliadau cyfredol a'u mireinio

[5] Eliminating weight stigma - guidelines for BDA communications - British Dietetic Association (BDA)
[6] Diet, behaviour and learning in children - BDA

ymhellach er mwyn sicrhau bod bwyd a diod mewn ysgolion yn darparu maethynnau hanfodol, ac y cyfyngir ar fraster dirlawn, siwgr a halen.

36. Felly, **Opsiwn 2** yw'r opsiwn a ffefrir.

6. Asesu'r Gystadleuaeth

Caiff yr asesiad llawn o'r gystadleuaeth ei gwblhau ar ôl yr ymgynghoriad. Byddwn yn defnyddio'r ymgynghoriad i gasglu unrhyw wybodaeth a thystiolaeth i helpu i lywio'r asesiad terfynol.

7. Adolygiad ar ôl gweithredu

Yn dilyn penderfyniad terfynol ynghylch y polisi o ganlyniad i'r ymgynghoriad cyhoeddus a gwneud y rheoliadau newydd, caiff dulliau gwerthuso eu hystyried a byddant yn hanfodol i fesur effaith y polisi newydd hwn. Mae amrywiaeth o gyfleoedd yn bodoli y gellir eu defnyddio i helpu i fonitro a gwerthuso unrhyw newidiadau. Mae'r rhain yn cynnwys setiau data a dangosyddion sy'n bodoli eisoes ar addysg ac iechyd y gellir eu cymharu dros amser, y gwerthusiad annibynnol o'r ymrwymiad i ddarparu prydau ysgol am ddim i bob plentyn ysgol gynradd, data ar gaffael cyhoeddus, dealltwriaeth o'r farchnad, ymgysylltu a gwrando cymdeithasol.