Rhif: WG52141

Llywodraeth Cymru

Ymgynghoriad – crynodeb o ymatebion

Adolygiad Rheoliadau a Chanllawiau Statudol Bwyta'n Iach mewn Ysgolion

Medi 2025

Mae'r ddogfen yma hefyd ar gael yn Saesneg.
This document is also available in English.

Trosolwg

Mae'r ddogfen hon yn rhoi crynodeb o'r ymatebion i'n hymgynghoriad ar fwyta'n iach mewn ysgolion, ochr yn ochr â chanfyddiadau cyfres o grwpiau ffocws. Cyhoeddwyd yr adroddiad hwn ar 2 Hydref 2025.

Darparwyd gwybodaeth am y camau nesaf hefyd.

Gweithredu anghenrheidiol

Mae'r ddogfen hon er gwybodaeth yn unig.

Gwybodaeth bellach a dogfennau cysylltiedig

Mae fersiynau print bras, Braille ac iaith amgen o'r ddogfen hon ar gael ar gais.

Title of related Welsh Government document (year of publication)

Manylion cyswllt

Am fwy o wybodaeth:
Tim Bwyd Mewn Ysgolion
Yr Is-adran Cymorth i Ddysgwyr
Yr Adran Addysg a Sgiliau
Llywodraeth Cymru
Parc Cathays
Caerdydd
CF10 3NQ

ebost: bwydmewnysgolion@llyw.cymru

Copïau ychwanegol

Cyhoeddir y crynodeb hwn o ymatebion a chopïau o'r holl ddogfennaeth ymgynghori ar ffurf electronig yn unig a gellir ei gyrchu ar wefan Llywodraeth Cymru.
Dolen i'r ddogfen ymgynghori: Bwyta'n iach mewn ysgolion | LLYW.CYMRU

Cynnwys

Geirfa 5

Cyflwyniad a chefndir 6

Canfyddiadau’r ymgynghoriad 9

Cwestiwn 1 – Dewiswch bob un sy’n berthnasol i chi isod. 9

Cwestiwn 2: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu mwy o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd? 10

Cwestiwn 3: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig, cig coch a physgod? 13

Cwestiwn 4: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu? 16

Cwestiwn 5: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud ag opsiynau nad ydynt yn gig (yn benodol, cyfyngu ar brydau sydd wedi'u seilio ar gaws a chig wedi'i brosesu a dewisiadau amgen yn lle pysgod)? 18

Cwestiwn 6: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, pwdinau a nwyddau pob wedi'u melysu, a chrwst? 21

Cwestiwn 7: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen sydd wedi'u seilio ar blanhigion mewn ysgolion cynradd? 24

Cwestiwn 8: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sydd â'r nod o ddarparu meintiau dognau mwy priodol mewn ysgolion cynradd i'r rhai yn y dosbarth Meithrin hyd at Flwyddyn 2 a'r rhai ym Mlwyddyn 3 hyd at Flwyddyn 6? 26

Cwestiwn 9: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu brecwast? 28

Cwestiwn 10: A yw'r canllawiau statudol drafft sy'n helpu arlwywyr bwyd ysgolion cynradd i roi'r rheoliadau drafft ar waith yn ddigon clir? 30

Cwestiwn 11: A yw'r canllawiau statudol drafft ar ddiwallu anghenion deietegol sydd wedi'u rhagnodi'n feddygol ac anghenion deietegol eraill yn ddigon clir? 32

Cwestiwn 12: Pa heriau, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi? 34

Cwestiwn 13: Pa effeithiau cadarnhaol, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi? 35

Cwestiwn 14: Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr asesiadau effaith drafft, yn benodol ar effaith y rheoliadau drafft ar blant, teuluoedd sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol a phobl â nodweddion gwarchodedig (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei chynnwys yn eich barn chi)? 36

Cwestiwn 15: Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr effaith ar gostau (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei hystyried, yn eich barn chi)? 38

Cwestiwn 16: A yw'r canllawiau statudol drafft, sydd â'r nod o helpu awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu i gyflawni eu dyletswyddau i hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach yn ddigon clir? 40

Cwestiwn 17: Sut y gallwn sicrhau darpariaeth bwyd apelgar a chytbwys o ran maeth mewn ysgolion uwchradd? 43

Cwestiwn 18: Beth yn eich barn chi fyddai effeithiau tebygol y ddeddfwriaeth ar y Gymraeg? Mae gennym ddiddordeb penodol mewn unrhyw effeithiau tebygol ar gyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg. 49

Cwestiwn 19: Yn eich barn chi, a fyddai modd ffurfio neu addasu'r ddeddfwriaeth er mwyn: sicrhau effeithiau cadarnhaol neu fwy cadarnhaol ar ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg; neu liniaru unrhyw effeithiau andwyol ar y defnydd o'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg? 51

Cwestiwn 20: Rydym wedi gofyn nifer o gwestiynau penodol. Os oes gennych chi unrhyw faterion cysylltiedig nad ydym wedi ymdrin yn benodol â nhw, defnyddiwch y gofod hwn i'w hadrodd: 52

Gohebiaeth Ychwanegol – negeseuon e-bost a llythyrau 53

Canfyddiadau'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc 68

Canfyddiadau'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall 79

Grwpiau Ffocws 83

Ymgynghori â rhieni a gofalwyr 83

Y Camau Nesaf 87

Atodiadau 88

Atodiad A – Methodoleg 88

Atodiad B – Cwestiynau'r ymgynghoriad 89

Atodiad C – Cwestiynau Ymgynghori ar gyfer Plant a Phobl Ifanc 91

Atodiad D – Cwestiynau Ymgynghori Hawdd ei Ddeall 92

Atodiad E – Cwestiynau Grŵp Ffocws 92

Atodiad F – Rhestr o sefydliadau a ymatebodd 94

Atodiad G – Grwpiau ffocws a gynhaliwyd 95

Geirfa

ADHD
Anhwylder Diffyg Canolbwyntio a Bywiogrwydd *(Attention Deficit Hyperactivity Disorder)*

ADY / ALN
Anghenion Dysgu Ychwanegol

ARFID
Anhwylder Osgoi/Cyfyngu ar Gymryd Bwyd *(Avoidant/Restrictive Food Intake Disorder)*

COT
Y Pwyllgor ar Docsigrwydd Cemegion mewn Bwyd, Cynhyrchion Defnyddwyr a'r Amgylchedd *(The Committee on Toxicity of Chemicals in Food, Consumer Products and the Environment)*

CYP
Plant a Phobl Ifanc

FSM
Prydau ysgol am ddim

Babanod
Dysgwyr ysgolion cynradd o ddosbarth meithrin at Flwyddyn 2

Disgyblion Iau
Dysgwyr ysgolion cynradd o Flwyddyn 3 i Flwyddyn 6

NHS
Y Gwasanaeth Iechyd Gwladol

SACN
Y Pwyllgor Gwyddonol Ymgynghorol ar Faetheg

UPFSM
Prydau Ysgol am Ddim i holl blant Ysgolion Cynradd

UPF
Bwyd wedi'i brosesu'n helaeth *(Ultra-processed foods)*

Cyflwyniad a chefndir

Cyd-destun a Sail Resymegol dros Newid
Mae Llywodraeth Cymru wedi ymrwymo i wella canlyniadau iechyd i ddysgwyr yng Nghymru a dileu anghydraddoldeb iechyd i genedlaethau'r dyfodol. Mae Pwysau Iach: Cymru Iach yn nodi'r uchelgais y bydd, erbyn 2030, reoliadau bwyd ysgol diwygiedig a gwell amgylcheddau ciniawa, gyda dysgwyr yn chwarae rhan uniongyrchol mewn penderfyniadau am ddewisiadau bwyd a diod. Caiff yr ymrwymiad hwn ei gadarnhau gan Gynllun Gweithredu Cymru Iach: Pwysau Iach 2022-2024, a oedd yn cadarnhau'r bwriad i adolygu'r rheoliadau ar faethiad bwyd ysgol a diweddaru'r rhain yn unol â'r safonau a chanllawiau maeth diweddaraf.

Nid yw Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Gofynion a Safonau Maeth) (Cymru) 2013 a'r canllawiau statudol cysylltiedig, a gyhoeddwyd yn 2014, wedi cael eu hadolygu ers dros ddegawd. Ers hynny, mae tystiolaeth wyddonol a deietegol wedi datblygu mewn ffyrdd pwysig, ac mae arferion bwyta plant a bywyd ysgol hefyd wedi esblygu. Cafodd y pandemig COVID-19 effaith barhaol ar blant a phobl ifanc, a'u hiechyd a'u llesiant yn dal ar eu taith at adferiad llwyr ohono. Mae ehangu Prydau Ysgol am Ddim i Holl Blant Ysgolion Cynradd (UPFSM) wedi peri newid pellach mewn tirwedd bwyd ysgol, gan greu cyfleoedd a heriau o ran cyflawni. O'r herwydd, bernir bod adolygiad cynhwysfawr o reoliadau a chanllawiau yn angenrheidiol ac amserol.

Bwriad y polisi yw sicrhau bod bwyd a diod cytbwys o ran maeth ar gael i blant a phobl ifanc yn yr ysgol, a bod bwyta'n iach yn cael ei hyrwyddo fel modd o gefnogi datblygiad iach, gwella cyrhaeddiad addysgol a lleihau anghydraddoldeb ledled Cymru.

Cwestiynau'r Ymchwil
Yn y cyd-destun hwn, bu'r Ymgynghoriad ar yr adolygiad o Reoliadau a Chanllawiau Statudol Bwyta'n Iach mewn Ysgolion yn rhedeg rhwng 20 Mai a 29 Gorffennaf 2025. Cafodd ei gynllunio i gasglu barn gan amrywiaeth helaeth o randdeiliaid, yn enwedig dysgwyr a rhieni a gofalwyr, i helpu ateb cwestiynau allweddol am ddyfodol polisi bwyd ysgol. Cwestiynau canolog yr ymchwil oedd:

- A allai'r bwyd a weinir i ddysgwyr roi mwy o faeth i gefnogi dysgwyr i wella cyrhaeddiad, lleihau gordewdra a threchu anghydraddoldeb iechyd?
- Pa newidiadau penodol, os o gwbl, fyddai fwyaf effeithiol mewn galluogi dysgwyr a'r gymuned ysgolion ehangach i ddeall yn well pam fod diet iach a chytbwys yn bwysig i iechyd a llesiant?
- A allai'r bwyd a weinir i ddysgwyr ddarparu pryd ysgol iach a chytbwys, gan gynnwys i'r rheini sydd â gofynion deietegol penodol?

Tystiolaeth dros Newid
Cafodd yr achos dros adolygu Rheoliadau Bwyta'n Iach mewn Ysgolion (Gofynion a Safonau Maeth) (Cymru) 2013 a chanllawiau statudol cysylltiedig ei gefnogi gan dystiolaeth ac ymgynghori â rhanddeiliaid. Roedd profi bwydlenni diwygiedig cyn yr ymgynghoriad gyda thimau arlwyo awdurdodau lleol, law yn llaw â thrafodaethau gyda llywodraethwyr, awdurdodau lleol ac Estyn, yn amlygu'r angen am safonau cliriach a chanllawiau ymarferol ar rolau a swyddogaethau.

Mae manteision bwyta'n iach mewn ysgolion wedi cael ei ddogfennu'n helaeth. Mae prydau maethlon yn gwella iechyd corfforol, lleihau symptomau o orbryder ac iselder, cefnogi datblygiad cymdeithasol ac emosiynol, a gwella canolbwyntio a chyrhaeddiad. Fodd bynnag, mae'r heriau yn glir: mae un o bob tri o blant sy'n cychwyn mewn ysgol gynradd yng Nghymru dros bwysau neu'n or-dew, ac awgryma rhagamcanion y bydd cyflyrau cysylltiedig â gordewdra yn costio £465 miliwn y flwyddyn i'r Gwasanaeth Iechyd Gwladol yng Nghymru erbyn 2050.

Er bod cyflwyno Prydau Ysgol am Ddim i Holl Blant Ysgolion Cynradd wedi cael ei groesawu fel modd o leihau anghydraddoldeb, mae angen diweddaru safonau cyfredol 2013 i adlewyrchu'r dystiolaeth wyddonol a deietegol ddiweddaraf, newidiadau mewn arferion bwyta plant, ac effeithiau parhaol y pandemig COVID-19.

Fe wnaeth yr ymgynghoriad felly geisio barn gan amrywiaeth helaeth o randdeiliaid i brofi cynigion ac iddynt y nod o gefnogi datblygiad iach, lleihau anghydraddoldeb, a chodi ymwybyddiaeth o bwysigrwydd deiet cytbwys, gan sicrhau y gall pob dysgwr gael prydau maethlon cytbwys yn yr ysgol.

Crynodeb o'r cynigion
Cafodd ymgynghoriad ei rannu'n dri maes allweddol. Yn gyntaf, roedd Llywodraeth Cymru'n cynnig diweddaru safonau bwyd a diod ar gyfer ysgolion cynradd er mwyn gwella iechyd a llesiant dysgwyr. Mae'r newidiadau hyn yn cynyddu'r cyflenwad fydd ar gael o ffrwythau, llysiau, a charbohydrau grawn cyflawn, cael gwared ar sudd ffrwythau a chyfyngu ar grwst, bwydydd wedi ffrïo a phwdinau melys. Byddai cigoedd wedi eu prosesu a'u dewisiadau amgen yn cael eu cyfyngu oherwydd eu cynnwys uchel o halen a braster, tra byddai cig coch yn cael ei ddiogelu mewn cymedrodeb oherwydd ei werth maethol. Byddai meintiau dognau hefyd yn cael eu teilwra i grwpiau oedran er mwyn lleihau gwastraff bwyd.

Law yn llaw â newidiadau i fwydlenni, roedd y cynigion yn amlinellu canllawiau cliriach ar hyrwyddo bwyta iach mewn ysgolion. Mae'r canllawiau hyn yn diffinio'n gliriach gyfrifoldebau awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu, law yn llaw ag egluro pwy sy'n atebol mewn gwahanol leoliadau ysgol, a chynnig enghreifftiau ymarferol ar gyfer eu gweithredu. Y nod oedd cefnogi dull cyson, ysgol-gyfan, o weithredu i greu amgylcheddau bwyd iachach a sicrhau y gall ysgolion ddangos eu bod yn cydymffurfio â gofynion cyfreithiol.

Fel rhan o'r ymgynghoriad hwn, fe wnaeth Llywodraeth Cymru integreiddio galwad am dystiolaeth er mwyn deall yn well y ddarpariaeth fwyd bresennol mewn ysgolion uwchradd. Yn wahanol i ysgolion cynradd, lle mae'r mwyafrif o ddysgwyr yn bwyta pryd ar blât gyda'i gilydd, mae dysgwyr ysgolion uwchradd yn aml yn dewis o amrediad helaethach o opsiynau, gan gynnwys cludfwydydd cyflym. Y bwriad yw

ceisio mwy o dystiolaeth i helpu i lunio polisïau sy’n sicrhau cynnig bwyd maethol gytbwys ac apelgar sy’n diwallu anghenion a dewisiadau dysgwyr hŷn.

Mae’r adroddiad hwn yn cyflwyno’r canfyddiadau o holl elfennau’r ymgynghoriad a’r broses gyd-drafod. Mae hyn yn cynnwys 2,570 o ymatebion a gyflwynwyd i’r ymgynghoriad, 54 o ymatebion o gwestiynau’r ymgynghoriad plant a phobl ifanc, 44 ymatebion i’r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall a 59 o ymatebion yn uniongyrchol i Lywodraeth Cymru trwy e-bost a llythyrau. Crynhoir hefyd y cyd-drafod gyda rhieni, gofalwyr a phobl ifanc a ddigwyddodd trwy gyfres o grwpiau ffocws.

Strwythur yr Adroddiad

Mae’r adroddiad hwn wedi ei strwythuro o amgylch amrywiol gamau’r ymgynghori â rhanddeiliaid a’r broses o ddadansoddi’r ymatebion fel a ganlyn:

- Canfyddiadau’r ymgynghoriad o brif arolwg yr ymgynghoriad, wedi ei strwythuro fesul cwestiwn
- Gohebiaeth Ychwanegol – negeseuon e-bost a llythyrau
- Canfyddiadau’r ymgynghori o bob ffurf o gysylltu â phlant a phobl ifanc
- Canfyddiadau’r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall
- Canfyddiadau o drafodaethau grwp ffocws gyda rhieni a gofalwyr
- Y Camau Nesaf
- Mae’r Atodiad yn cynnwys y deunyddiau ymchwil canlynol:
    - Ymatebion i’r ymgynghoriad yn ôl math o ymatebydd
    - Methodoleg
    - Cwestiynau’r Ymgynghoriad
    - Cwestiynau’r Ymgynghoriad i Blant a Phobl Ifanc
    - Cwestiynau’r Ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall
    - Cwestiynau Grwpiau Ffocws
    - Rhestr o sefydliadau a ymatebodd
    - Grwpiau Ffocws a gyflwynwyd

Canfyddiadau'r ymgynghoriad

Cwestiwn 1: Dewiswch bob un sy'n berthnasol i chi isod.

Roedd Cwestiwn 1 yr ymgynghoriad yn gwahodd ymatebwyr i ddangos pob dewis perthnasol o restr o 11 o ddewisiadau, fel y'u cyflwynir yn Nhabl 1 isod.

Nid oedd y dewisiadau wedi eu cyfyngu i un gan y gallai ymatebwyr fod yn aelodau o amryw o grwpiau demograffig. Mae Tabl 1 yn cyflwyno nifer a chanran yr ymatebion a dderbyniwyd gan ymatebwyr a hunan-ddewisodd gan eu bod yn rhan o'r gwahanol grwpiau. Derbyniwyd y nifer uchaf o ymatebion gan rieni a gofalwyr (1,364; 53%), yna dysgwyr ysgol gynradd (499; 19.4%), dysgwyr ysgol uwchradd (482; 18.7%) a'r gweithlu addysg (352; 13.7%). Llai na 100 o ymatebion a dderbyniwyd gan randdeiliaid awdurdodau lleol (81; 3.1%), darparwyr arlwyo (74; 2.9%) ac ymarferwyr gofal iechyd (53; 2.1%). Llai na 50 o ymatebion a dderbyniwyd gan ffermwyr (38; 1.5%), cyflenwyr (14; 0.5%) a chynhyrchwyr lleol (6; 0.2%).

Tabl 1: Grwpiau Demograffig

Grŵp rhanddeiliaid	Nifer o ymatebion	Canran
Dysgwr ysgol gynradd	499	19.4%
Dysgwr ysgol uwchradd	482	18.7%
Gweithlu addysg	352	13.7%
Awdurdod lleol	81	3.1%
Darparwr arlwyo	74	2.9%
Ymarferydd iechyd	53	2.1%
Cyflenwr	14	0.5%
Cynhyrchydd lleol	6	0.2%
Ffermwr	38	1.5%
Rhiant neu ofalwr	1364	53.0%
Arall (noder)	130	5.0%

Ffynhonnell: Ymatebion i'r Ymgynghoriad n=3,093

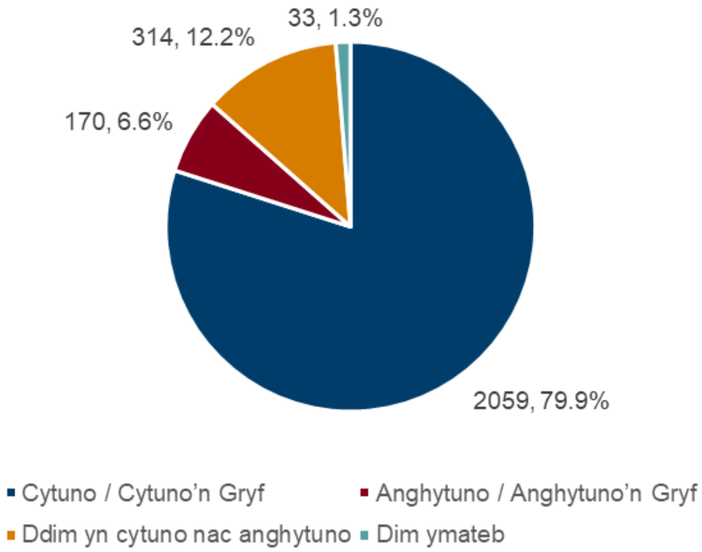
Derbyniwyd ymatebion ychwanegol gan randdeiliaid trwy'r ymgynghoriad Plant a Phobl Ifanc, yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, a thrwy ohebiaeth uniongyrchol â Llywodraeth Cymru trwy e-bost a llythyrau. Derbyniwyd cyfanswm o 2,727 o ymatebion i'r ymgynghoriad hwn. Bu trafod uniongyrchol hefyd gyda dysgwyr, rhieni, a gofalwyr trwy grwpiau ffocws. Adroddir y canfyddiadau hyn ar wahân ymhellach ymlaen yn y ddogfen hon.

Cwestiwn 2: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu mwy o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd?

Gofynnodd Cwestiwn 2 i ymatewyr i ba raddau’r oeddent yn cytuno neu’n anghytuno â’r cynigion sy’n ymwneud â darparu mwy o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd. Mae hyn yn cynnwys y gofyn i ysgolion ddarparu o leiaf 2 ddogn o lysiau bob dydd, gydag o leiaf 6 gwahanol fathau o lysiau yn wythnosol. Yn ogystal, mae’r gofyn am un ddogn o ffrwythau dyddiol yn parhau, gydag o leiaf 4 gwahanol fath yn cael eu darparu’n wythnosol. Roedd y cynigion hefyd yn ceisio cynnwys ei gwneud yn ofynnol i ddogn o garbohydradau startshlyd gael eu darparu o leiaf 3 gwaith yr wythnos, ac o leiaf un ddogn o pasta, nwdlau neu reis i’w ddarparu bob wythnos ac mae’n rhaid iddynt gynnwys o leiaf 50% o rawn cyflawn. Mae’r cynigion yn datgan hefyd fod yn rhaid i fara fod o leiaf 50% grawn cyflawn.

Fel y dangosir gan Ffigur 1 (isod), derbyniodd y cwestiwn ymateb cadarnhaol i raddau heaeth, gyda 2,059 o ymatebwyr (79.9%) yn cytuno neu’n cytuno’n gryf â’r cynigion. Dywedodd 314 o ymatebwyr (12.2%) nad oeddent yn cytuno na’n anghytuno, gyda 170 (6.6%) yn anghytuno neu’n anghytuno’n gryf. Roedd 33 o unigolion na roddodd ymateb i’r cwestiwn hwn. Y grŵp rhanddeiliaid a oedd fwyaf o blaid oedd darparwyr gofal iechyd (87.8%, n=309), wedyn rhieni a gofalwyr (85.9%, n=1,171). Rhoddodd cyfanswm o 660 o ymatebwyr sylw cefnogol i’r cwestiwn hwn.

Ffigur 1: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu mwy o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd?



Ffynhonnell: Ymatebion i’r ymgynghoriad, n=2,543

Er mwyn cadw’r adroddiad yn gryno, nid ydym wedi cyfeirio at unrhyw themâu y cyfeiriwyd atynt gan 10 neu lai o ymatebwyr.

Cytuno

Roedd amryw o ymatebwyr a oedd yn cefnogi’r cynigion i gynyddu’r ddarpariaeth o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd yn cynnig sylwadau a gwybodaeth ychwanegol. Roedd hyn yn cynnwys teimlad fel “mae unrhyw gynnydd yn y swm o

ffrwythau a llysiau yn rhywbeth cadarnhaol” (30), a chefnogaeth gyffredinol i’r cynnydd mewn amrywiaeth a gynigiwyd (33). Cafodd pwysigrwydd y newidiadau hyn ei nodi gan rai ymatebwyr, gan eu bod yn cydnabod y gallai fod rhai dysgwyr nad oedd yn cael ffrwythau a llysiau ffres gartref (22).

Fodd bynnag, teimlai eraill nad yw’r cynigion yn mynd yn ddigon pell (33), gan alw am gynyddu isafswm nifer y dognau o ffrwythau a llysiau a chynnig mwy o amrywiaeth ar fwydlenni. O ran cynigion yn ymwneud yn benodol â charbohydradau startshlyd, roedd ymatebwyr yn llai tebygol o roi sylwadau pellach ar hyn, gyda 17 yn datgan eu cefnogaeth yn benodol, yn fwyaf cyffredin mewn perthynas â’r ddarpariaeth ynghylch 50% blawd cyflawn.

Roedd ymatebwyr a oedd yn cytuno yn nodi amryw o fanteision a fyddai’n deillio o’r cynigion. Teimlai llawer y byddai’n cefnogi diet maethlon a chytbwys (15) ac y byddai’n arwain at ddysgwyr iachach (26), ac o’r farn hefyd ei fod â’r potensial i wella eu harferion a dewisiadau bwyta (25). Honnai eraill y byddai’r cynigion yn helpu i wella perfformiad academaidd dysgwyr yn yr ystafell ddosbarth (10).

Ddim yn cytuno nac anghytuno
Yn aml, roedd ymatebwyr yn rhoi sylwadau nad oedd yn ymwneud yn uniongyrchol â’r cynigion ynghylch ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd on yn hytrach mewn perthynas â’r ddarpariaeth fwyd mewn ysgolion yn fwy cyffredinol. Roedd hyn yn cynnwys yr angen i wella’r ansawdd cyffredinol (26) a’r amrywiaeth a gynigir (56). Roedd blaenoriaethu a gwella blas bwyd ysgol, a’r ffordd roedd yn cael ei gyflwyno, yn cael ei bwysleisio hefyd (26), gyda galwadau penodol am gynnyrch amrwd, ffres, a chynnyrch nad yw wedi cael ei or-goginio a meddalu (12). Codwyd y mater o flaenoriaethu cynnyrch lleol a thymhorol hefyd (16). Yn olaf, galwyd am yr angen i gynyddu’r swm o brotin mewn prydau ysgol (10), tra bod eraill yn pwysleisio’r angen i leihau neu gael gwared ar bob cynnyrch wedi ei brosesu, mewn tun, neu wedi rhewi ar y fwydlen (17).

Anghytuno
Roedd ymatebwyr a oedd yn anghytuno â’r cynigion gan amlaf yn crybwyll bod dysgwyr yn fwytawyr ‘ffyslyd’ (51) ac o’r herwydd na fyddent yn bwyta mwy o ffrwythau a llysiau o ganlyniad. Roedd effeithiau eraill a oedd yn deillio o fwytawyr ffyslyd yn cynnwys cynnydd mewn gwastraff bwyd (29) a’r ffaith y byddai dysgwyr yn diweddu’n ‘llwglyd’ (31). Roedd hyn yn bryder penodol gan fod amryw o ymatebwyr yn pwysleisio mai’r cinio ysgol fyddai prif bryd y diwrnod i lawer o ddysgwyr. Fe wnaeth 28 o ymatebwyr fynegi eu gwrthwynebiad i’r cynigion ynghylch carbohydradau startshlyd, gydag amryw’n honni nad yw plant yn hoffi bara neu basta blawd cyflawn.

Roedd rhai’n pwysleisio’r angen i gynnwys dysgwyr niwrowahanol fel rhan o’r cynigion (12), gan grybwyll eu sensitifrwydd i unrhyw ffurf o newid megis gweadedd bwyd neu’r ffordd roedd yn cael ei gyflwyno. Roedd rhai ymatebwyr yn mynd ymhellach gan ddweud yn benodol y byddai’r cynigion yn cael effaith negyddol ar ddysgwyr niwrowahanol a’r rheini ag anghenion ychwanegol (14). Trafodir y materion hyn mewn mwy o fanylder mewn cwestiynau diweddarach o’r ymgynghoriad.

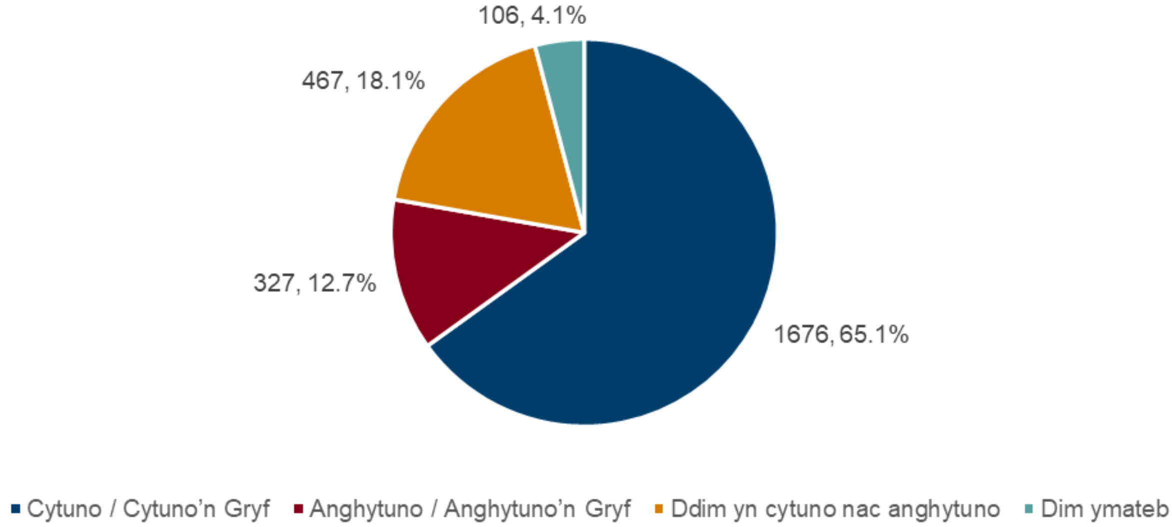
Ynghyd â’r rheini oedd yn anghytuno neu’n anghytuno’n gryf, dim ond 1 ymatebydd a ddywedodd nad yw’r cynigion yn mynd yn ddigon pell. Roedd y 32 o ymatebwyr eraill a oedd yn teimlo fel hyn â gwahanol safbwyntiau cyffredinol: cytuno’n gryf (9), cytuno (20), a ddim yn cytuno nac anghytuno (3). Roeddent yn argymell mwy o amrywiaeth ffrwythau a llysiau, cynyddu dognau i fwy na dau y diwrnod, mwy o ddefnydd o gorbys a chodlysiau, a chynnig reis brown, pasta blawd cyflawn a bara grawn cyflawn. Dywedodd un ymatebydd: “mae yna blant nad ydyn nhw’n cael dim, neu fawr ddim, llysiau gartref – mae dau ddogn y dydd o’r ysgol yn annigonol i sicrhau iechyd a llesiant”.

Cwestiwn 3: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig, cig coch a physgod?

Roedd cwestiwn 3 o’r ymgynghoriad yn gofyn i ymatebwyr i ba raddau’r oeddent yn cefnogi’r newidiadau arfaethedig, sy’n cynnwys: darparu o leiaf un ond dim mwy na dau ddogn o gig coch bob wythnos; peidio â gosod uchafswm ar gig gwyn; cyfyngu ar gig wedi ei brosesu i unwaith yr wythnos; cynnig pysgod olewog unwaith bob pedair wythnos; a chyfyngu prydau lle mai caws yw’r brif ffynhonnell o brotin i ddwywaith yr wythnos. Mae’r sail resymegol dros gyfyngu ar gigoedd coch ac wedi eu prosesu yn ymwneud â’r risgiau iechyd sy’n gysylltiedig â’u bwyta’n aml, pan nad oes unrhyw risgiau cymharol wedi eu canfod gyda chig gwyn. Bwriad lleihau amlder pysgod seimllyd yw cydbwyso darparu maeth â’r her ymarferol fod prydau o’r fath yn aml yn arwain at lai o fwyta arnynt a lefelau uwch o wastraff bwyd.

Fel y dangosir gan Ffigur 2 (isod), derbyniodd y cwestiwn hwn ymateb cadarnhaol i raddau helaeth, gyda 1,676 (65.1%) o ymatebwyr yn cytuno neu’n cytuno’n gryf â’r newidiadau arfaethedig. Roedd 327 (12.7%) o ymatebwyr yn anghytuno neu’n anghytuno’n gryf â’r cynigion a 467 (18.1%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno. Roedd 106 o unigolion (4.1%) na roddodd ymateb i’r cwestiwn hwn. Y grŵp rhanddeiliaid mwyaf a oedd o blaid y cynigion oedd ymarferwyr gofal iechyd (77.4%, n=44), y gweithlu addysg (69.9%, n=246) yna rhieni a gofalwyr (66.4%, n=906).

Ffigur 2: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig, cig coch a physgod?



Ffynhonnell: Ymatebion i’r ymgynghoriad, n=2,470

O’r 2,470 o ymatebwyr a atebodd y cwestiwn hwn, rhoddodd 632 ohonynt ddatganiad cefnogol. Roedd themâu cyffredin yn cynnwys galwadau am fwy o gyfyngiadau ar fwyta cig coch, ffafrio cig o ffynonellau lleol gan gyflenwyr Cymreig, ac awgrymiadau y dylai pysgod gael eu darparu’n amlach nag unwaith bob pedair wythnos.

Dylid nodi bod rhai ymatebwyr a fynegodd farn debyg yn eu sylwadau ysgrifenedig wedi dewis gwahanol opsiynau ymateb. Er enghraifft, roedd 2 unigolyn a deimlai nad

oedd y cynigion yn mynd yn ddigon pell ond un ohonynt wedi dewis 'cytuno'n gryf' a'r llall 'anghytuno'n gryf'. Yn ogystal, roedd rhai ymatebwyr yn credu'n anghywir fod y cyfyngu arfaethedig ar bysgod olewog yn golygu pob math o bysgod, a oedd yn dylanwadu ar sut roeddent wedi ateb.

Cytuno
Roedd cyfran sylweddol o ymatebion (93) yn mynegi cefnogaeth gyffredinol i'r newidiadau arfaethedig heb nodi pa agweddau penodol roedden nhw'n eu hoffi. Ymysg y rheini a roddodd fanylion, roedd 51 o ymatebwyr yn croesau'r lleihau mewn cig coch, gan grybwyll pryderon am iechyd, gan gynnwys 15 a wnaeth grybwyll canser yn benodol. Roedd 38 o ymatebwyr eraill yn cefnogi'r penderfyniad i beidio â chyfyngu ar gig gwyn, gan gydnabod ei bwysigrwydd fel ffynhonnell protin i ddysgwyr.

Roedd eraill (23) yn cefnogi cyfyngu ar bysgod olewog, i raddau helaeth oherwydd anhoffter personol o bysgod a phryderon am wastraff bwyd, yn hytrach na rhesymau iechyd. Roedd y safbwyntiau hyn yn aml yn adlewyrchu'r gred nad yw dysgwyr yn mwynhau pysgod olewog ac felly mai cyfyngedig yw'r gwerth o'u gweini. Yn ogystal, roedd 25 o ymatebwyr yn cefnogi'r newidiadau ar sail amgylcheddol, gan eu hystyried fel cam cadarnhaol tuag at fynd i'r afael â phryderon am yr hinsawdd.

Ddim yn cytuno nac anghytuno
Roedd nifer sylweddol o ymatebwyr (82) yn pwysleisio pwysigrwydd cynnyrch o ffynhonnell leol a chigoedd o ansawdd uwch, gan nodi na roddwyd digon o sylw i'r materion hyn yn y cynigion. Roedd llawer (74) yn nodi'r graddau'r oedd cigoedd wedi eu prosesu ar gael fel mwy o bryder na'r newidiadau arfaethedig i gig, cig coch a physgod.

Roedd rhai ymatebwyr (37) yn rhannu chwaeth bersonol ynghylch bwyta cig a physgod, megis a oedden nhw'n hoffi eog, nad oedd yn uniongyrchol berthnasol i'r ymgynghoriad. Teimlai grŵp llai (11) nad oedd y cynigion yn mynd yn ddigon pell i gyfyngu ar gig, cig coch a physgod olewog, tra bod 17 o ymatebwyr yn awgrymu y dylid cael gwared yn llwyr ar gig a physgod o fwydlenni, gan ddadlau dros drawsnewid i brydau seiliedig ar blanhigion am resymau iechyd ac amgylcheddol.

Anghytuno
Roedd mwyafrif yr ymatebwyr a roddodd sylwadau pellach yn gwrthwynebu'r newidiadau arfaethedig i gig, cig coch, a physgod. Roedd y gwrthwynebiadau cryfaf yn ymwneud â darparu pysgod seimllyd (122) a'r cyfyngiadau ar gig coch (55), gyda llawer (30) yn dadlau y byddai'r mesurau hyn yn lleihau dewis i ddysgwyr ac amrywiaeth deietegol.

Credai cyfran sylweddol (55) y dylai cig a physgod fod ar gael bob amser i ddysgwyr sy'n dymuno eu bwyta. Fe wnaeth 24 o ymatebwyr fynegi gwrthwynebiad cyffredinol i'r cynigion heb gynnig rhesymu penodol, tra gwnaeth 11 godi pryderon am eu heffaith ar dysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol, sensitifrwydd synhwyraidd, dewisiadau o ran chwaeth, neu alergeddau cymhleth. Codwyd pryderon gan 5 ymatebydd fod prydau ysgol am ddim wedi arwain at ddognau llai, meintiau anghyson yn cael eu gweini a dirywiad mewn ansawdd bwyd.

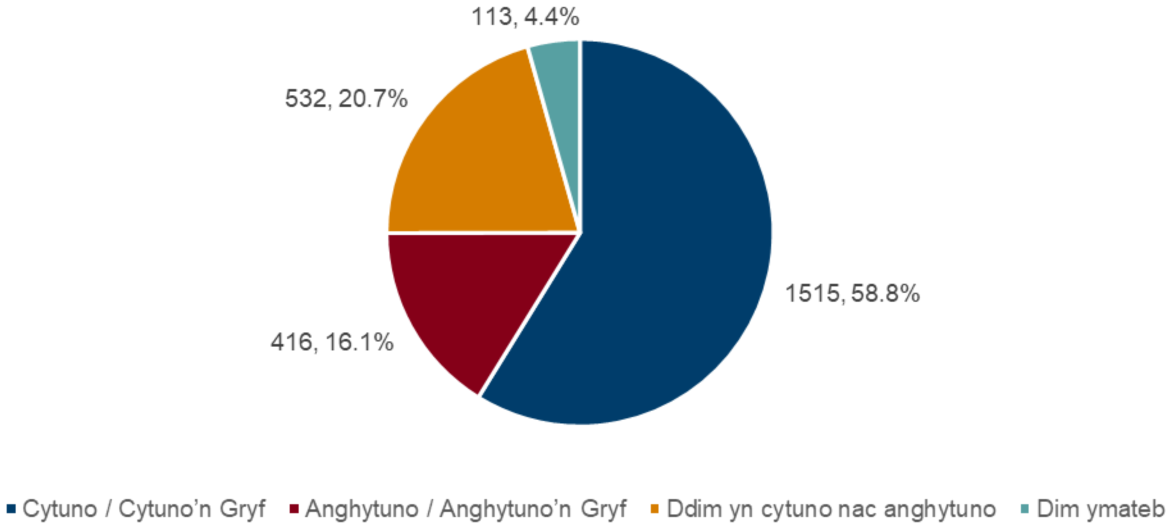
O’r rheini a oedd yn anghytuno neu’n anghytuno’n gryf, teimlai 5 ymatebydd nad yw’r cynigion yn mynd yn ddigon pell. Roedd 6 ymatebydd arall yn rhannu’r farn hon ond a oedd naill ai’n cytuno (2) neu nad oedd yn cytuno nac anghytuno (4). Roeddent yn awgrymu cynnig mwy o ddewis a physgod olewog, tra bod eraill yn argymell lleihau dibyniaeth ar gig a physgod, cael gwared ar gig coch a darparu “prydau wedi’u seilio ar ffynonellau iachach o protein megis soia a ffa”.

Cwestiwn 4: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu?

Gofynnodd cwestiwn 4 i ymatebwyr i ba raddau'r oedden nhw'n cytuno â'r newidiadau arfaethedig ynghylch cig wedi'i brosesu. Roedd y cynigion yn ceisio cyfyngu cigoedd wedi eu prosesu neu gynhyrchion sy'n cynnwys cig i unwaith yr wythnos, ac ailddosbarthu, ham, gamwn a bacwn fel cigoedd wedi eu prosesu yn unol â chyngor deietegol presennol y DU.

Yn gyffredinol, roedd y cynigion yn derbyn cefnogaeth fwyafrifol, fel y dangosir gan Ffigur 3 (isod), gyda 1,515 o ymatebwyr (58.8%) a oedd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 416 (16.1%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, a 532 (20.7%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno. Y gweithlu addysg oedd y grŵp rhanddeiliaid a oedd fwyaf cefnogol (74.4%, n=262), yna ymarferwyr gofal iechyd (73.6%, n=39) a rhieni a gofalwyr (64.8%, n=882).

Ffigur 3: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,463

O'r 2,576 a gyflwynodd ateb i'r cwestiwn hwn, rhoddodd 551 o ymatebwyr wybodaeth ychwanegol i gefnogi eu dewis. Roedd themâu cyffredin yn cynnwys pryderon ynghylch y cysylltiad rhwng cigoedd wedi'u prosesu a chanser, y farn na ddylai ysgolion ddarparu cigoedd wedi'u prosesu o gwbl ac awgrymiadau am ffyrdd iachach o baratoi a gweini'r cynhyrchion hyn.

Dylid nodi bod rhai ymatebwyr a fynegodd yr un farn yn eu sylwadau ysgrifenedig wedi dewis opsiynau ymateb gwahanol. Er enghraifft, dywedodd amryw o ymatebwyr na ddylai cigoedd wedi'u prosesu gael eu darparu mewn ysgolion ond gan ddewis safbwyntiau gwahanol wrth ateb y cwestiwn ei hun.

Cytuno

Roedd y grwp mwyaf o ymatebwyr a roddodd sylwadau ychwanegol (170) o'r farn fod y cyfyngiadau arfaethedig yn newid cadarnhaol. Roedd llawer o ymatebwyr (31)

yn amlygu cysylltiadadu rhwng bwyd wedi'i brosesu a risgiau iechyd megis canser, diabetes, a gordewdra. Aeth 16 o ymatebwyr eraill ymhellach, gan alw am waharddiad llwyr ar fwydydd wedi eu prosesu'n helaeth, gan ddweud nad oedd ganddynt ddim lle mewn ysgolion. Cafodd quorn a dewisiadau amgen eraill yn lle cig eu beirniadu fel bwydydd wedi'u prosesu'n helaeth, anapelgar neu llai iach na chig gan 4 ymatebydd.

Ddim yn cytuno nac anghytuno
Roedd cyfanswm o 144 o ymatebwyr yn dadlau na ddylai bwydydd wedi eu prosesu ymddangos ar fwydlenni ysgol o gwbl, gan gyfeirio at eu cynnwys uchel o sodiwm a braster dirlawn a gwerth maethol cyffredinol isel. Teimlai 13 o ymatebwyr y dylai'r cynigion gyfyngu ymhellach fyth ar gigoedd wedi'u prosesu, gan ddal i ganiatáu rhywfaint o ddarpariaeth. Dywedodd eraill (12) fod arnyn angen mwy o wybodaeth i wneud penderfyniad gwybodus, er enghraifft, a fyddai brest cyw iâr mewn briwsion bara yn cael ei ddosbarthu fel cig wedi'i brosesu.

Yn ogystal, fe wnaeth 23 o ymatebwyr fynegi chwaeth bersonol ynghylch cig wedi'i brosesu nad oedd y cynnig unrhyw wybodaeth ystyrlon.

Anghytuno
Roedd rhai ymatebwyr (22) yn awgrymu y gellid gweini cigoedd wedi eu prosesu mewn ffordd iachach trwy ddefnyddio toriadau cyflawn, megis 100% brest cyw iâr, a chyfyngu ar ychwanegion. Roedd 11 o ymatebwyr yn cefnogi dull 'popeth o fewn rheswm', gan gredu y gallai gynnig cydbwysedd i'r rheini sy'n mwynhau cigoedd wedi'u prosesu. Teimlai 21 arall fod cig wedi'i brosesu yn dal yn boblogaidd gyda dysgwyr a'i bod yn well ganddyn nhw fod dysgwyr yn bwyta rhywbeth yn hytrach na dim byd. Aeth 10 ymatebwyr ymhellach, gan ddadlau y byddai'r cynigion yn cyfyngu'n ormodol ar ddewis dysgwyr ac felly na ddylid eu cyflwyno.

Roedd nifer o ymatebwyr (21) yn mynegi pryder y gallai'r cynigion gael effaith anfanteisiol anghymesur ar ddysgwyr sydd ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY), gan ffafrio yn lle hynny ddull mwy hyblyg gyda dewis ehangach o opsiynau. Yn olaf, roedd 10 o ymatebwyr yn awgrymu y gallai'r newidiadau fod wedi cael eu cymell gan ymgais i dorri costau, gan ddadlau y byddai hyn yn peri problemau pe bai'n wir.

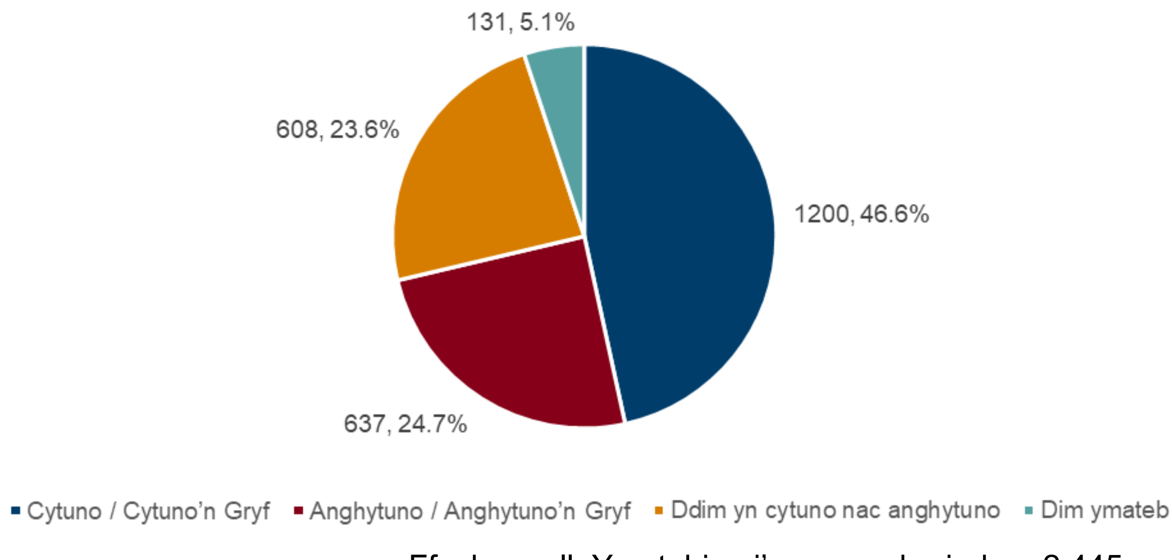
Roedd 61 o ymatebwyr a oedd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf ac yn dweud na ddylai cig wedi'i brosesu gael ei gynnig o gwbl. Roedd 83 o ymatebwyr eraill yn mynegi'r un farn ond wedi dewis cytuno'n gryf (49), cytuno (22), ddim yn cytuno nac anghytuno (9) neu heb roi dim ymateb (3). Ar wahân i'r rhain, awgrymodd 13 o ymatebwyr y dylid cyfyngu ymhellach ar gig wedi'i brosesu.

Cwestiwn 5: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud ag opsiynau nad ydynt yn gig (yn benodol, cyfyngu ar brydau sydd wedi'u seilio ar gaws a chig wedi'i brosesu a dewisiadau amgen yn lle pysgod)?

Roedd cwestiwn 5 yn gofyn i'r ymatebwyr i ba raddau'r oeddennhw'n cytuno â'r cynigion i gyfyngu ar brydau sydd wedi'u seilio ar gaws i ddim mwy na dwywaith yr wythnos, ac i gyfyngu ar ddewisiadau amgen yn lle cig a physgod wedi'u prosesu i'r un amlder. Nod y cynigion hyn yw sicrhau deiet amrywiol, iach a chytbwys i lysieuwyr a'r rhai sy'n dewis prydau nad ydynt yn gig, drwy annog mwy o ddefnydd o ddewisiadau amgen protein ffibr uchel a braster isel fel ffa, pylsiau ac wyau.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cymysg, fel y dangosir gan Ffigur 4 (isod), gyda 1,200 o ymatebwyr (46.6%) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, tra bod 608 (23.6%) nad oedden nhw'n cytuno nac anghytuno ac roedd 637 (24.7%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd 131 o unigolion (5.1%) na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn. Y grŵp rhanddeiliaid a oedd fwyaf cefnogol o'r cynigion oedd ymarferwyr gofal iechyd (64.2%, n=34). O'r dysgwyr ysgol gynradd a ymatebodd, roedd 215 (43.3%) o blaid.

Ffigur 4: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud ag opsiynau nad ydynt yn gig (yn benodol, cyfyngu ar brydau sydd wedi'u seilio ar gaws a chig wedi'i brosesu a dewisiadau amgen yn lle pysgod)?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,445

Fel rhan o'r cwestiwn, rhoddwyd cyfle hefyd i'r ymatebwyr roi sylw ategol. O'r 2,445 a atebodd, rhoddodd 594 ragor o wybodaeth. Y themâu mwyaf cyffredin a ddaeth i'r amlwg oedd y dylai caws ddal i fod ar gael yn rhwydd a bod caws yn ffynhonnell dda o galsiwm a maetholion eraill. Tynnodd ymatebwyr sylw hefyd at eu dymuniad i blant gael llai o fwyd wedi'i brosesu. Archwilir y rhain yn fanylach isod.

Cytuno
Roedd llawer o ymatebwyr (101) a gefnogai’r cynigion yn teimlo y dylid annog dysgwyr i fwyta llai o fwyd wedi'i brosesu. Fe wnaeth amryw (68) nodi’n benodol y gellid disodli dewisiadau amgen cig a physgod wedi'u prosesu, yn ogystal â seigiau sy'n seiliedig ar gaws, â ffynonellau protein mwy maethlon di-gig fel ffa a ffacbys. O fewn y grŵp hwn, roedd 50 o ymatebwyr yn pwysleisio’r angen i leihau dewisiadau amgen di-gig wedi'u prosesu, tra bod 35 yn tynnu s1ylw at bwysigrwydd cyfyngu ar brydau sy'n seiliedig ar gaws.

Ddim yn cytuno nac anghytuno
Roedd nifer o ymatebwyr (134) yn pwysleisio’r egwyddor o 'bopeth mewn cymedroldeb', gan awgrymu na ddylid cyfyngu o angenrheidrwydd ar brydau wedi'u seilio ar gaws a dewisiadau amgen nad ydynt yn gig wedi'u prosesu, cyn belled â bod y fwydlen wythnosol gyffredinol yn parhau i fod yn gytbwys. Roedd llawer o ymatebwyr yn teimlo bod blaenoriaethau eraill yn bwysicach, megis cynnig dewis ac amrywiaeth (87), gwneud bwyd yn flasus i ddysgwyr (30), defnyddio cynhwysion o safon (34) a pharatoi bwyd ffres trwy ddulliau coginio iachach (26). Mynegodd 72 o ymatebwyr y bwyd penodol roedden nhw’n ei ffafrio iddyn nhw eu hunain neu eu plant, tra gofynnodd 26 am eglurder pellach i'r cynigion, gan nodi bod rhai dewisiadau amgen, fel tofu a briwgig soi, yn iach ac na ddylid eu categoreiddio fel dewisiadau amgen di-gig wedi'u prosesu.

Dadleuai rhai ymatebwyr (23) y dylai pob dysgwr allu dewis opsiynau llysieuol a figan, nid dim ond dysgwyr sydd â gofynion dietegol. Defnyddiodd eraill y cwestiwn hwn i wneud sylwadau ehangach ar ddarpariaeth bwyd ysgolion: roedd 34 o ymatebwyr yn eiriol dros fwy o brydau seiliedig ar blanhigion, awgrymai 11 fod dewisiadau amgen yn lle cig yn well na chig, tra bod 29 yn mynegi awydd i opsiwn cig neu bysgod barhau i fod ar gael yn gyson. Yn ogystal, argymhellodd 16 ymatebydd y dylid ystyried effeithiau cynaliadwyedd a hinsawdd.

Anghytuno
Roedd y rhan fwyaf o’r ymatebwyr a oedd yn anghytuno â'r cynigion yn cefnogi cadw caws ar gael yn rhwydd (137), gyda 119 yn tynnu sylw at ei werth fel ffynhonnell calsiwm a maetholion eraill. Roedd rhai (44) yn teimlo y byddai'r cynigion yn cyfyngu’n ormodol ar opsiynau llysieuol a figan, gan ei gwneud hi'n anoddach darparu ar gyfer gofynion edietegol (53). Yn gysylltiedig â hyn, cododd 43 o ymatebwyr bryderon y gallai cyfyngu ar opsiynau llysieuol anfanteisio dysgwyr sydd â gofynion neu ddewisiadau deietegol penodol, gan bwysleisio y dylid cynllunio'r prydau hyn yn ofalus. Nododd 52 o ymatebwyr fod dewisiadau amgen sy'n seiliedig ar gaws neu wedi'u prosesu fel arall yn aml yn "fwydydd diogel" i fwytawyr ffyslyd, gan rybuddio y gallai cyfyngiadau adael rhai dysgwyr yn llwglyd (31). Nododd sawl un (23) hefyd fod prydau caws yn ddewis poblogaidd ymhlith dysgwyr.

Ar y llaw arall, roedd grŵp llai yn anghytuno oherwydd eu bod yn teimlo nad oedd y cynigion yn mynd yn ddigon pell. Dadleuai 18 o ymatebwyr dros gyfyngiadau cryfach, tra bod 52 yn credu na ddylid gweini dewisiadau amgen di-gig wedi'u prosesu mewn ysgolion o gwbl.

Ymysg y rhai a oedd yn anghytuno neu’n anghytuno’n gryf, gwnaeth 7 ymatebydd sylw cyffredinol nad oedd y cynigion yn mynd yn ddigon pell. Gwnaeth cyfanswm o 18 o ymatebwyr y sylw hwn. Gwnaed sylw penodol gan 18 o ymatebwyr ar wahân a oedd yn anghytuno neu’n anghytuno’n gryf na ddylai dewisiadau amgen di-gig a di-

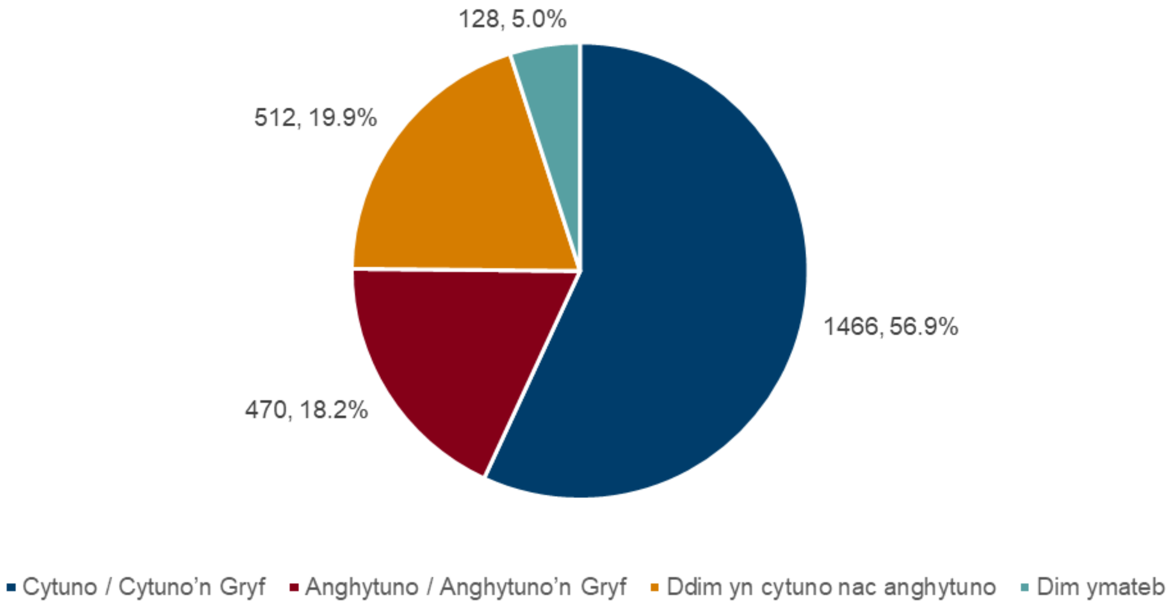
bysgod wedi eu prosesu gan eu gweini o gwbl. Cododd cyfanswm o 53 o ymatebwyr y pwynt hwn. Roedd yr ymatebwyr hyn yn awgrymu cyfyngu ymhellach ar fwydydd wedi'u prosesu a chaws, lleihau dibyniaeth ar gig a physgod a chynyddu dewisiadau figan a ffynonellau protein seiliedig ar blanhigion megis ffacbys a ffa. Crynhowyd hyn gan un ymatebydd: "o dan y cynnig hwn, gallai 4 allan o 5 opsiwn llysieuol fod yn seiliedig ar gaws a dewisiadau amgen yn lle cig wedi'i brosesu, nad yw'n darparu digon o amrywiaeth ac opsiynau iach i ddisgyblion. Yn ogystal, does dim canllawiau ar gyfer cynnwys bwydydd seiliedig ar blanhigion cyfoethog mewn maetholion megis codlysiau a chnau".

Cwestiwn 6: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, pwdinau a nwyddau pob wedi'u melysu, a chrwst?

Roedd cwestiwn 6 yn gofyn i'r ymatebwyr i ba raddau yr oeddent yn cytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, pwdinau a nwyddau pob wedi'u melysu, a chrwst. Mae'r cynigion yn nodi na ddylid darparu cyfran o datws neu gynhyrchion tatws wedi'u coginio mewn braster neu olew fwy na dwywaith yr wythnos a, phan ddarperir nhw, ni chaniateir ffrio mwy nag un dogn. Yn ogystal, ni ddylid darparu bwyd wedi'i ffrio'n ddwfn na'i ffrio mewn amrantiad neu lle mae côt neu friwsion bara yn cynnwys olew, fwy nag unwaith yr wythnos. O ran crwst, ni ddylid darparu cynhyrchion sy'n cynnwys crwst (boed yn felys neu'n sawrus) fwy nag unwaith yr wythnos. Yn olaf, ni ddylid darparu nwyddau pob a phwdinau wedi'u melysu fwy na thair gwaith yr wythnos (ac eithrio pwdinau sy'n seiliedig ar laeth) a rhaid i'r holl gynhyrchion pob a phwdinau wedi'u melysu a chaws a ddarperir ar ddiwedd cinio ysgol gynnwys neu gyd-fynd â dogn pwdin o ffrwythau neu lysiau.

Fel y dangosir yn Ffigur 5 (isod), roedd mwyafrif yr ymatebwyr (56.9%, n=1,466) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynigion, tra bod 512 o ymatebwyr (19.9%) nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno ac roedd 470 o ymatebwyr (18.2%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd 128 o unigolion (5.0%) na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn. Y grŵp rhanddeiliaid a oedd fwyaf o blaid oedd ymarferwyr gofal iechyd (66%, n=35), ac yna a'r gweithlu addysg (63.4%, n=223) a rhanddeiliaid awdurdodau lleol (61.7%, n=50). Y rhai a oedd leiaf o blaid oedd dysgwyr ysgolion uwchradd (50.2% o blaid, n=242) ac yna dysgwyr ysgolion cynradd (50.7%, n=253).

Ffigur 5: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, pwdinau a nwyddau pob wedi'u melysu, chrwst?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,448

Fel rhan o'r cwestiwn, rhoddwyd cyfle hefyd i'r ymatebwyr roi sylw ategol. O'r 2,448 a atebodd, rhoddodd 603 ragor o wybodaeth. Y themâu mwyaf cyffredin a ddaeth i'r amlwg oedd yr angen am gymedroldeb a chydbwysedd cyffredinol, gyda llawer o bobl yn cytuno i'r newidiadau i fwydydd wedi'u ffrio yn arbennig. Fodd bynnag, roedd rhai ymatebwyr yn teimlo nad yw'r cynigion yn mynd yn ddigon pell ac y gellid eu gwneud yn iachach. Archwilir y rhain yn fanylach isod.

Cytuno

Roedd nifer o ymatebwyr (54) yn teimlo y dylai pwdinau barhau i gael eu gweini, tra bod 47 yn awgrymu y dylai'r opsiynau fod yn iachach na'r rhai a ddarperir ar hyn o bryd, a mynegodd 61 gefnogaeth benodol i'r cynigion sy'n gysylltiedig â phwdin. Pwysleisiodd 50 o ymatebwyr hefyd bwysigrwydd lleihau cymeriant siwgr dysgwyr.

Mewn perthynas â bwydydd wedi'u ffrio, roedd 77 o ymatebwyr yn cefnogi'r newidiadau arfaethedig, gyda 14 yn nodi bod llawer o ysgolion eisoes nad ydynt yn gwasanaethu'r eitemau hyn ond yn anaml. Yn ogystal, fe wnaeth 28 ymatebydd bwysleisio y dylai hyrwyddo deiet iach fynd law yn llaw ag annog mwy o weithgarwch corfforol mewn ysgolion.

Ddim yn cytuno nac yn anghytuno

Y thema fwyaf cyffredin a ddaeth i'r amlwg oedd yr angen am gymedroldeb. Roedd ymatebwyr yn awgrymu y gellir mwynhau pwdinau a bwydydd wedi'u ffrio fel rhan o ddeiet cytbwys (155). Roedd eraill o'r farn y dylai'r blaenoriaethau fod mewn sicrhau bod bwyd yn flasus ac yn bleserus (40), bod dysgwyr yn cael amrywiaeth ac opsiynau (51), a bod y bwyd o ansawdd da ac wedi'i baratoi'n ffres (45). Gwnaeth llawer o ymatebwyr (43) sylwadau penodol ar y mathau o olewau y dylid eu defnyddio a'u hosgoi, gydag ymatebwyr yn awgrymu y dylid disodli olewau hadau ag olew olewydd ac olew cnau coco.

Roedd rhai ymatebwyr (43) yn amlygu at eu dymuniad i gyfyngu ar fwydydd wedi'u prosesu a'u prosesu'n helaeth (UPFs), yn hytrach na chanolbwyntio ar gyfyngu ar fwydydd penodol, gydag un ymatebydd yn dweud ei fod "o bwysigrwydd mwy i mi yw nad yw'r bwyd wedi cael ei brosesu". Roedd eraill (21) yn teimlo y dylid canolbwyntio mwy ar addysg bwyd a chefnogi dysgwyr i wneud dewisiadau iachach. Awgrymodd 16 ymatebydd arall y dylai'r canllawiau fod yn fwy manwl, megis a yw'r cyfyngiadau'n berthnasol i datws rhost neu a oes cyfyngiadau ar y math o olew a ddefnyddir.

Anghytuno

Roedd y rhai a oedd yn anghytuno â'r cynigion naill ai yn erbyn i newidiadau gael eu gwneud neu'n teimlo y gallai'r cynigion fynd ymhellach. Roedd y grŵp cyntaf yn poeni na fyddai rhai dysgwyr yn bwyta'r opsiynau newydd (49), yn enwedig y pwdinau sy'n cynnwys neu wedi'u gweini gyda dogn o ffrwythau neu lysiau, a gallai hynny arwain at i rai dysgwyr fod yn llwglyd (36). Awgrymodd 30 o ymatebwyr y dylai bwydydd wedi'u ffrio, tatws wedi'u coginio mewn olew a chrwst fod ar gael yn rhwydd. Roedd eraill (21) yn teimlo ei bod, oherwydd efallai fod rhai dysgwyr nad oedden nhw'n cael pwdinau a 'danteithion melys' gartref, yn bwysig i ysgolion ddarparu un bob dydd i sicrhau nad yw'r dysgwyr hynny ar eu colled. Roedd rhai ymatebwyr (24) hefyd yn teimlo y gallai'r newidiadau hyn fod â'r potensial i 'bardduo' rhai mathau o fwyd a chreu perthynas negyddol â bwyd i ddysgwyr. Gofynnodd 11 ymatebydd arall am ystyried dysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY) neu broblemau synhwyraidd. Roedd 8 o ymatebwyr a oedd yn pryderu bod dognau

prydau ysgol yn rhy fach, gan adael rhai plant yn llwglyd, yn galw am i ddognau mwy a mwy hyblyg gael eu gweini.

Ar y llaw arall, roedd 97 o ymatebwyr yn teimlo nad yw'r cynigion yn mynd yn ddigon pell ac yn hytrach dylid cael gwared yn gyfan gwbl ar fwydydd wedi'u ffrio a sglodion (70) ac na ddylid gweini pwdin o gwbl neu y dylai gynnwys ffrwythau ac iogwrt heb ei felysu yn unig (46).

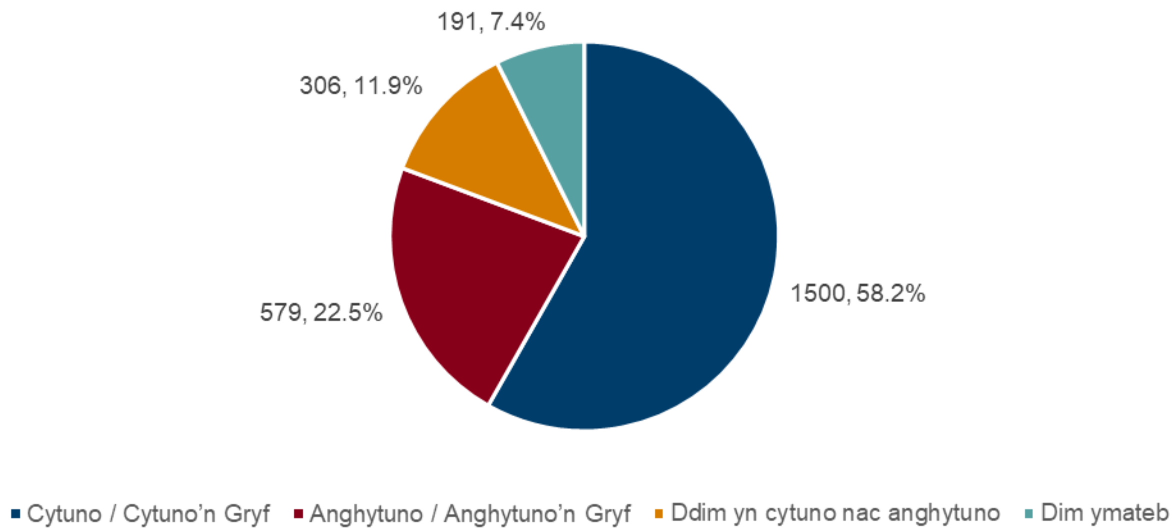
O’r ymatebwyr a oedd yn anghytuno neu’n anghytuno’n gryf, dywedodd 37 nad yw’r cynigion yn mynd yn ddigon pell. Gwnaeth cyfanswm o 98 o ymatebwyr y sylw hwn. Roeddent yn awgrymu na ddylid defnyddio dim ond olew olewydd, cyfyngu’r eitemau hyn ymhellach neu gael gwared arnynt yn llwyr. Teimlai amryw o ymatebwyr nad oedd dim angen gweini’r bwydydd hyn mewn ysgolion ac yn argymell canolbwyntio yn lle hynny ar wella’r prif gwrs.

Cwestiwn 7: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen sydd wedi'u seilio ar blanhigion mewn ysgolion cynradd?

Roedd cwestiwn 7 yn gofyn am newidiadau arfaethedig i ddiodydd. O dan y canllawiau presennol, caniateir amrywiaeth o ddiodydd, gan gynnwys dŵr, llaeth, sudd ffrwythau neu lysiau, diodydd seiliedig ar blanhigion, a diodydd cyfunol neu gymysg. Mewn ymdrech i leihau cymeriant siwgr dysgwr, mae'r cynigion newydd yn argymell i ddysgwyr osgoi diodydd siwgr, fel sudd ffrwythau, yn llwyr. Mae'r cynnig newydd yn caniatáu darparu dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen wedi'u seilio ar blanhigion mewn ysgolion cynradd.

Fel y dangosir yn Ffigur 6 (isod), cafodd y cwestiwn hwn ymateb cadarnhaol i raddau helaeth, gyda 1,500 (58.2%) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynigion. Roedd 306 (11.9%) nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno ac roedd 579 (22.5%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd 191 o unigolion (7.4%) na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn. Y grŵp rhanddeiliaid a oedd fwyaf o blaid oedd ymarferwyr gofal iechyd (75.5%, n=54). Y rhai lleiaf o blaid oedd dysgwyr ysgolion uwchradd (45.2% o blaid, n=218), ffermwyr (52.6%, n=20) a dysgwyr ysgolion cynradd (56.3%, n=281).

Ffigur 6: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen sydd wedi'u seilio ar blanhigion mewn ysgolion cynradd?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,385

Fel rhan o'r cwestiwn, rhoddwyd cyfle i'r ymatebwyr hefyd roi sylw ategol. O'r 2385 a atebodd y cwestiwn hwn, rhoddodd 658 wybodaeth bellach. Yr ymateb mwyaf cyffredin oedd cefnogi'r newidiadau. Fodd bynnag, roedd themâu cyffredin eraill yn cynnwys y pryder nad yw pob plentyn yn hoffi dŵr ac y gellid darparu sgwosh neu ddewis arall di-siwgr yn lle hynny. Archwilir y rhain yn fanylach isod.

Cytuno
Roedd y sylw cefnogol mwyaf cyffredin yn crybwyll cefnogaeth i'r newidiadau (174), gyda 23 o ymatebwyr yn nodi'n benodol na ddylid darparu diodydd pop a 30 o ymatebwyr yn mynegi eu cefnogaeth i ddarparu diodydd plaen seiliedig ar blanhigion. Roedd sawl ymatebydd (35) yn teimlo bod y newidiadau hyn yn unol ag argymhellion iechyd deintyddol.

Ddim yn cytuno nac anghytuno
Roedd rhai ymatebwyr (44) yn tynnu sylw at yr angen am ansawdd da, gan gynnwys llaeth o ansawdd uchel a dŵr oer i wneud diodydd yn fwy deniadol i ddysgwyr. Roedd 39 o ymatebwyr yn meddwl tybed a fyddai'r cynigion hefyd yn berthnasol i ddiodydd a gludwyd o gartref. Yn ogystal, codwyd gofynion meddygol gan ymatebwyr (44) a oedd yn cytuno ac yn anghytuno â'r cynigion, gyda rhai ymatebwyr o blaid cynigion ar gyfer eu darparu i ddysgwyr ag alergeddau llaeth, tra bod eraill yn teimlo nad yw'r cynigion yn ystyried, er enghraifft, dysgwyr â diabetes a dysgwyr ag anghenion dysgu ychwanegol (ADY).

Anghytuno
Roedd ymatebwyr a oedd yn anghytuno â'r cynigion yn pryderu nad yw pob dysgwr yn hoffi dŵr (135) ac nad yw pob dysgwr yn yfed llaeth (74), a allai arwain at ddadhydradu ac yn yr achos hwnnw, byddai'n well gan blant yfed rhywbeth yn hytrach na dim (120). Awgrymai 158 o ymatebwyr y dylai sgwosh fod ar gael ac awgrymai 106 o ymatebwyr y gellid cynnig dewis arall di-siwgr, fel sgwosh heb siwgr neu ddŵr blasus. Roedd rhai ymatebwyr (64) yn teimlo y dylid darparu dewis mwy o ddiodydd i ddysgwyr nag y mae'r cynigion yn eu cynnig. Roedd nifer o ymatebwyr (95) yn teimlo y dylid cynnig sudd ffrwythau i ddysgwyr, gyda 79 o ymatebwyr yn awgrymu ei bod yn dderbyniol cynnig sudd ffrwythau neu sgwosh mewn cymedroldeb a 30 o ymatebwyr yn tynnu sylw at y ffaith bod sudd ffrwythau yn cynnwys maetholion pwysig na fyddai rhai dysgwyr yn eu cael yn eu deietau os nad ydynt yn hoffi bwyta ffrwythau.

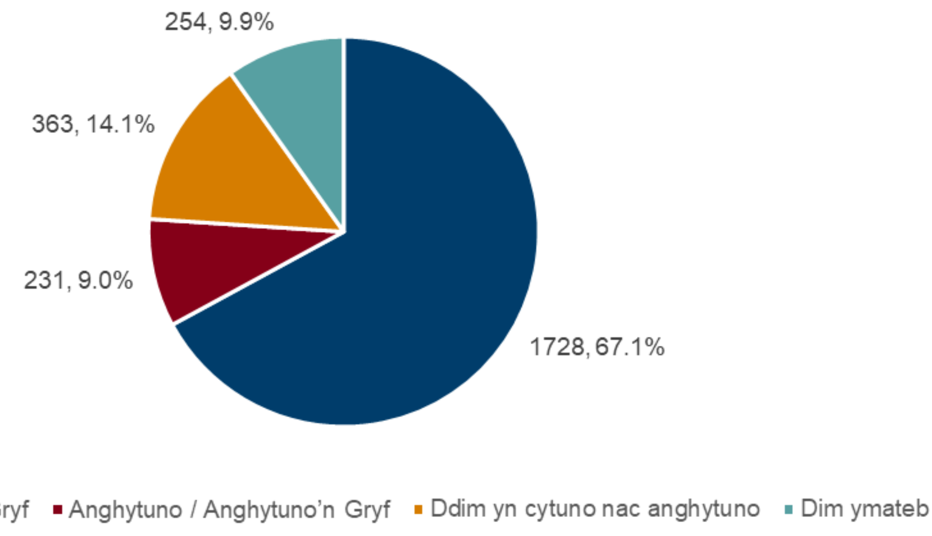
Roedd rhywfaint o bryder (44) am ddiodydd sydd wedi’u seilio ar blanhigion nad oes ganddynt werth maethol da a’u bod yn cael eu prosesu'n ormodol, gyda cheisiadau na ddylai'r diodydd hyn fod â siwgr ychwanegol. Defnyddiodd rhai ymatebwyr (29) y cwestiwn hwn i fynegi eu beirniadaeth o ddeietau sy'n seiliedig ar blanhigion, tra bod eraill (15) yn gofyn am gael gwared ar laeth yn gyfan gwbl oherwydd pryderon amgylcheddol ac iechyd. Roedd 18 o ymatebwyr yn mynegi eu dymuniad i laeth cyflawn yn unig gael ei gynnig i dysgwyr, yn hytrach na llaeth lled-sgim neu sgim, gan ddweud bod llaeth cyflawn yn bwysig i ddatblygiad dysgwyr.

Cwestiwn 8: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sydd â'r nod o ddarparu meintiau dognau mwy priodol mewn ysgolion cynradd i'r rhai yn y dosbarth Meithrin hyd at Flwyddyn 2 a'r rhai ym Mlwyddyn 3 hyd at Flwyddyn 6?

Nod cwestiwn 8 o'r ymgynghoriad oedd archwilio lefel y gefnogaeth i gynigion i wahaniaethu maint y dognau i ddysgwyr ysgol gynradd rhwng y rhai sydd mewn dosbarthiadau meithrin i Flwyddyn 2 a'r rhai ym Mlwyddyn 3 i Flwyddyn 6 (y cyfeirir atynt fel Babanod a Phlant Iau). Roedd y rhesymeg y tu ôl i'r cynigion hyn yn cynnwys cyflwyno meintiau dognau sy'n fwy 'addas i oedran' ac wedi'u teilwra, a allai leihau gwastraff bwyd o ganlyniad.

Fel y dangosir yn Ffigur 7 (isod), cafodd y cwestiwn ymateb cadarnhaol i raddau helaeth, gyda 1,728 o ymatebwyr (67.1%) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynigion. Dywedodd 363 o ymatebwyr (14.1%) nad oeddent yn cytuno nac yn anghytuno, gyda 231 (9%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd 254 o unigolion (9.9%) na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn. Y grŵp rhanddeiliaid a oedd fwyaf o blaid oedd ymarferwyr gofal iechyd (81.1%, n=43), ac yna'r gweithlu addysg (75%, n=264). O'r dysgwyr ysgolion cynradd a ymatebodd i'r ymgynghoriad, roedd 329 (65.9%) o blaid.

Ffigur 7: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sydd â'r nod o ddarparu meintiau dognau mwy priodol mewn ysgolion cynradd i'r rhai yn y dosbarth Meithrin hyd at Flwyddyn 2 a'r rhai ym Mlwyddyn 3 hyd at Flwyddyn 6?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,322

Fel rhan o'r cwestiwn, rhoddwyd cyfle hefyd i'r ymatebwyr roi sylw atodol. O'r 2,322 a atebodd, rhoddodd 712 wybodaeth bellach. Roedd y themâu cyffredin a ddaeth i'r amlwg yn cynnwys nad oedd maint dognau presennol yn ddigon mawr, bod archwaeth yn gallu amrywio rhwng plant o'r un oed a'r angen i ystyried ffactorau eraill, megis taldra, maint, a pha mor actif yw'r plentyn. Archwilir y rhain yn fanylach isod.

Mae'n bwysig nodi bod, ar gyfer y cwestiwn hwn, rhai ymatebwyr wedi darparu sylw ategol a oedd yn gwrth-ddweud eu hateb blaenorol. Er enghraifft, fe wnaethant ddewis cytuno'n gryf ac yna aeth ymlaen i wneud datganiad negyddol fel sylw ategol. Yn olaf, er mwyn cadw'n gryno nid ydym wedi adrodd ar unrhyw themâu y cyfeiriwyd atynt gan ymatebwyr 5 gwaith neu lai.

Cytuno
Roedd llawer o ymatebwyr a roddodd wybodaeth bellach yn mynegi eu cefnogaeth i'r cynigion. Mynegwyd sioc gan amryw ohonynt (20) nad oedd teilwra maint dognau mewn ysgolion cynradd ar sail oedran eisoes yn digwydd o fewn y canllawiau presennol. Roedd ymatebwyr yn nodi manteision y teimlant y byddai'n cyd-fynd â'r newidiadau hyn, gan gynnwys gostyngiad mewn plant yn gorfwyta a gwastraff bwyd (40).

Y pryder a godwyd fwyaf gan ymatebwyr oedd nad yw maint y dognau o fewn ysgolion cynradd ar hyn o bryd yn ddigon mawr, ac o ganlyniad fod plant yn dod adref yn 'llwglyd' (222). Felly, roedd cyfran nodedig yn croesawu'r posibilrwydd o gynyddu'r dognau ar gyfer plant iau. Fodd bynnag, roedd rhai ymatebwyr hefyd yn mynegi pryder y byddai maint dognau babanod yn aros yr un fath neu hyd yn oed yn lleihau o ganlyniad i'r newidiadau arfaethedig.

Ddim yn cytuno nac anghytuno
Dangosodd rhai ymatebwyr eu bod yn gefnogol mewn egwyddor i gyflwyno gwahanol feintiau dognau ar gyfer babanod ac iau, ond y dylai fod rhywfaint o hyblygrwydd hefyd pan gaiff ei weithredu (10). Roedd yr opsiwn o gynnig 'ail ddognau' (cyn belled â'i fod yn iach) i ddysgwyr a oedd yn dal yn llwglyd ar ôl y ddogn gychwynnol yn cael ei annog (39). Roedd eraill a gefnogai wahaniaethu rhwng dysgwyr cynradd yn gyffredinol yn teimlo bod angen is-gategoreiddio ymhellach, gan gyflwyno gwahanol feintiau dognau rhwng y rhai ym mlwyddyn 3 a'r rhai ym mlwyddyn 6 (8), gan y byddai'r ddau ohonynt yn cael yr un gyfran o dan y canllawiau arfaethedig.

Anghytuno
Mae'r rhai a oedd yn gwrthwynebu'n benodol y cynigion sy'n ymwneud â maint dognau yn cyfeirio'n at amhriodoldeb oedran fel mesur i benderfynu faint y dylai plentyn ei fwyta, o ystyried bod archwaeth plant yr un oed yn gallu amrywio i raddau mawr (117). Ymhlith y ffactorau amgen i bennu maint dognau a grybwyllwyd gan ymatebwyr roedd taldra (8), maint y corff / pwysau (8) a gweithgarwch corfforol y plentyn (35), gydag ymatebwyr yn tynnu sylw at y gyfradd y mae calorïau yn cael eu llosgi fel allwedd i faint y gallant ac y dylent ei fwyta. Pwysleisiai sawl ymatebydd hefyd mai'r lefelau maeth mewn pryd bwyd ddylai fod y brif ystyriaeth pan fydd plant yn bwyta yn yr ysgol, nid maint y dogn (24).

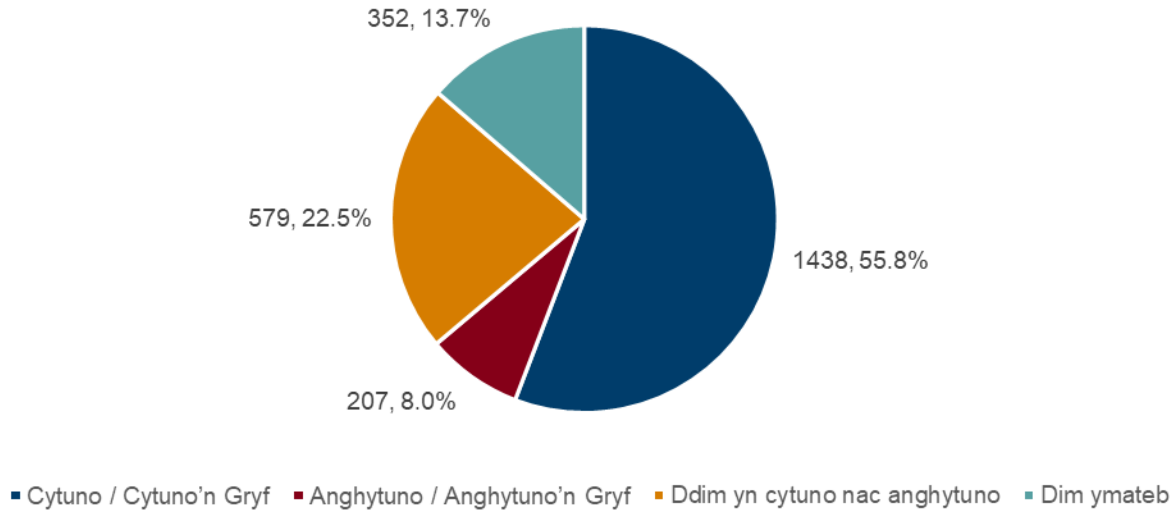
O ran cyfrifoldeb pwy yw pennu maint dognau, cyfeiriwyd at bwysigrwydd dysgwyr yn gallu dewis y swm y maent yn ei fwyta eu hunain (12), tra bod eraill yn honni y dylai ysgolion, ac yn benodol, staff y gegin allu defnyddio eu doethineb eu hunain (8).

Cwestiwn 9: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu brecwast?

Roedd cwestiwn 9 o'r ymgynghoriad yn gofyn i'r ymatebwyr a oeddent yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu brecwast. Y cynigion yw peidio â chynnwys sudd ffrwythau yn y diffiniad ffrwythau mwyach oherwydd ei gynnwys helaeth o siwgr, i bob bara fod yn 50% o flawd cyflawn a bod maint dognau ar wahân ar gyfer babanod ac iau wedi'u darparu mewn canllawiau statudol.

Fel y dangosir yn Ffigur 8 (isod), derbyniodd y cwestiwn ymateb cadarnhaol, gyda 1,438 o ymatebwyr (55.8%) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynigion. Dywedodd 579 o ymatebwyr (22.5%) nad oeddent yn cytuno nac yn anghytuno, gyda 207 (8.0%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd 352 o unigolion (13.7%) na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn. Y grŵp rhanddeiliaid a oedd fwyaf o blaid oedd ymatebwyr ymarferwyr gofal iechyd (69.8%, n=37), ac yna awdurdodau lleol (66.7%, n=54) ac yna'r gweithlu addysg.

Ffigur 8: I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu brecwast?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,224

Rhoddwyd cyfle i'r ymatebwyr roi sylwadau ychwanegol i gefnogi eu hateb.

Cytuno
Yn aml, roedd ymatebwyr a gytunai ac a roddodd sylwadau pellach yn mynegi cefnogaeth i elfennau penodol sy'n ymwneud â'r cynigion ynghylch darparu brecwast. Roedd hyn yn cynnwys eithrio bara gwyn (29) a chael gwared ar sudd ffrwythau (27) y barnwyd eu bod yn afiach ac yn ddiangen. Yn fwy cyffredinol, cefnogwyd lleihau neu gael gwared ar eitemau melys (41) gan ymatebwyr.

Ddim yn cytuno nac anghytuno
Rhoddodd llawer o ymatebwyr ymatebion mwy cymysg neu niwtral yn ymwneud yn ehangach â darparu brecwast mewn ysgolion. Mae hyn yn cynnwys pwysigrwydd dysgwyr yn cael brecwast da (41) a'r angen i sicrhau bod brecwast yn faethlon ac yn

gytbwys (87). Honnai nifer bach o ymatebwyr (12) nad oedd eu hysgol yn darparu brecwast o gwbl. Cyfeiriwyd yn aml hefyd at yr angen i gynyddu nifer yr opsiynau sydd ar gael yn ystod brecwast (50), yn ogystal â gwella ansawdd y bwyd sy'n cael ei gyflenwi, gan osgoi cynnyrch rhad sy'n cael ei brosesu neu sy'n uchel mewn cemegau (51). Yn debyg i gwestiynau blaenorol yr ymgynghoriad, codwyd yr angen i ystyried hoffterau ac anhoffterau dysgwr, gan gynnwys y rhai sy'n niwrowahanol neu sydd ag alergeddau penodol (37). Roedd sylwadau eraill yn cynnwys sicrhau bod ffrwythau ar y fwydlen (18), bod darpariaeth frecwast ar gael i bawb (21) a'i fod yn rhad ac am ddim i aelwydydd incwm isel (12). Roedd proffil yr ymatebwyr a gyfeiriodd at faint dognau (43) yn adlewyrchu i raddau helaeth yr adborth a ddarparwyd yng Nghwestiwn 8 yr ymgynghoriad – er bod rhai yn cefnogi'r gwahaniaethu rhwng babanod a disgyblion iau, mynegodd eraill bryder nad oedd oedran yn fetrig priodol i bennu maint y dogn.

Anghytuno

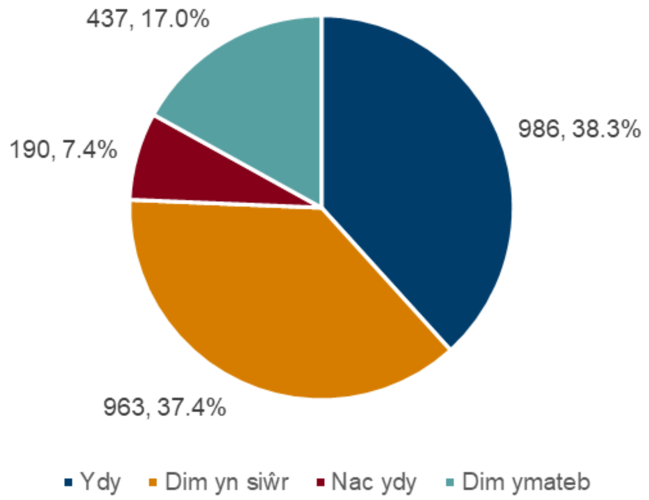
Roedd ymatebwyr a oedd yn benodol feirniadol o'r cynigion ar gyfer darparu brecwast yn tynnu sylw at amryw o bryderon. Roedd rhai yn teimlo na ddylai fod yn gyfrifoldeb yr ysgol o gwbl (17) a chafodd pryder am y goblygiadau cost i'r ysgol (14) a rhieni (10) hefyd ei godi. Yn wahanol i'r rhai a oedd yn cytuno, roedd sawl ymatebydd yn gwrthwynebu'r cynnig i gael gwared ar sudd ffrwythau, gan honni yn hytrach y dylai barhau i fod yn rhan o'r cynnig brecwast (48). Dywedodd 11 ymatebydd na ddylid cael gwared ar unrhyw dewisiadau sy'n ymwneud â darparu brecwast.

Cwestiwn 10: A yw'r canllawiau statudol drafft sy'n helpu arlwywyr bwyd ysgolion cynradd i roi'r rheoliadau drafft ar waith yn ddigon clir?

Roedd cwestiwn 10 yn gofyn i'r ymatebwyr a oedd y canllawiau statudol drafft sy'n helpu arlwywyr bwyd ysgolion cynradd i weithredu'r rheoliadau drafft yn ddigon clir. Mae Llywodraeth Cymru wedi gwneud y canllawiau yn symlach gyda diffiniadau clir a therminoleg syml. Mae hyn yn cynnwys darparu meintiau dognau penodol ar gyfer babanod a phlant iau, un maint dogn ar gyfer y ddau grŵp oedran lle na ellir rhannu cynhyrchion wedi'u paratoi ymlaen llaw, argymhellion ar gyfer rhagori ar y safonau, ac anogaeth i fod yn uchelgeisiol a gwella'n barhaus.

Fel y dangosir yn Ffigur 9 (isod), roedd ychydig mwy o ymatebwyr yn cytuno nag oedd yn ansicr, gyda 986 o ymatebwyr (38.3%) yn teimlo bod y canllawiau statudol drafft yn ddigon clir. Fodd bynnag, roedd hefyd 963 o ymatebwyr (37.4%) a oedd yn ansicr. Roedd 190 o ymatebwyr eraill (7.4%) yn teimlo nad oedd y canllawiau statudol drafft yn ddigon clir. Roedd 437 o unigolion (17.0%) na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn. Roedd cyfran fawr o bob grŵp rhanddeiliaid a oedd yn ansicr wrth ateb y cwestiwn hwn.

Ffigur 9: A yw'r canllawiau statudol drafft sy'n helpu arlwywyr bwyd ysgolion cynradd i roi'r rheoliadau drafft ar waith yn ddigon clir?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,139

Fel rhan o'r cwestiwn, rhoddwyd cyfle i'r ymatebwyr hefyd roi sylw ategol. O'r 2,139 a atebodd, rhoddodd 245 wybodaeth bellach, y mwyafrif ohonynt yn ymwneud â gwybodaeth ychwanegol a fyddai'n ddefnyddiol i'w chynnwys yn y canllawiau statudol drafft. Ymhlith y themâu cyffredin a ddaeth i'r amlwg roedd yr angen am ddulliau gweithredu ymarferol, monitro, gwerthuso ac atebolrwydd, a chydnawsedd â chynaliadwyedd ac iechyd y cyhoedd. Soniwyd hefyd am degwch a chynhwysiant a bod angen gwybodaeth glir. Archwilir y rhain yn fanylach isod.

Soniwyd am yr angen am dduliau gweithredu ymarferol gan 28 o ymatebwyr, a restrodd enghreifftiau fel dogfen arferion gorau, sesiynau hyfforddi pwrpasol,

cynlluniau prydau bwyd a sesiynau ryseitiau i sicrhau cysondeb yn y ffordd y mae'r rheoliadau'n cael eu cymhwyso ar draws gwahanol ysgolion a lleoliadau gofal plant. Soniodd 28 ymatebydd arall am yr angen am fonitro, gwerthuso ac atebolrwydd digonol i sicrhau bod y canllawiau yn cael eu gweithredu'n gywir yn ogystal ag addysg i sicrhau bod ysgolion yn symud y tu hwnt i'r isafswm ar gyfer cydymffurfio. Soniwyd hefyd am yr angen i'r canllawiau fod yn fwy cydnaws â nodau cynaliadwyedd ac iechyd cyhoeddus ehangach (28). Roedd hyn yn cynnwys awgrymiadau i gael opsiynau dyddiol sy'n seiliedig ar blanhigion, cyfyngiadau pellach ar gigoedd wedi'u prosesu (11), safonau cyrchu cryfach, a chydweithredu â chynhyrchwyr lleol.

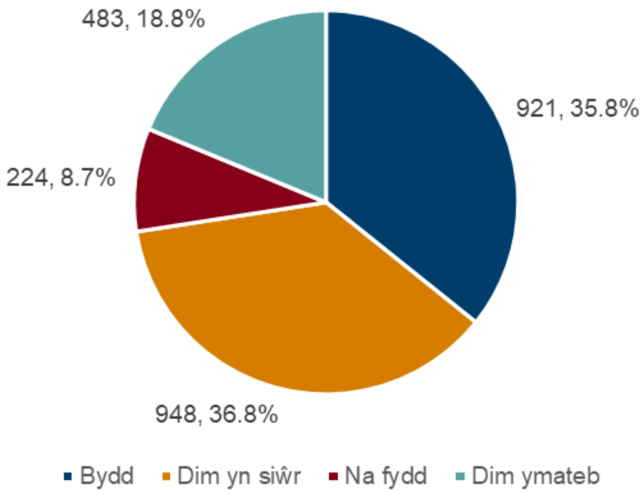
Cafodd yr ystyriaeth ychwanegol o gydraddoldeb a chynhwysiant o fewn y canllawiau statudol drafft ei chrybwyll gan 26 o ymatebwyr, a gyfeiriodd at enghreifftiau o roi ystyriaeth fwy penodol o ddysgwyr agored i niwed ac anfantais. Thema arall oedd yr angen i gynnwys gwybodaeth gliriach i wahanol gynulleidfaoedd (26) gan gynnwys rhieni (20). Mae hyn yn cysylltu â'r angen i'r canllawiau hyn gael eu gweithredu fel rhan o amgylchedd bwyd ysgol gyfan (11) yn ogystal â chanolbwyntio ar hyfforddiant a meithrin gallu (15). Yn olaf, mynegwyd pryderon am gost gan 11 o ymatebwyr, gyda rhai yn sôn eu bod yn credu bod cyflwyno prydau ysgol am ddim i holl ddisgyblion ysgolion cynradd (UPFSM) wedi effeithio ar yr opsiynau a gynigir, ansawdd y cynnyrch a maint y dogn.

Cwestiwn 11: A yw'r canllawiau statudol drafft ar ddiwallu anghenion deietegol sydd wedi'u rhagnodi'n feddygol ac anghenion deietegol eraill yn ddigon clir?

Mae cwestiwn 11 yn gofyn i ymatebwyr a ydynt yn credu bod y canllawiau statudol drafft ar ofynion dietegol sydd wedi'u rhagnodi'r feddygol ac anghenion deietegol eraill yn ddigon clir. Mae'r canllawiau yn rhoi eglurder ynghylch pa fwydydd a weinir yn ystod y diwrnod ysgol sy'n gorfod cydymffurfio â rheoliadau, yn amlinellu eithriadau ar gyfer dietau meddygol a theithiau ysgol, ac yn ceisio mynd i'r afael ag arferion anghyson mewn perthynas â deietau sydd wedi'u rhagnodi'n feddygol, yn ogystal â'r dryswch ynghylch cymorth i ddysgwyr sydd ag anghenion deietegol nad ydynt wedi'u rhagnodi.

Fel y dangosir yn Ffigur 10 (isod), roedd cyfran uwch o'r ymatebwyr yn ansicr yn eu hymateb i'r cwestiwn hwn o'i gymharu â'r rhai a gytunodd. Yn benodol, nododd 948 o ymatebwyr (36.8%) eu bod yn ansicr a oedd y canllawiau statudol drafft ar ofynion deietegol penodol yn ddigon clir, roedd 921 o ymatebwyr (35.8%) o'r farn eu bod yn ddigon clir, ac roedd 224 o ymatebwyr (8.7%) yn teimlo nad oedden nhw'n ddigon clir. Roedd 483 o unigolion (18.8%) na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn.

Ffigur 10: A yw'r canllawiau statudol drafft ar ddiwallu anghenion deietegol sydd wedi'u rhagnodi'n feddygol ac anghenion deietegol eraill yn ddigon clir?



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad, n=2,093

Rhoddwyd 223 o sylwadau ansoddol mewn ymateb i'r cwestiwn hwn. O'r rhain, y nifer uchaf o ymatebion oedd y rhai nad oedd ganddynt unrhyw sylw neu a oedd yn ansicr (48). Ymhlith y themâu penodol a grybwyllwyd roedd yr angen i sicrhau bod hyn yn cynnwys dysgwyr niwrowahanol/ADY yn y categori hwn, y dylid cynnwys mwy o fanylion, a darpariaeth ar gyfer deietau llysieuol/fegan o fewn y canllawiau hyn.

Codwyd pryderon gan lawer o ymatebwyr nad yw'r canllawiau statudol drafft yn cyfrif yn ddigonol am anghenion deietegol dysgwyr niwrowahanol (34), gan gynnwys y rhai ag awtistiaeth, sensitifrwydd synhwyraidd, neu Anhwylder Osgoi/Cyfyngu Cymeriant

Bwyd (ARFID), a allai olygu’r angen am fwydydd diogel neu "lwydfrown" a dulliau hyblyg nad ydynt yn dibynnu ar bresgripsiynau meddygol. Er bod y canllawiau yn cael eu canmol am ymdrin â deietau meddygol, diwylliannol a chrefyddol, mae rhanddeiliaid yn pwysleisio'r angen am gydnabyddiaeth gliriach o addasiadau deietegol nad ydynt wedi'u rhagnodi yn feddygol ond sy’n hanfodol, cyfatebiaeth gryfach â deddfwriaeth cydraddoldeb, a chefnogaeth ymarferol i ysgolion i sicrhau darpariaeth gynhwysol, gyson a theg.

Roedd 19 o ymatebwyr yn galw ar i'r canllawiau ddarparu mwy o fanylion, gan gynnwys diffiniadau clir ac enghreifftiau penodol o sut y dylid ei gymhwyso i amrywiaeth o ddeietau a ragnodir yn feddygol, er mwyn cefnogi dehongliad cyson o addasiadau rhesymol. Fe wnaeth 17 o ymatebwyr dynnu sylw at yr angen am ddarpariaeth benodol o ddeietau llysieuol a fegan, tra gwnaeth 14 fynegi pryder bod y canllawiau yn eithrio plant heb ddiagnosis neu rai ag anghenion dietegol nad ydynt wedi'u categoreiddio'n ffurfiol fel rhai a ragnodwyd yn feddygol. Pwysleisiodd 13 ymatebydd arall y dylid darparu opsiynau yr un mor iach a diogel i ddysgwyr sydd â chyflyrau meddygol neu anghenion deietegol, yn hytrach na chynnig talebau iddynt.

Er mwyn helpu gweithredu’r canllawiau, galwodd 13 ymatebydd am hyfforddiant penodol ar ddeietau a ragnodir yn feddygol, gan nodi pryderon nad yw'r canllawiau presennol bob amser yn cael eu dilyn a bod croeshalogi wedi bod yn broblem o'r blaen. Gofynnwyd am sylw ychwanegol hefyd i ddysgwyr ag alergeddau, anoddefiadau a chyflyrau meddygol (13). Yn olaf, pwysleisiai 11 ymatebydd bwysigrwydd cydbwyso safonau maeth trylwyr gyda hyblygrwydd tosturiol er mwyn sicrhau bod anghenion unigol yn cael eu diwallu'n briodol.

Cwestiwn 12: Pa heriau, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi?

Mae'r cwestiwn hwn yn gofyn i ymatebwyr pa heriau, yn eu barn nhw, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft.

O'r rhai a atebodd y cwestiwn hwn, yr ymateb mwyaf cyffredin oedd nad oeddent yn gwybod neu nad oeddent yn siŵr pa heriau i'w nodi (111). Ymhlith y rhai a roddodd ymateb sylweddol, fe wnaeth 96 dynnu sylw at yr anhawster o sicrhau bod dysgwyr yn bwyta ac yn yfed digon yn ystod y diwrnod ysgol. Yn gysylltiedig â hyn, fe wnaeth 71 o ymatebwyr fynegi pryder na fyddai plant efallai'n hoffi'r opsiynau newydd, gyda'r risg y gallai'r niferoedd sy'n cymryd prydau ysgol ostwng. Nodwyd cost hefyd fel her (80), gyda'r ymatebwyr yn crybwyll y pwysau ariannol sy'n wynebu ysgolion, arlwywyr a theuluoedd.

Roedd 70 o ymatebwyr yn dadlau bod y ddarpariaeth ar gyfer y rhai sydd â gofynion deietegol yn rhy gyfyngedig, tra bod 65 yn tynnu sylw penodol at yr heriau sy'n wynebu dysgwyr ag ADY, anawsterau synhwyraidd neu anhwylderau bwyta. Roedd agweddau hefyd yn cael eu gweld fel rhwystr, gyda 60 o ymatebwyr yn pwysleisio y gallai gwrthwynebiad rhieni a dysgwyr danseilio'r polisi. Crybwyllwyd addysg gan 57 o ymatebwyr, gyda galwadau am addysgu a chodi ymwybyddiaeth gryfach ynghylch bwyd.

Roedd sicrhau amrywiaeth a dewis yn ymddangos mewn 53 o ymatebion, tra bod 49 yn tynnu sylw at bryderon am fwyd wedi'i brosesu. Pwysleisiodd 47 o ymatebwyr bwysigrwydd cynnal ansawdd a chysondeb, tra bod 40 yn tynnu sylw at rwystrau ymarferol fel amser cyfyngedig a heriau paratoi bwyd. Ymhlith y materion eraill y cyfeirir atynt roedd gwastraff bwyd (38), pwysigrwydd cael prydau bwyd blasus a deniadol (33), yr her o arlwyo ar gyfer bwytawyr ffyslyd (33), yr angen am hyfforddi staff (32), a dichonoldeb cyrchu bwyd yn lleol ac yn dymhorol (30).

Codwyd pryderon gan 26 o ymatebwyr am feintiau bach dognau ar draws oedrannau, ac anghysondeb wrth weini, gan ddadlau'r angen am ddognau mwy a mwy hyblyg. Roedd rhai ymatebwyr yn pwysleisio'r angen i wneud mwy o goginio ar y safle (24), a'r heriau sy'n wynebu teuluoedd incwm isel, yn benodol (24). Cododd grŵp o 23 o ymatebwyr bryderon ynghylch a yw'r fwydlen newydd yn ddigon iach, a soniodd 23 arall am yr angen i ystyried effeithiau amgylcheddol. Themâu ychwanegol a grybwyllwyd oedd cydymffurfio â rheoliadau (21), sicrhau cydbwysedd maethol cyffredinol (19), a sylwadau ynghylch perthynas afiach â bwyd (18).

Roedd 23 o ymatebwyr yn mynegi amheuon a yw'r fwydlen newydd yn ddigon iach, gan alw am lai o fwyd sydd wedi'i brosesu'n helaeth, cig coch, caws, pwdinau a chreision, a mwy o ffrwythau, llysiau a dewisiadau seiliedig ar blanhigion. Roeddent hefyd yn argymell cyflwyno canllawiau ar gyfer pecynnau bwys, ystyried dysgwyr sydd ag ADY ac effeithiau ar newid hinsawdd, a seilio'r canllawiau ar gwybodaeth faethol fwy cyfoes.

Cwestiwn 13: Pa effeithiau cadarnhaol, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi?

Mae'r cwestiwn hwn yn gofyn i ymatebwyr pa effeithiau cadarnhaol yn eu barn nhw y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft.

Gan amlaf, roedd ymatebwyr yn nodi nad oedd ganddynt ddim i'w ychwanegu neu’n rhoi sylw negyddol (152). Dywedodd 33 o ymatebwyr nad oeddent yn gwybod. O'r ymatebwyr a nododd effeithiau cadarnhaol, plant iachach (95) oedd y rhai a grybwyllwyd amlaf. Roedd 71 o ymatebwyr yn croesawu’r newidiadau fel rhai a fyddai’n darparu bwyd gwell neu iachach nag o'r blaen, tra nododd 66 y byddai'r diwygiadau yn helpu i normaleiddio arferion bwyta'n iach ac ymgorffori ymddygiadau cadarnhaol yn gynnar mewn bywyd. Cynigiodd 64 o ymatebwyr awgrymiadau ychwanegol ar gyfer newid, yn amrywio o alwadau am fwyd ffres, blasus a mwy o hyblygrwydd bwydlenni, i gysylltiadau cryfach ag addysg bwyd, cyrchu lleol a chynnwys dysgwyr a rhieni yn fwy uniongyrchol mewn penderfyniadau.

Roedd 27 o ymatebwyr yn pwysleisio manteision gwell iechyd meddwl a llesiant dysgwyr, tra bod 27 arall yn nodi manteision mwy hirdymor, megis gwell cyfleoedd bywyd neu boblogaethau oedolion iachach. Roedd 26 o ymatebwyr yn cysylltu'r diwygiadau â gwelliannau yn ansawdd a ffresni bwyd ysgol, tra bod 25 yn tynnu sylw at rôl addysg bwyd, 25 at well canlyniadau ac ymddygiad addysgol, a 25 at fwydo dysgwyr yn ddigonol. Soniwyd hefyd am feintiau dognau gan 22 o ymatebwyr, yn enwedig manteision mesurau mwy priodol i oedran, tra dywedodd 21 y byddai'r diwygiadau yn helpu i ehangu chwaeth dysgwyr.

Tynnwyd sylw at degwch a buddion cymdeithasol hefyd, gydag 20 o ymatebwyr yn awgrymu y gallai'r newidiadau leihau anghydraddoldeb, 18 yn cefnogi'r pwyslais ar gynnyrch lleol, 16 yn cyfeirio at fwy o ddewis ac amrywiaeth, ac 16 at fuddion cynaliadwyedd. Roedd 14 o ymatebwyr o'r farn y gellid lleihau gwastraff bwyd, tra bod 11 yn pwysleisio bod prydau ysgol yn darparu bwyd iach nad yw rhai rhieni efallai yn gallu ei ddarparu gartref. Rhywbeth a grybwyllwyd yn llai cyffredin, ond sy’n dal yn werth ei nodi, yw effeithiau cadarnhaol yn ymwneud â chynhwysiant i ddysgwyr ag ADY (10).

Cwestiwn 14: Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr asesiadau effaith drafft, yn benodol ar effaith y rheoliadau drafft ar blant, teuluoedd sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol a phobl â nodweddion gwarchodedig (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei chynnwys yn eich barn chi)?

Roedd cwestiwn 14 yn gofyn i ymatebwyr roi sylwadau ar yr asesiadau effaith drafft o effeithiau posibl y cynigion ar blant, teuluoedd sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol, yn ogystal ag unigolion â nodweddion gwarchodedig. Roedd ymatebwyr yn cael eu gwahodd hefyd i awgrymu tystiolaeth y gellid ei ystyried wrth asesu unrhyw effeithiau posibl.

Cyfeiriodd ymatebwyr at nifer o effeithiau disgwyliedig posibl y cynigion ar deuluoedd a phlant sy'n byw dan anfantais economaidd-gymdeithasol, a'r rheini'n rhai cadarnhaol a negyddol. Roedd y teimlad yn dibynnu i raddau helaeth ar a oedd ymatebwyr yn teimlo y byddai plant yn parhau i dderbyn prydau ysgol neu'n dewis eithrio, gan ddewis yn hytrach becyn ciniawau nad ydynt efallai yn bodloni'r un safonau iechyd, ac a allai arwain at gostau uwch i deuluoedd. Codwyd cryn dipyn o bryderon am effaith cynigion ar unigolion sydd â nodweddion gwarchodedig, a galluogi darpariaeth digonol i ddysgwyr ag anableddau, niwrowahaniaeth ac ADY, yn ogystal â'r rhai o wahanol gefndiroedd crefyddol a diwylliannol. Roedd ymatebwyr yn bryderus am ddysgwyr na fyddent yn derbyn digon o faeth a'r effaith bosibl y byddai hyn yn ei chael ar iechyd dysgwyr, yn ogystal ag ar ganlyniadau addysgol ac ymddygiadol.

Effeithiau negyddol
Roedd cyfanswm o 109 o ymatebwyr yn codi pryderon yn ymwneud â thegwch ynghylch effeithiau'r cynigion ar blant a theuluoedd sy'n byw dan anfantais economaidd-gymdeithasol, yn ogystal â phobl â nodweddion gwarchodedig. Roedd y prif bryderon yn deillio o'r amrywiaeth o opsiynau sydd ar gael o dan y cynigion (52). Oherwydd y pryderon a amlinellir isod, dywedodd 12 ymatebydd y dylid monitro effeithiau'r cynigion ar y grwpiau hyn.

Roedd rhai ymatebwyr o'r farn y gallai'r diffyg canfyddedig o opsiynau bwyd o dan y cynigion newydd effeithio'n negyddol ar ddysgwyr gan y byddai cynnydd yn y rhai sy'n eithrio'u hunain o ddarpariaeth ysgol a defnyddio pecynnau bwyd (37), gan arwain at gostau ychwanegol a methiant i fodloni'r safonau maeth a nodir yn y cynigion. Yn ogystal, roedd pryder y bydd plant yn bwyta bwydydd penodol yn unig (24), ac felly, gallent fynd yn llwglyd o ganlyniad i'r cynigion (35), naill ai oherwydd nad ydynt yn cymryd prydau ysgol, neu o ganlyniad i newid ym maint dognau (16). Ar ben hynny, pwysleisiodd 41 o ymatebwyr bwysigrwydd sicrhau dewis a meintiau digonol dognau o ginio ysgol gan mai nhw yn aml yw prif bryd y dydd i lawer o blant, yn enwedig y rhai o gefndiroedd economaidd-gymdeithasol tlotach.

O ran y grwpiau o ddysgwyr y byddai'r materion a amlinellir uchod yn effeithio'n fwyaf negyddol arnynt a pham, roedd yn nodi'r canlynol:

- Dysgwyr niwrowahanol neu ddysgwyr ag anableddau neu gyflyrau iechyd: pryderon ynghylch y canfyddiadau o ddewisiadau bwyd cyfyngedig i ddysgwyr sydd â sensitifrwydd a gofynion iechyd ynghylch bwyd (49).

- Plant o gefndiroedd economaidd-gymdeithasol tlotach, y gallai'r cynigion olygu mwy o addasu iddyn nhw i ddewis mwy cyfyngedig o fwydydd yn y cartref ac y byddai iddynt ddewis eithrio o ddarpariaeth prydau ysgol am ddim yn effeithio'n anghymesur o negyddol ar eu rhieni (13), yn enwedig o ystyried dibyniaeth nifer o deuluoedd ar ddarpariaeth prydau ysgol am ddim (20) a'r cynnydd diweddar mewn costau byw (9).
- Dysgwyr sydd angen darpariaethau diwylliannol a chrefyddol: mynegwyd safbwyntiau cymysg ynghylch effaith bosibl y cynigion ar y gallu i fodloni gwahanol ofynion diwylliannol a chrefyddol dysgwyr. Roedd lleiafrif bach o'r ymatebwyr yn mynegi pryder ynghylch 'lles' anifeiliaid a laddwyd yn unol â gofynion halal / kosher (7).
- Cafodd meintiau bach dognau eu crybwyll yn benodol fel pryder gan 4 ymatebydd.

Effeithiau cadarnhaol
Yn wahanol i'r adborth negyddol, roedd nifer llai o ymatebwyr yn tynnu sylw at effeithiau cadarnhaol posibl ar iechyd a chanlyniadau dysgu i ddysgwyr (43), gan gynnwys eu cefnogi i adeiladu arferion bwyta'n iach trwy ehangu cyfleoedd am fwydydd newydd, iach y gallai dysgwyr fod wedi cael profiad cyfyngedig yn unig ohonynt gartref. Yn yr un modd, roedd 13 o ymatebwyr yn teimlo y byddai gwella amrywiaeth y bwyd a gynigir yn galluogi mwy o gyfleoedd i blant roi cynnig ar fwyd newydd mewn amgylchedd diogel, anfeirniadol a chefnogi trafod cadarnhaol ynghylch bwyta'n iach gyda dysgwyr a'u teuluoedd.

Sylwadau ehangach
Yn olaf, rhoddodd nifer o ymatebwyr sylwadau ehangach ar agweddau ar y cynnig a'r ddarpariaeth prydau ysgol yn gyffredinol a oedd y tu hwnt i gwmpas y cwestiwn hwn. Roedd y sylwadau hyn yn cynnwys y canlynol:

- Mae angen gwella ansawdd cyffredinol y ddarpariaeth prydau ysgol (36).
- Yr angen am addysg / ymgyrch ehangach ynghylch y newidiadau arfaethedig i gefnogi mabwysiadu arferion bwyta'n iach (29).
- Y dylid darparu'r holl brydau bwyd a gynigir mewn ysgolion (gan gynnwys ysgolion uwchradd) yn rhad ac am ddim.

Cwestiwn 15: Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr effaith ar gostau (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei hystyried, yn eich barn chi)?

Roedd cwestiwn 15 yn gofyn i'r ymatebwyr ystyried sut y gallai'r cynigion effeithio ar gostau ac i ddarparu unrhyw dystiolaeth o'r effaith hon. Roedd yr ymatebion yn amrywio, gyda rhai yn canolbwyntio ar y costau posibl i rieni a gofalwyr, ac eraill yn tynnu sylw at y pwysau ariannol ehangach y gallai'r newidiadau hyn eu rhoi ar ysgolion a'u cyllidebau.

Costau uwch i rieni
Yn gyffredinol, roedd 22 o ymatebwyr yn awgrymu y byddai rhieni dysgwyr sy'n dewis eithrio o'r ddarpariaeth prydau ysgol am ddim o dan y cynigion yn wynebu cynnydd mewn costau sy'n gysylltiedig â phrynu bwyd ar gyfer pecyn bwyd. Yn ogystal, roedd nifer llai o ymatebwyr yn awgrymu y dylid rhoi taleb i'r rhai na allai fanteisio, neu na fydd yn manteisio, ar ddarpariaeth prydau ysgol am ddim i dalu costau pecyn bwyd.

Costau uwch i ysgolion
Awgrymai nifer fawr (95) o'r ymatebwyr y byddai cynnwys mwy o gynnyrch ffres a chig o ansawdd gwell o dan y cynigion yn arwain at gynnydd mewn costau caffael bwyd. Roedd 48 arall yn pwysleisio y dylid monitro unrhyw gostau ychwanegol yn ofalus er mwyn sicrhau cyllid digonol ac osgoi rhoi straen ychwanegol ar gyllidebau ysgolion sydd eisoes yn gyfyngedig. Fe wnaeth 43 arall godi pryderon am effaith ariannol gwastraff bwyd posibl pe na bai'r prydau a gynigir yn addas i ddysgwyr. Cafodd pwysau costau cysylltiedig â lleihau meintiau dognau, gyda phrydau'n cael eu disgrifio fel rhai rhy fach ac yn brin o amrywiaeth, eu hamlygu gan 8 o ymatebwyr.

Strategaethau ar gyfer lleihau costau
Cyfeiriodd rhai ymatebwyr at strategaethau posibl i reoli cynnydd posibl mewn costau sy'n gysylltiedig â'r cynigion, megis lleihau'r defnydd o gigoedd drud (20) a lleihau costau sy'n gysylltiedig â rhoi darpariaeth bwyd allan i gontractwyr preifat neu gyflenwyr oddi ar y safle (18).

Dim Effaith / Ansicr
Roedd cyfanswm o 113 o ymatebwyr naill ai'n teimlo na fyddai dim effaith ar y gost neu roeddent yn ansicr. Dywedodd saith ymatebydd y gallai rhai elfennau o'r cynigion gynyddu costau, tra gallai eraill eu lleihau, gan wneud yr effaith gyffredinol yn anodd ei barnu.

Costau is
Yn ogystal, roedd grŵp bach (20) yn disgwyl i'r cynigion leihau costau, gan grybwyll defnyddio mwy o fwydydd seiliedig ar blanhigion (18) a chynnwys llai o fwydydd wedi'u prosesu'n helaeth (7). Roedd 41 o ymatebwyr hefyd, er yn cydnabod y gallai costau sy'n gysylltiedig â'r cynigion gynyddu yn y tymor byr, yn awgrymu y gallai arbedion hirdymor ddeillio o wella canlyniadau iechyd a dysgu (35). Awgrymai 21 ymatebydd arall na ddylai costau sy'n gysylltiedig â darparu bwyd fod yn ffactor pan ddaw'n fater o fwydo plant. Yn ogystal, awgrymai 20 o ymatebwyr fod y cynigion yn cynnig cyfle gwirioneddol i gefnogi ffermio Cymru a mwy o gynnyrch lleol ac

awgrymai 13 ymatebydd y gallai'r cynigion fod yn gysylltiedig â chostau amgylcheddol is.

Defnyddiodd rhai ymatebwyr y cwestiwn hwn i godi materion ehangach. Roedd lleiafrif (45) yn beirniadu'r ffordd yr aeth Llywodraeth Cymru ati i ddarparu prydau ysgol am ddim i holl ddisgyblion ysgol gynradd, gyda rhai yn dweud y byddai'n well ganddynt dalu, neu gael prawf modd prydau am ddim i alluogi darpariaeth bwyd o ansawdd gwell yn gyffredinol. Roedd nifer llai o ymatebwyr yn mynegi cefnogaeth i'r ddarpariaeth bresennol o brydau ysgol am ddim (12). Awgrymai ymatebwyr y dylai'r ddarpariaeth prydau ysgol ganolbwyntio ar godi ansawdd y ddarpariaeth bresennol (34) a chynnig dewis digonol a darparu addysg i gefnogi arferion bwyta iachach (12).

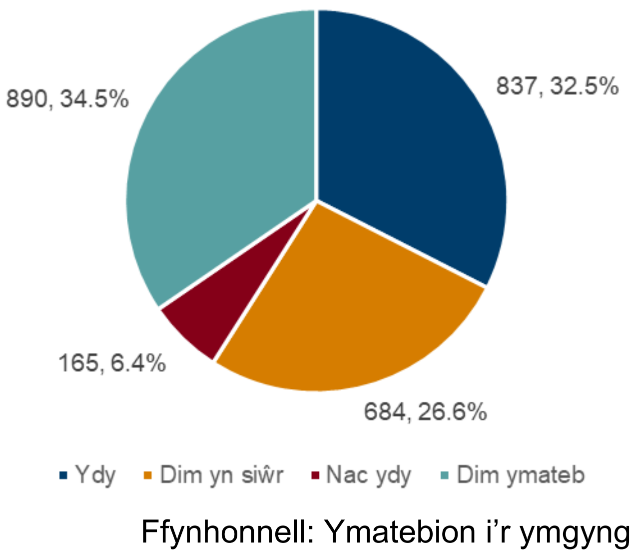
Cwestiwn 16: A yw'r canllawiau statudol drafft, sydd â'r nod o helpu awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu i gyflawni eu dyletswyddau i hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach yn ddigon clir?

Mae croeso ichi roi enghreifftiau o unrhyw beth sydd ar goll, yn eich barn chi.

Roedd cwestiwn 16 yn gofyn i ymatebwyr a oeddent yn teimlo bod y canllawiau statudol drafft, sydd â’r nod o helpu awdurdodau lleol i gyflawni eu dyletswyddau i hyrwyddo bwyta ac yfed iach yn ddigon clir. Mae'r canllawiau yn cwmpasu amrywiol gyfrifoldebau, gan gynnwys hyrwyddo bwyta ac yfed iach mewn ysgolion, adrodd ar hyn mewn adroddiadau cyrff llywodraethu blynyddol, sicrhau bod dŵr yfed am ddim ar gael ar safle'r ysgol, annog dysgwyr i fanteisio ar brydau ysgol a llaeth, gwarantu bod dysgwyr cymwys yn derbyn eu prydau ysgol a'u llaeth am ddim, a sicrhau nad yw’r rhai sy'n gymwys yn cael eu henwi na’u hadnabod.

Fel y dangoswyd yn Ffigur 11 (isod), roedd 1,686 o ymatebion i'r cwestiwn hwn, sy'n cynrychioli 65.5% o'r holl ymatebwyr i'r ymgynghoriad. O'r ymatebion hyn, roedd 32.5% (837) o'r farn bod y canllawiau statudol drafft yn ddigon clir. Dywedodd 6.4% (165) nad oedden nhw’n ddigon clir. Roedd 26.6% arall (684) yn ansicr. O'r grwpiau rhanddeiliaid, roedd 39.5% o'r gweithlu addysg (n=139) yn teimlo eu bod yn ddigon clir.

Ffigur 11: A yw'r canllawiau statudol drafft, sydd â'r nod o helpu awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu i gyflawni eu dyletswyddau i hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach yn ddigon clir?



Ffynhonnell: Ymatebion i’r ymgynghoriad, n=1,680

Rhoddodd cyfanswm o 224 o ymatebwyr sylw cefnogol, cyfradd ymateb is o gymharu â chwestiynau blaenorol yr ymgynghoriad.

Ydynt

Er bod bron i hanner yr ymatebwyr yn nodi bod y canllawiau statudol drafft sydd â’r nod o helpu awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu yn ddigon clir, roedd mwyafrif y sylwadau ategol naill ai'n amherthnasol i’r cwestiwn neu’n tynnu sylw at feysydd i'w

gwella. Ymhlith y cyfeiriadau cadarnhaol roedd sut mae'r canllawiau yn adlewyrchu'r cyd-destun polisi ehangach, gan gynnwys Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru) 2015 a sut mae'n helpu i feithrin dull ysgol gyfan o ymdrin â bwyd sy'n cyd-fynd â blaenoriaethau iechyd cyhoeddus a hyrwyddo maeth teg.

Ansicr
Rhoddodd 48 o ymatebwyr sylwadau nad oeddent yn ymwneud yn benodol â'r canllawiau statudol drafft. Roedd hyn yn cynnwys themâu a godwyd o'r blaen o dan gwestiynau eraill, yn amrywio o'r angen i gael gwared ar fwydydd wedi eu prosesu'n helaeth (UPFs) mewn ysgolion, y cynigion ynghylch darpariaeth diodydd a rôl peiriannau gwerthu. Dywedodd rhai ymatebwyr fod y cynigion yn eu cyfanrwydd yn symptomatig o'r llywodraeth yn gor-ymestyn.

Roedd eraill yn pwysleisio pwysigrwydd monitro a rheoleiddio (18) mewn amrywiaeth o gyd-destunau. Er enghraifft, er mwyn barnu effeithiolrwydd y canllawiau a'r cynigion drafft, yn ogystal â chefnogi gwelliant parhaus. Roedd yr awgrymiadau yn cynnwys metrigau o'r hyn y mae dysgwyr yn ei fwyta a chynnal cyfweliadau â'r dysgwyr eu hunain. Cyfeiriwyd at yr angen i adolygu faint o wastraff bwyd sydd ar ôl pob eisteddiad, yn ogystal â chanlyniadau cliriach sy'n ymwneud ag iechyd meddwl ac ymddygiad dysgwyr.

Na
Er bod llawer o ymatebwyr yn dweud eu bod yn croesawu'r canllawiau a'u gweld fel cam cadarnhaol ymlaen, roedd rhai yn teimlo hefyd y gellid eu gwneud yn gliriach trwy ddefnyddio mwy o astudiaethau achos ac enghreifftiau fel modd o ddarparu cymorth ymarferol a chyd-destun yn y byd go iawn (22). Er enghraifft, roedd galwadau am gynnwys astudiaethau achos yn y canllawiau a fyddai'n dangos sut mae ysgolion wedi hyrwyddo bwyta'n iach yn llwyddiannus, fel ffordd o helpu awdurdodau lleol i ddeall sut i gymhwyso'r canllawiau mewn gwahanol gyd-destunau. Roedd ceisiadau eraill yn cynnwys rhoi mwy o eglurder ynghylch unrhyw ofynion gofynnol sy'n ymwneud ag ansawdd cynnyrch fel bara, iogwrt a grawnfwydydd, cwestiynu a fyddai cadwolion, emwlsyddion a bwyd wedi'i brosesu yn cael eu caniatáu ai peidio. Awgrymwyd hefyd gynnwys bwydlen enghreifftiol o'r arferion gorau dros gylch 3 wythnos.

Roedd rhai ymatebwyr yn tynnu sylw at yr angen i'r canllawiau drafft fod yn gliriach ynghylch pwy sydd â chyfrifoldeb dros weithredu (23). Roedd hyn yn cynnwys gwahaniaethu rhwng ysgolion o dan reolaeth awdurdodau lleol a'r rhai nad ydynt, oherwydd yr amrywiaeth o ran pwy sy'n rhedeg eu gwasanaeth arlwyo eu hunain. Soniwyd hefyd am yr angen i wahaniaethu rhwng ysgolion eu hunain ac arlwywyr ysgolion. Yn gyffredinol, roedd yr ymatebwyr hyn yn beirniadu'r canllawiau am fod yn rhy agored i ddehongliadau gwahanol gyda galwadau am eglurder ynghylch pa gamau sy'n statudol a pha rai sy'n gynghorol. Yn yr un modd, roedd ymatebwyr yn nodi'r angen am fwy o gysondeb o ran yr iaith a ddefnyddir yn y canllawiau (20), gyda dobarthu bwyd rhwng 'da' a 'drwg' yn cael ei ystyried yn or-symleiddio ac yn wrthgynhyrchiol. Pwysleisiwyd pwysigrwydd hyfforddiant i gyd-fynd â'r canllawiau hefyd gan rai ymatebwyr (13). Roedd 6 ymatebydd yn nodi bod meintiau dognau yn rhy fach neu angen monitro manylach er mwyn sicrhau bod meintiau digonol yn cael eu gweini.

Yn fwy eang, nodwyd yr angen i sicrhau tegwch a chynhwysiant o fewn y canllawiau drafft (26), yn enwedig mewn perthynas ag ystyried dysgwyr sydd â ADY a gofynion deietegol arbennig. Nodwyd bod cydweithio yn hanfodol (17) gydag ymatebwyr yn pwysleisio'r angen i gynnwys ac integreiddio rhieni, er gwaethaf bod y canllawiau wedi'u targedu at gyrff llywodraethu ac awdurdodau lleol.

Cwestiwn 17: Sut y gallwn sicrhau darpariaeth bwyd apelgar a chytbwys o ran maeth mewn ysgolion uwchradd?

Mae croeso ichi roi enghreifftiau o arferion da neu dystiolaeth sy'n ategu eich ymateb.

Roedd cwestiwn 17 yn archwilio barn ymatebwyr ar fwyd ysgolion uwchradd, gyda'r nod o arwain diweddariadau ystyrlon i'r rheoliadau. Bwriad y cwestiwn hwn oedd ategu casglu data parhaus ar batrymau bwytad i helpu i nodi ble y gallai rheoliadau diwygiedig gael yr effaith fwyaf ar ysgolion uwchradd a'u dysgwyr.

Ymddangosodd 21 thema a gafodd ei chrybwyll fwy na 10 gwaith gan ymatebwyr. Y themâu a godwyd amlaf, pob un ohonynt gan dros 100 o ymatebwyr, oedd yr angen i ddarparu mwy o wybodaeth i ddysgwyr, pwysigrwydd cynnig prydau cytbwys, a'r gwerth o wrando ar safbwyntiau dysgwyr ar eu dewisiadau bwyd ac ymddiried ynddynt. Roedd themâu ychwanegol, pob un wedi'i hamlygu gan fwy na 50 o ymatebwyr, yn cynnwys ehangu dewis bwydlen, sicrhau bod bwyd ffres yn cael ei baratoi ar y safle, gwella ansawdd prydau bwyd, ymdrin ag effaith yr amgylchedd bwyta, cael gwared ar opsiynau afiach, cynyddu'r eitemau iach i'w cludo ymaith oedd ar gael, ac ystyried cost a darpariaeth prydau ysgol am ddim.

Diddordeb ac ymddygiadau dysgwyr

Yr angen i ddarparu mwy o wybodaeth i ddysgwyr fel y gallant wneud dewisiadau bwyd gwybodus oedd y thema a grybwyllwyd amlaf (148 o ymatebwyr). Roedd llawer yn teimlo bod y gallu i wneud dewisiadau iachach yn annibynnol yn un o sgiliau pwysig bywyd.

Roedd ymatebwyr yn awgrymu sawl ffordd o gyflwyno'r wybodaeth hon, gan gynnwys arddangos manteision bwyd iach mewn lleoliadau ffreutur a sicrhau bod prisiau'n cael eu dangos yn glir, gan fod y rhain yn aml ar goll. Roedd dysgwyr eu hunain yn adrodd bod arnynt eisiau gweld mwy o opsiynau iach, gyda phrisiau i'w gweld ar becynnau. Roedd dysgwyr eraill yn cynnig ddefnyddio offer gweledol fel y 'plât Eatwell', gyda manylion maeth ar bob un o'r grwpiau bwyd sy'n bresennol i'w helpu i wneud dewisiadau iachach.

Roedd galwadau cryf hefyd i ymgorffori llais dysgwyr ac ymddiried yn ddewisiadau dysgwyr (111 o ymatebwyr). Dywedodd un ymatebydd: "Mae pobl ifanc yn fwy tebygol o fwyta prydau ysgol os ydynt yn teimlo bod eu dewisiadau yn cael eu hystyried. Mae eu cynnwys mewn cynllunio bwydlen, sesiynau blasu, neu gynghorau bwyd yn cynyddu diddordeb ac yn lleihau gwastraff."

Roedd 39 ymatebydd arall yn tynnu sylw at bwysigrwydd adeiladu ar ymddygiadau a ddysgwyd. Awgrymwyd dull ysgol gyfan a pharhau â'r arferion iach a gyflwynwyd mewn ysgolion cynradd. Roedd yr awgrymiadau yn cynnwys integreiddio'r safonau hyn gan hefyd eu haddasu i brydau modern ac apelgar i ddysgwyr hŷn. Mynegwyd syndod gan rai rhieni a gofalwyr at y cyferbyniad sydd rhwng y swm o fwyd iach sydd ar gael mewn darpariaeth bwyd ysgolion cynradd a'r sefyllfa mewn ysgolion uwchradd. Roedd dysgwyr hefyd yn awgrymu mentrau fel system bwyntiau ar gyfer bwyta bwydydd iach, sy'n gysylltiedig â phwyntiau tŷ, i annog ymddygiadau cadarnhaol.

Yn olaf, roedd 12 ymatebydd yn argymell defnyddio cyfryngau cymdeithasol a dylanwadwyr i hyrwyddo bwyta'n iach. Roedden nhw’n dadlau y byddai mantesio ar dueddiadau, heb labelu bwydydd yn benodol fel rhai "iach", yn eu gwneud yn fwy apelgar. Roedd enghreifftiau'n cynnwys fideos dan arweiniad dylanwadwyr sy'n dangos yr hyn maen nhw'n ei fwyta i hyfforddi neu berfformio'n dda, y gallai dysgwyr fod ag awydd i’w hefelychu. Roedd ymatebwyr yn teimlo y gallai ysgolion gynnwys dysgwyr trwy ganiatáu iddynt bleidleisio ar eu hoff opsiynau prydau bwyd ar gyfer yr wythnos ganlynol. Maen nhw'n dweud y byddai hyn yn rhoi teimlad o berchnogaeth iddynt o’r bwyd maen nhw'n ei fwyta ac yn rhoi hwb i ennyn diddordeb o gwmpas prydau bwyd.

Ansawdd a maeth bwyd

Tynnwyd sylw at yr angen am brydau cytbwys i greu cynnig bwyd maethlon ond deniadol mewn ysgolion uwchradd gan 144 o ymatebwyr. Roedden nhw’n pwysleisio bod diddordeb dysgwyr mewn prydau ysgol yn dibynnu ar daro'r cydbwysedd cywir rhwng iechyd a blas. Roedd enghreifftiau'n cynnwys cynnig amrywiaeth o *wraps* gyda chigoedd wedi'u grilio neu brotein arall a chaniatáu cynfennau fel mayonnaise neu saws barbeciw mewn cymedroldeb.

Awgrymodd sawl ymatebydd hefyd y byddai gwella prydau gyda ffacbys, proteinau planhigion neu lysiau yn cynyddu gwerth maethol y prydau a gynigir ond hefyd yn blaenoriaethu prydau sy'n flasus, sy’n llenwi ac yn rhad. Thema gyffredin gan rieni/gofalwyr oedd pwysigrwydd sicrhau bod dysgwyr yn bwyta rhywbeth, hyd yn oed os nad yw'n "berffaith iach" gan y byddai'n well ganddynt eu bod yn bwyta rhywbeth, na dim o gwbl. Ystyriwyd fersiynau iachach o fwydydd poblogaidd, fel pizza, fel cyfaddawd ymarferol.

Roedd 88 o ymatebwyr eraill yn pwysleisio pwysigrwydd coginio bwyd ffres ar y safle a gwella ansawdd cyffredinol. Nododd un rhanddeiliad o’r gweithlu addysg fod dysgwyr "yn cwyno yn gyson am y diffyg ansawdd a dw i ddim yn meddwl fy mod erioed wedi gweld pryd iach neu hyd yn oed lysieuyn wedi'i weini". Roedd ymatebwyr yn teimlo y byddai prydau "cartref" yn fwy apelgar, gyda rhai yn awgrymu y byddai llai o opsiynau o ansawdd uwch, fel y rhai a gynigir yn Ffrainc, yn well na dewis helaeth o fwydydd o ansawdd is. Codwyd pryderon hefyd am gontractau a gaiff eu dyfarnu i'r "cynigydd isaf", gydag ymatebwyr yn teimlo bod rhai contractwyr yn blaenoriaethu elw dros gynhwysion ffres, tymhorol. Roedd llawer yn beirniadu bwyd wedi'i rewi, a’i goginio oddi ar y safle fel bwyd di-flas ac yn aml yn cael ei wastraffu. Yn ogystal, roedd 64 o ymatebwyr yn cefnogi dileu opsiynau afiach yn gyfan gwbl, gan ddadlau y dylai ysgolion ddarparu dewisiadau iach yn unig. Dywedodd un rhanddeiliad y dylai ysgolion "roi’r gorau i gynnal caethiwed plant i fwyd sothach".

Er mwyn cyfateb yn well ag anghenion dysgwyr, awgrymodd 63 o ymatebwyr gynyddu’r opsiynau iach cludo ymaith oedd ar gael gan eu bod yn cydnabod bod amser llawer o ddysgwyr ysgolion uwchradd yn brin ar gyfer prydau bwyd eistedd i lawr. Roedd awgrymiadau poblogaidd yn cynnwys cael opsiynau fel brechdanau, *wraps*, saladau pasta, a bowlenni reis.

Yn olaf, gwnaeth 24 o ymatebwyr sylwadau ar faint dognau, gan ddadlau y dylid eu cynyddu i adlewyrchu anghenion pobl ifanc sy'n tyfu drwy fod llawer yn arwain ffyrdd o fyw egnïol. Roedd eraill yn cynnig y dylai pob pryd gynnwys dogn am ddim o ffrwythau neu lysiau yn awtomatig i annog bwyta iachach.

Dewis a darpariaeth
Er bod 98 o ymatebwyr yn teimlo y dylid cynnig mwy o ddewis i dysgwyr, credai 24 y byddai lleihau dewis yn fwy buddiol. Yn aml, roedd y rhai o blaid mwy o ddewis yn ei gysylltu ag amrywiaeth, gyda dysgwyr hefyd yn dymuno bod yna opsiynau nad oeddent yn canolbwyntio cymaint ar werth maethol. Dywedodd un dysgwr “na fydd gorfodi plant yn gyson i fwyta bwyd nad ydynt yn ei hoffi oherwydd ei werth maethol yn unig o fudd iddynt". Gofynnodd dysgwyr eraill am fwy o brydau seiliedig ar lysiau, amrywiaeth ehangach o ffrwythau y tu hwnt i afalau a bananas, prydau mwy amrywiol yn ddiwylliannol, ac opsiynau sy'n darparu ar gyfer bwytawyr ffyslyd. Roedd yr ymatebwyr a gefnogai gael llai o ddewis yn dadlau y byddai bwydlen symlach yn haws i'w rheoli. Dywedodd un ymatebydd o’r gweithlu addysg y byddai llai o opsiynau yn helpu i leihau ciwiau gan nad yw ysgolion ond yn gyfrifol am "bum pryd yr wythnos". Ychwanegodd rhiant/gofalwr y gallai symleiddio'r fwydlen ei gwneud hi'n haws canolbwyntio ar ddarparu prydau bwyd y mae plant yn eu hadnabod a'u mwynhau.

Roedd 31 o ymatebwyr yn cefnogi cyflwyno bargeinion prydau bwyd neu gynigion o naws bwyd stryd. Roedden nhw'n teimlo y gallai'r dull hwn annog cydbwysedd, er enghraifft, trwy beidio â chynnig cwci ond fel rhan o bryd penodol sydd hefyd yn cynnwys eitemau fel *wrap* salad cyw iâr, ffrwythau, a dŵr blas. Awgrymai eraill y byddai'r fformat hwn yn caniatáu i ddysgwyr bersonoli eu prydau gydag elfennau lliwgar, apelgar, gan hefyd adlewyrchu tueddiadau presennol. Roedd yr opsiynau a awgrymwyd yn cynnwys prydau thema neu amrywiol yn ddiwylliannol fel bowlen Mecsicanaidd sy'n cynnwys reis, ffa, cyw iâr, india-corn, ciwcymbr, caws, a thatws melys wedi'u rhostio, ond heb ganolbwyntio ar y manteision iechyd yn unig.

Roedd 16 o ymatebwyr yn teimlo y dylai ysgolion symud i ffwrdd o fformatau cludfwyd cyflym ac yn hytrach hyrwyddo eistedd i lawr am brydau bwyd. Roedden nhw’n dadlau y byddai amseroedd bwyta gwarchodedig yn helpu dysgwyr i orffwys a mwynhau eu bwyd mewn amgylchedd tawelach a mwy heddychlon. Roedd rhai hefyd yn teimlo y byddai cael eu harwain gan ddysgwyr yn y maes hwn, megis eu teimlad bod angen mwy o amser arnynt i fwyta ac y byddai'n well ganddynt iddo fod yn llai prysur ar amser cinio yn gwella'r profiad bwyta. Fe wnaeth 16 ymatebydd arall godi pryderon am ddysgwyr yn mynd oddi ar y safle amser cinio. Roedd rhai yn teimlo na ellid rheoli hyn, gan y bydd "y plant yn mynd i rywle arall" beth bynnag, tra bod eraill yn nodi bod opsiynau ysgol cyfyngedig neu anapelgar yn gyrru dysgwyr tuag at ddewisiadau amgen llai iach ac yn rhestru cadwyni bwyd cyflym gan gynnwys McDonald's, KFC a Subway.

Amgylchedd Dysgwyr a Dull Ysgol Gyfan
Roedd 77 o ymatebwyr yn pwysleisio bod yr amgylchedd bwyta yn effeithio ar ddewisiadau bwyd dysgwyr amser cinio. Roedden nhw’n nodi bod amserau a hyd y seibiannau yn amrywio rhwng ysgolion a’i gilydd, gyda chyfnodau cinio byrrach yn gadael ychydig o amser i eistedd i lawr a bwyta. Maen nhw'n dweud bod hyn yn gwthio dysgwyr tuag at opsiynau cludfwyd cyflym ac yn teimlo bod y rhain yn aml yn

llai iach. Awgrymodd ymatebwyr y dylid cyflwyno canllawiau cenedlaethol i sicrhau bylchau cyson a phriodol rhwng brecwast, egwyl a chinio, ac i atal cinio rhag cael ei weini'n rhy hwyr yn y dydd. Soniodd un ymatebydd y gall egwyl ginio eu plentyn weithiau fod mor hwyr â 1.30pm, sy'n annerbyniol yn ei farn. Pwysleisiodd yr ymatebwyr bwysigrwydd seibiannau cinio hirach i grwpiau o blant ar adegau gwahanol i'w gilydd fel bod digon o seddi a chyllyll a ffyrc. Roeddent hefyd yn crybwyll eu huchelgais i leoedd bwyta fod yn ddymunol, wedi'u goruchwylio'n dda, a heb fod yn orlawn na pheri straen.

Dywedodd llawer fod hen gyfleusterau bwyta a chiwiau hir mewn ffreuturau llai yn lleihau'r amser sydd ar gael i fwyta a'r amrywiaeth o fwyd a gynigir, gyda rhai yn eirioli am gyllid ar lefel genedlaethol i foderneiddio mannau bwyta a'u gwneud yn fwy croesawgar. Roedd awgrymiadau ar gyfer gwella yn cynnwys grymuso timau arlwyo hyfforddedig i dreialu bwydlenni newydd. Roeddent yn awgrymu hefyd eu bod yn gallu darparu bwydlenni clir ymlaen llaw i helpu dysgwyr i wneud dewisiadau gwybodus, ac annog penderfyniadau iach trwy negeseuon cadarnhaol, bwyd sy'n edrych yn ddeniadol, ac, fel y soniwyd yn flaenorol, opsiynau cludfwyd cyflym iachach.

Roedd 16 o ymatebwyr yn tynnu sylw at broblemau gyda gwastraff bwyd neu sbwriel, gan gynnwys yr angen i fonitro gwastraff bwyd, yn enwedig a yw opsiynau iachach yn cael eu taflu yn amlach na rhai llai iach. Roeddent hefyd yn codi pryderon am ddefnyddio plastig, gan awgrymu y dylai ysgolion annog poteli dŵr y gellir eu hailddefnyddio yn hytrach na gwerthu dŵr potel mewn bargeinion prydau bwyd. Nodwyd darpariaeth ddigonol o ddŵr tap hefyd. Roedd rhai yn teimlo bod y lefelau presennol o wastraff bwyd uchel yn adlewyrchu opsiynau bwyd annigonol ac yn argymell cynnwys dysgwyr mewn llunio bwydlenni er mwyn cynyddu'r defnydd. Er bod prydau cludfwyd cyflym yn cael eu hystyried yn boblogaidd gyda dysgwyr, roedd ymatebwyr yn cydnabod y gost ychwanegol a'r gwastraff tafladwy sy'n gysylltiedig â'r opsiynau hyn.

Galwai ymatebwyr hefyd am well goruchwyliaeth mewn neuaddau bwyta, gyda chymhellion i staff fod yn bresennol ac ymwneud yn gymdeithasol â dysgwyr. Mae hyn yn cysylltu â'r awgrym o ddull system ysgol gyfan gan 14 o ymatebwyr. Roedd yr ymatebwyr hyn yn dymuno y byddai ysgolion uwchradd yn mynd y tu hwnt i amser cinio ac yn ymgorffori bwyd a maeth ar draws y cwricwlwm a thrwy gydol y diwrnod ysgol.

Enghreifftiau arloesol

Rhoddodd 80 o ymatebwyr enghreifftiau arloesol o sut y gellid gwella bwyd ysgol. Roedd awgrymiadau'n cynnwys archwilio modelau newydd o gyflwyno ciniawau, fel gorsafoedd mawr mewn arddull wok lle gallai dysgwyr ddewis startsh, protein, llysiau, a saws, gyda bwyd wedi'i goginio'n ffres i archeb. Dywedodd yr ymatebwyr fod y dull hwn yn adlewyrchu sut mae arlwyo yn cael ei reoli mewn gwyliau neu ffeiriau ac y gellid ei addasu ar gyfer ysgolion. Soniodd ymarferwyr addysg eraill am drafod yn uniongyrchol â dysgwyr i ofyn beth yr hoffent ei weld ar fwydlenni. Hoffent hefyd weld bod dewisiadau'n gytbwys drwy'r dydd a bod bwyd yn cael ei weini sy'n ystyried ffactorau fel milltiroedd bwyd.

Roedd yr ymatebwyr hefyd yn pwysleisio gwerth dysgu ymarferol ac addysg bwyd. Roedd y syniadau yn cynnwys gwahodd cogyddion neu arbenigwyr bwyd i gyflwyno bwydydd newydd, gan greu cyfleoedd i ddysgwyr baratoi bwyd iddyn nhw eu hunain ac eraill. Roedd hefyd awgrym o ddatblygu rhandiroedd ysgol lle gallai dysgwyr dyfu ffrwythau a llysiau i'w defnyddio mewn gwersi a ffreuturau. Roedd dosbarthiadau coginio lle mae dysgwyr yn cymryd rhan weithredol mewn paratoi a dewis prydau yn cael eu hystyried fel ffordd o ddatblygu sgiliau a ffyrdd iach o fyw. Roedd yr ymatebwyr yn teimlo y gallai cynnwys dysgwyr wrth goginio prydau ysgol roi ymdeimlad cryfach o berchnogaeth a dealltwriaeth o'r bwyd maen nhw'n ei fwyta. Roedd awgrymiadau eraill yn cynnwys cynnig pryd cytbwys dyddiol am bris gostyngol gydag o leiaf ddau ddogn o lysiau a grawn cyflawn, cyflogi cogyddion proffesiynol, a phartneru â busnesau lleol i ddarparu stondinau bwyd iach.

Tynnwyd sylw at gyrchu cymunedol a lleol fel cyfleoedd pwysig o fewn ysgolion uwchradd. Awgrymai’r ymatebwyr adeiladu partneriaethau gyda sefydliadau lleol ac archfarchnadoedd i ddefnyddio cynhyrchion dros ben neu’n dynesu at ddyddiad "gorau cyn", yn ogystal â gwneud mwy o ddefnydd o gynnyrch Cymru a'r Deyrnas Unedig. Gallai rhieni sydd â phrofiad yn y diwydiant bwyd hefyd gael eu gwahodd i rannu eu harbenigedd a chefnogi ysgolion.

Cyfeiriodd sawl ymatebydd at wledydd fel Denmarc, Norwy, yr Iseldiroedd, Ffrainc, Sbaen, yr Eidal, Japan, De Korea, a Tsieina fel enghreifftiau o’r arferion gorau mewn darpariaeth bwyd ysgolion. Yng Nghymru, soniwyd am ysgolion gan gynnwys Ysgol Stanwell ac Ysgol Gyfun y Bont-faen (Bro Morgannwg), Ysgol Uwchradd Gatholig Sant Alban (Torfaen), ac Ysgol Olchfa (Abertawe), ynghyd â sefydliadau fel Cogyddion mewn Ysgolion a Cegin y Bobl.

Cafodd labelu a gwybodaeth am fwyd hefyd ei gynnig fel ffordd o annog dewisiadau iachach. Roedd y syniadau yn cynnwys defnyddio system sgorio "goleuadau traffig" i dynnu sylw at ba mor iach yw gwahanol fwydydd ac arddangos taflenni gwybodaeth syml ochr yn ochr ag eitemau i ddangos cynnwys maethol, fel lefelau siwgr. Yn ôl rhai rhieni/gofalwyr, er na fyddai pob dysgwr yn talu sylw i'r wybodaeth hon, byddai eraill yn meddwl ddwywaith cyn dewis cwci neu gacen os gallent weld canran eu lwfans siwgr dyddiol roedd yn ei gynnwys.

Safonau, canllawiau a chydymffurfiaeth
Roedd 26 o ymatebwyr yn awgrymu y dylai'r holl reoliadau a gyflwynwyd mewn ysgolion cynradd hefyd fod yn berthnasol i ysgolion uwchradd. Roeddent yn teimlo y dylid trin gwelliannau i brydau ysgol uwchradd gyda'r un brys ag mewn ysgolion cynradd, gan fod dysgwyr hŷn mewn llawn cymaint o angen bwyd iach i gefnogi eu dysgu a'u llesiant. Roedd ymatebwyr yn cynnig strwythur tebyg i'r ddarpariaeth mewn ysgolion cynradd, fel dau opsiwn prydau poeth ochr yn ochr â pasta, brechdanau a thatws siaced, ond gyda bwydlen fwy amrywiol i weddu i ddysgwyr hŷn. Roeddent hefyd yn cydnabod y byddai newid arferion bwyta hirsefydlog pobl ifanc yn eu harddegau yn her, ond yn disgwyl y byddai'n dod yn haws dros amser wrth i ddysgwyr iau ddod i arfer â safonau iachach yn yr ysgol gynradd a chario'r arferion hyn i'r ysgol uwchradd.

Roedd 11 o ymatebwyr yn galw am reolau cryfach, canllawiau cliriach, a chefnogaeth ariannol. Roedden nhw eisiau gweld gweithgarwch monitro rheolaidd,

megis arolygon gyda dysgwyr ysgolion uwchradd, archwiliadau ar wastraff platiau, a gwiriadau cydymffurfio. Roedden nhw'n pwysleisio y dylid cryfhau monitro i gyd-fynd â'r lefel sydd eisoes ar waith ar gyfer ysgolion cynradd.

Cost a thegwch
Soniodd 56 o ymatebwyr naill ai am brydau ysgol am ddim neu gost. O'r rhain, roedd rhai ymatebwyr yn pwysleisio y dylid adolygu lwfansau prydau ysgol am ddim i sicrhau eu bod yn cwmpasu'r diwrnod ysgol cyfan, gan gynnwys opsiynau brecwast ac amser egwyl. Roedden nhw'n galw am brisiau cynhwysol sy'n gwneud bwydydd iachach y dewis mwyaf fforddiadwy, yn enwedig i ddysgwyr incwm isel, ac am ehangu clybiau brecwast am ddim neu gost isel gydag opsiynau diwylliannol addas a chytbwys.

Codwyd pryderon hefyd am fforddiadwyedd yn ehangach, gyda llawer yn disgrifio prydau a diodydd fel rhy ddrud am eu hansawdd a maint eu dogn. Dywedodd dysgwyr eu bod yn mynd yn llwglyd oherwydd nad oedd eu lwfansau yn ddigon i brynu pryd llawn o fewn eu lwfans pryd ysgol am ddim yn ogystal â rhywbeth ar gyfer amser egwyl.

Cwestiwn 18: Beth yn eich barn chi fyddai effeithiau tebygol y ddeddfwriaeth ar y Gymraeg? Mae gennym ddiddordeb penodol mewn unrhyw effeithiau tebygol ar gyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg.

- **Ydych chi'n meddwl bod cyfleoedd i hyrwyddo unrhyw effeithiau cadarnhaol?**
- **Ydych chi'n meddwl bod cyfleoedd i liniaru unrhyw effeithiau andwyol?**

Mae Cwestiwn 18 yn gofyn i'r ymatebwyr ystyried pa effeithiau y gallai'r ddeddfwriaeth eu cael ar y Gymraeg, yn enwedig a yw'n creu cyfleoedd i ddefnyddio'r iaith ac a oes unrhyw risg o drin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg.

Roedd yr ymatebion mwyaf cyffredin yn ymwrthod â'r farn y galli fod unrhyw gysylltiad rhwng y ddeddfwriaeth a'r Gymraeg. Roedd cyfanswm o 141 o ymatebwyr yn teimlo na fyddai'r ddeddfwriaeth yn cael 'dim effaith', tra bod 118 yn ystyried y cwestiwn yn 'amherthnasol.'

Fodd bynnag, roedd eraill yn gweld cyfleoedd am effaith gadarnhaol. Soniwyd am ddarparu gwybodaeth ddwyieithog gan 117 o ymatebwyr, a oedd yn tynnu sylw at bwysigrwydd sicrhau bod bwydlenni, deunyddiau a chanllawiau ar gael yn gyson yn y ddwy iaith. Roedd 59 arall yn annog ysgolion a staff arlwyo i ddefnyddio'r Gymraeg gymaint â phosibl mewn ymarfer beunyddiol. Roedd 41 o ymatebwyr yn llai sicr, gan ddweud nad oeddent yn 'siŵr' o'r effeithiau tebygol, tra bod 41 arall wedi rhoi sylwadau diamwys negyddol am rôl y Gymraeg yn y cyd-destun hwn. Soniodd 36 y dylai'r defnydd o'r Gymraeg fod yn ymwneud â dewis ac nid yn rhywbeth sy'n cael ei orfodi.

Roedd 38 o ymatebwyr yn teimlo y dylid canolbwyntio mwy ar y Gymraeg yn gyffredinol, gan awgrymu y gallai'r ddeddfwriaeth fynd ymhellach wrth ymgorffori ystyriaethau iaith mewn addysg fwyd ac amseroedd bwyd. Fe wnaeth nifer llai ond sylweddol o ymatebwyr (28) dynnu sylw at y cysylltiadau diwylliannol lleol rhwng ffermio, cynhyrchu bwyd ac iaith, tra bod 22 yn awgrymu y byddai angen hyfforddiant penodol ar gyfer staff arlwyo er mwyn ei gwneud yn ymarferol defnyddio mwy ar y Gymraeg.

Yr ymateb amlycaf i'r cwestiwn hwn oedd amheuaeth, gyda llawer yn credu nad yw'r ddeddfwriaeth yn uniongyrchol berthnasol i'r Gymraeg. Gyda'i gilydd, mae'r 141 o ymatebwyr a oedd yn teimlo na fyddai'r newidiadau yn cael unrhyw effaith, a'r 118 a alwodd y cwestiwn yn amherthnasol, yn cynrychioli mwyafrif clir. Fodd bynnag, roedd grŵp sylweddol yn dal i nodi ffyrdd y gallai'r ddeddfwriaeth gyfrannu at uchelgais ehangach Llywodraeth Cymru i gryfhau'r defnydd o'r Gymraeg.

Roedd yr alwad am wybodaeth ddwyieithog (117) yn adlewyrchu'r farn bod darparu bwydlenni, arwyddion a chyfathrebu yn y ddwy iaith yn bwysig er mwyn sicrhau tegwch a gwelededd. Roedd y 59 o ymatebwyr a oedd yn eiriol dros ddefnyddio'r Gymraeg gymaint â phosibl mewn rhyngweithiadau dyddiol, yn awgrymu y gallai hyn helpu i normaleiddio'r iaith, yn enwedig mewn lleoliadau cymunedol fel ar amseroedd bwyd. Atgyfnerthwyd y thema hon gan 28 o ymatebwyr a oedd yn cysylltu bwyd ac

iaith trwy ddiwylliant, gan nodi y gallai addysg fwyd sy'n gysylltiedig ag arferion lleol fod yn gyfle i gryfhau hunaniaeth Gymreig.

Cwestiwn 19: Yn eich barn chi, a fyddai modd ffurfio neu addasu’r ddeddfwriaeth er mwyn: sicrhau effeithiau cadarnhaol neu fwy cadarnhaol ar ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg; neu liniaru unrhyw effeithiau andwyol ar y defnydd o'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg?

Mae'r cwestiwn yn gofyn a ellid ffurfio neu addasu’r ddeddfwriaeth mewn ffyrdd a fyddai'n cryfhau ei heffeithiau cadarnhaol ar y Gymraeg neu'n helpu i liniaru unrhyw effeithiau negyddol. Mae gan Lywodraeth Cymru ddyletswydd i sicrhau bod yr holl ddeddfwriaeth yn peidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na Saesneg, ac felly mae'r cwestiwn hwn yn archwilio a allai'r rheoliadau bwyd newydd gyfrannu'n ymarferol at hyrwyddo'r iaith mewn ysgolion.

Nid oedd y mwyafrif o'r ymatebwyr yn gweld cyfleoedd clir yn y maes hwn. Dywedodd y grŵp unigol mwyaf eu bod naill ai'n 'ansicr' neu 'ddim yn gwybod' (323), tra bod 289 yn teimlo nad oedd angen dim newidiadau. Disgrifiodd 148 arall y cwestiwn fel un amherthnasol, gan awgrymu nad oeddent yn gweld y ddeddfwriaeth fel pe bai’n gysylltiedig â materion iaith.

Ymhlith y rhai a oedd yn gweld cyfleoedd, rhoddodd 72 o ymatebwyr "byddai" cadarnhaol, gan nodi y gellid gwneud newidiadau i wella'r defnydd o'r Gymraeg. Bwydlenni dwyieithog oedd y cynnig mwyaf penodol, a gefnogwyd gan 45 o ymatebwyr. Roedd 41 arall yn awgrymu annog defnyddio’r Gymraeg yn ehangach, yn enwedig y tu allan i'r ystafell ddosbarth. Roedd 36 yn pwysleisio pwysigrwydd trin y Gymraeg a'r Saesneg yn gyfartal, tra bod 33 yn tynnu sylw at werth addysgu termau Cymraeg ar gyfer bwyd i ddysgwyr a staff arlwyo fel ffordd ymarferol o sefydlu’r iaith mewn sefyllfaoedd bob dydd.

Rhoddodd nifer llai o ymatebwyr awgrymiadau pellach. Roedd 27 yn cefnogi pwyslais cryfach ar fwyd lleol. Galwodd 13 am fwy o addysg ac adnoddau i gefnogi'r Gymraeg. Roedd rhai ymatebwyr eisiau mwy o gyllid ar gyfer hyfforddiant Cymraeg (7), mwy o ddefnydd o'r Gymraeg ar adeg prydau bwyd (6), neu mabwysiadu'r Gymraeg fel y brif iaith (5).

Cwestiwn 20: Rydym wedi gofyn nifer o gwestiynau penodol. Os oes gennych chi unrhyw faterion cysylltiedig nad ydym wedi ymdrin yn benodol â nhw, defnyddiwch y gofod hwn i'w hadrodd:

Roedd cwestiwn terfynol yr ymgynghoriad yn caniatáu i bobl grynhoi eu sylwadau/materion terfynol nad oeddent wedi'u canfod yng nghwmpas cwestiynau cynharach.

O'r 575 o ymatebwyr a ddewisodd roi ateb i'r cwestiwn hwn, roedd amrywiaeth helaeth o safbwyntiau. Defnyddiodd mwyafrif yr ymatebwyr y cwestiwn hwn i godi materion penodol yn ymwneud â'r cynigion (561), gyda nifer fach yn mynegi cytundeb cyffredinol â'r newidiadau arfaethedig (14).

Roedd y grŵp mwyaf (78) yn teimlo nad oedd y cynigion yn mynd yn ddigon pell. O fewn y grŵp hwn, roedd 35 yn galw am reolau llymach ar y dulliau coginio a ddefnyddir gan ysgolion er mwyn sicrhau paratoi iachach ac roedd ar 26 eisiau mwy o gynnyrch o darddiad lleol o Gymru. Gwnaeth 17 o ymatebwyr sylwadau cyffredinol y dylid gwneud bwydlenni yn iachach, heb gynnig awgrymiadau penodol.

Fe wnaeth llawer o ymatebwyr (54) dynnu sylw at yr angen i roi gwell ystyriaeth i ddysgwyr ag ADY, (21), alergeddau neu anoddefiadau (21). Mynegodd rhai ymatebwyr (12) gais cyffredinol i'r cynigion gynnwys bwyd plaen i ddysgwyr.

Roedd rhai ymatebwyr (22) yn teimlo y dylai'r newidiadau hefyd fod yn berthnasol i addysg uwchradd ac addysg bellach, tra bod 20 yn dadlau bod angen diwygio'r system amser cinio yn ei chyfanrwydd, gan nodi bod prydau bwyd yn cael eu rhuthro a bod diffyg amser i ddysgwyr.

Roedd nifer o ymatebwyr (38) yn pwysleisio pwysigrwydd ymgorffori addysg fwyd law yn llaw â'r newidiadau, fel bod disgyblion yn deall y rhesymau dros y safonau newydd. Roedd ar 16 o ymatebwyr hefyd eisiau i ddysgwyr eu hunain chwarae mwy o ran wrth lunio newidiadau.

Fe wnaeth grwpiau llai godi pryderon penodol: 18 am effaith hinsawdd cig a physgod, 23 am gynnydd posibl mewn gwastraff bwyd, 26 am newidiadau i faint dognau, 26 am y defnydd o fwyd wedi'i brosesu'n helaeth, a 22 am amrywiaeth gyfyngedig a llai o ddewis. Yn olaf, roedd 23 o ymatebwyr yn beirniadu'r broses ymgynghori fel un a oedd yn rhy gymhleth, ac roedd 16 yn teimlo ei bod yn wastraff arian.

Gohebiaeth Ychwanegol – negeseuon e-bost a llythyrau

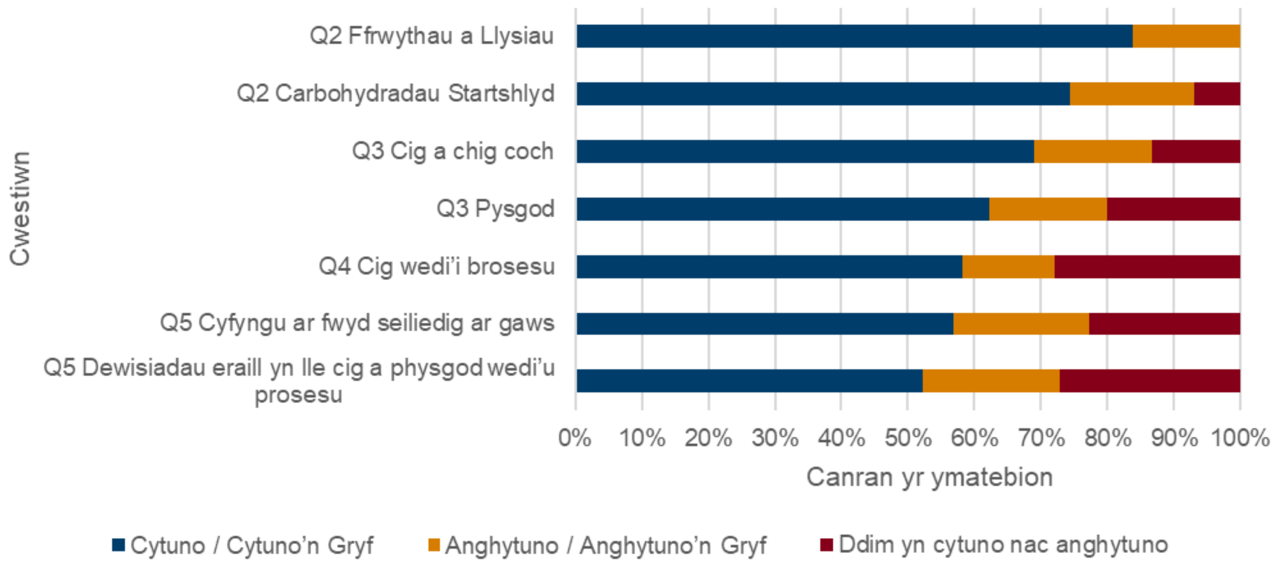
Cyflwynwyd cyfanswm o 59 o ymatebion yn uniongyrchol i Lywodraeth Cymru trwy e-bost neu lythyr, a dangosir dadansoddiad o hyn yn Nhabl 2. Daeth y gyfran fwyaf o ymatebion gan y rheini a ddewisodd 'Arall', a oedd yn cynnwys mudiadau ymgyrchu, elusennau, a chyrff cynrychioliadol proffesiynol. Mae rhestr lawn o sefydliadau, ac eithrio'r rhai a ofynnodd am fod yn ddienw, i'w gweld yn Atodiad G.

Tabl 2: Ymatebion Rhanddeiliaid a dderbyniwyd trwy ohebiaeth ychwanegol

Rhanddeiliad	Nifer yr ymatebion	Canran yr ymatebion
Arall (nodwch)	40	67.8%
Awdurdod Lleol	12	20.3%
Darparwr Arlwyo	10	16.9%
Ymarferydd Gofal Iechyd	10	16.9%
Gweithlu Addysg	3	5.1%
Rhiant neu Ofalwr	2	3.4%
Cyflenwr	1	1.7%

Ffynhonnell: Ymatebion e-bost a thrwy'r post, n=59

Ffigur 12: Ymatebion blwch post i Gwesiynau 2-5



Ffynhonnell: Ymateb blwch post, C2 a C4, n=43; C3, n=45; C5, n=44

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu mwy o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd?

O'r 43 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, mynegodd rhai ymatebwyr farn wahanol ar y cynigion sy'n ymwneud â ffrwythau a llysiau o'i gymharu â'r rhai ar garbohydradau startshlyd. Am y rheswm hwn, cyflwynir y canlyniadau ar wahân ar gyfer pob rhan o'r cwestiwn.

Gan fod llai na 50 o ymatebion meintiol wedi'u derbyn trwy flwch post yr ymgynghoriad, mae'r canfyddiadau yn cael eu hadrodd fel niferoedd yn hytrach na

chanrannau. Roedd 36 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion i gynyddu'r ddarpariaeth o ffrwythau a llysiau, heb neb yn anghytuno a 7 yn dewis "ddim yn cytuno nac anghytuno".

Yn gyffredinol, roedd ymatebwyr, gan gynnwys byrddau iechyd a sefydliadau iechyd cyhoeddus, yn croesawu'r cynigion fel cam pwysig tuag at wella deietau dysgwyr ac wrth fynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd, gan dynnu sylw at dystiolaeth bod bwyta o leiaf bum dogn o ffrwythau a llysiau bob dydd yn lleihau'r risg o gyflyrau iechyd hirdymor fel clefyd y galon, strôc a chanser. Roedd llawer o ymatebwyr hefyd yn gwerthfawrogi'r pwyslais ar amrywiaeth, gyda galwadau am gynnwys mwy o gynnyrch wedi'i rewi ac o dun er mwyn gwella dewis, fforddiadwyedd a thymoroldeb.

Fodd bynnag, tynnwyd sylw at amryw o heriau. Pryder cyffredin oedd bod dysgwyr yn aml yn gwrthod, neu ddim yn bwyta, ffrwythau a llysiau a ddarperir ar hyn o bryd, gan arwain at lefelau uchel o wastraff bwyd. Roedd yr ymatebwyr yn pwysleisio'r angen i ysgolion fabwysiadu strategaethau i annog dysgwyr i roi cynnig ar fwydydd iachach, megis gwella'r ffordd y caiff ei gyflwyno, cynnig amrywiaeth ehangach, ac integreiddio addysg bwyd i'r cwricwlwm er mwyn osgoi senario "plât llwydfrown". Roedd tegwch hefyd yn thema allweddol, gydag ymatebwyr yn nodi mai dysgwyr mewn ardaloedd mwy difreintiedig sydd leiaf tebygol o fwyta ffrwythau a llysiau, gan wneud prydau ysgol yn hanfodol er mwyn mynd i'r afael ag anghydraddoldebau iechyd. Mae rhai hefyd yn nodi y gall codi tâl am ffrwythau ar adegau egwyl greu rhwystrau i deuluoedd incwm isel.

Nodwyd gweithredu a monitro fel meysydd sydd angen rhagor o waith. Dadleuai rhai ymatebwyr fod y cynigion yn adlewyrchu i raddau helaeth yr hyn y mae arlwywyr "cyfrifol" eisoes yn ei ddarparu. Roedd yr ymatebwyr hyn yn gofyn sut y byddai cydymffurfiaeth yn cael ei sicrhau er mwyn atal anghysondeb rhwng ysgolion ac awdurdodau lleol a'i gilydd, tra'n lleihau unrhyw faich gweinyddol ac ariannol ychwanegol ar awdurdodau lleol. Roedd yr awgrymiadau hefyd yn cynnwys cydgyfeirio ehangach ag amcanion cynaliadwyedd, gan gynnwys cyrchu mwy o eitemau lleol a thymhorol a chefnogi gwytnwch system fwyd yn unol â thargedau hinsawdd a natur.

O ran carbohydradau startshlyd, roedd 32 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion, 3 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, ac 8 wedi dewis "ddim yn cytuno nac anghytuno".

Roedd ymatebwyr yn croesawu eithriadau ar gyfer cynhyrchion fel naan, gwaelod pizza, a chramwyth (*crumpets*). Fodd bynnag, codwyd rhai pryderon nad yw'r cynigion yn ddigon uchelgeisiol, gyda rhai yn galw am eiriad cliriach ynghylch darparu "tri math gwahanol o garbohydrad" ac yn dymuno cydgyfeirio cryfach â chanllawiau dietegol, a safonau uwch yn gyffredinol. Roedd un rhanddeiliad bwrdd iechyd a oedd yn gwrthwynebu'r cynigion yn argymell yn hytrach ddarpariaeth ddyddiol o garbohydradau startshlyd gyda mwy o bwyslais ar rawn cyflawn i wella cymeriant ffibr.

Roedd heriau gweithredu yn cynnwys cost uwch a diffyg cynhyrchion grawn cyflawn ar gael, gyda galwadau am gymorth caffael a gosod cerrig milltir ar gyfer cynnydd fesul cam. Roedd ymatebwyr yn nodi hefyd y gallai plant iau a bwytawyr ffyslyd weld

opsiynau ffibr uchel yn annymunol ac yn cefnogi defnyddio cynhyrchion grawn cyflawn 50% fel mesur trosiannol. Er mwyn cefnogi gweithredu, roedd rhanddeiliaid yn argymell buddsoddi mewn arloesi ac ail-fformiwleiddio cynnyrch, gan nodi rhaglen "Reformulation for Health" Food Standards Scotland fel enghraifft lwyddiannus.

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig, cig coch a physgod?
O'r 45 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, mynegodd rhai ymatebwyr farn wahanol ar y cynigion sy'n ymwneud â chig a chig coch o'i gymharu â'r rhai ar bysgod. Am y rheswm hwn, cyflwynir y canlyniadau ar wahân ar gyfer pob rhan o'r cwestiwn.

Roedd 31 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig a chig coch. Roedd 6 ymatebydd a oedd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, ac 8 yn dewis "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Mae llawer o ymatebwyr yn cefnogi'r cynigion sy'n ymwneud â chig a chig coch gan eu bod yn barnu bod hyn yn seiliedig ar dystiolaeth ac yn cyd-fynd â chanllawiau deietegol y DU. Roedd amryw’n croesawu’r hyblygrwydd i barhau i weini cig gwyn gan eu bod yn teimlo bod cig gwyn yn boblogaidd gyda dysgwyr ac yn helpu gyda chynllunio bwydlenni. Roedd eraill yn pwysleisio bod cyrchu cig Cymreig yn cefnogi nodau ffermio lleol a chynaliadwyedd, er y gallai olygu’r angen am gyllid ychwanegol. Roedd rhai yn cefnogi dull "llai ond gwell", gan ddefnyddio symiau llai o gig o ansawdd uwch ynghyd â ffa neu gorbys.

Fodd bynnag, mae rhai ymatebwyr yn teimlo bod y cynigion yn mynd yn rhy bell o ran cyfyngu ar gig coch, o ystyried ei gyfraniad maethol y maent yn cyfeirio ato fel rhywbeth pwysig mewn deietau dysgwyr. Roedd eraill yn credu nad yw'r cynigion yn mynd yn ddigon pell, gan ddadlau dros gyfyngiadau llymach ar gig coch a gwyn oherwydd pryderon iechyd ac amgylcheddol. Cyfeiriodd rhai ymatebwyr at ddatgoedwigo, llygredd a phroblemau lles anifeiliaid o ganlyniad i ffermio dofednod dwys fel rhesymau pam na ddylai cig gwyn fod heb gyfyngiadau. Roedd rhai rhanddeiliaid hefyd yn amau a yw'r gofyniad i weini o leiaf un dogn o gig coch yr wythnos yn adlewyrchu buddiannau'r sector cig coch yn hytrach nag iechyd y cyhoedd, a galwodd rhai am ddiwrnodau gorfodol di-gig neu opsiynau dyddiol sy'n seiliedig ar blanhigion.

O ran pysgod, roedd 28 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion, 9 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, ac 8 yn dewis "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Roedd y rhai a gefnogai’r cynigion sy'n ymwneud â physgod yn cytuno â chynnal gofyniad pysgod wythnosol a sicrhau bod yr holl bysgod yn dod o ffynonellau cynaliadwy. Roedd y rhai a gefnogai’r cynigion yn ymwneud â physgod olewog o’r farn eu bod yn fwy realistig o ystyried cymeriant isel a phryderon am wastraff bwyd. Nododd rhai bwysigrwydd eog, tiwna a chynhyrchion pysgod mewn briwision bara fel dewisiadau derbyniol a fforddiadwy, tra'n croesawu hyblygrwydd ynghylch diffiniadau cynnyrch.

Fodd bynnag, roedd llawer o randdeiliaid, gan gynnwys gweithwyr gofal iechyd proffesiynol ac awdurdodau lleol yn beirniadu'r gostyngiad yn amlder pysgod olewog, gan eu bod yn ei weld fel "cam yn ôl" o ganllawiau deietegol cenedlaethol. Roedden nhw'n dadlau fod y cynigion â'r risg o leihau bwydydd llawn maetholion sy'n cefnogi iechyd yr ymennydd a'r galon, ac yn ymestyn anghydraddoldebau sy'n ymwneud â deiet. Yn hytrach na gostwng safonau, awgrymwyd bod angen mwy o gefnogaeth ar ysgolion gyda datblygu ryseitiau ac addysg i gynyddu'r cymeriant. Cododd eraill bryderon am heriau cost a chyflenwad sy'n gysylltiedig â gofynion cyrchu cynaliadwy, gan deimlo bod y cynigion yn peryglu creu dryswch a dymuno gweld diffiniadau cliriach.

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu?

O'r 43 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, roedd 25 wedi dewis cytuno'n gryf neu gytuno. Roedd 12 arall yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf â'r cynigion sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu a nododd 6 "ddim yn cytuno nac anghytuno".

Roedd llawer o ymatebwyr yn cefnogi cynigion sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu, gan nodi tystiolaeth iechyd bod cig wedi'i brosesu yn garsinogen heb lefelau diogel i'w bwyta. Dadleuai sawl rhanddeiliad gofal iechyd nad yw'r cynigion yn ddigon uchelgeisiol gan alw am gynllun graddol i ddileu cig wedi'i brosesu yn gyfan gwbl o fwydlenni ysgolion cynradd. Fodd bynnag, roedd eraill yn dymuno y dylid canolbwyntio ar wella ansawdd cynhyrchion, megis defnyddio opsiynau ac iddynt gynnwys cig uwch a halen is, yn hytrach na gosod terfynau llymach a allai beri i blant beidio â bwyta prydau.

Thema barhaus oedd yr angen am ddiffiniadau ac enghreifftiau llawer cliriach. Cododd ymatebwyr bryderon am y categori amwys "cynnyrch sy'n cynnwys cig", a allai ddadreoleiddio eitemau fel byrgyrs, peli cig, a chyw iâr mewn briwsion bara, tra bod anghysondebau hefyd yn dod i'r amlwg ynghylch maint dognau a pheri eithriadau ar gyfer ham, gydag un rhanddeiliad yn dymuno osgoi senario "ham-gate" yr Alban. Nododd rhanddeiliaid na ddylid tanamcangyfrif poblogrwydd opsiynau wedi'u prosesu fel brechdanau ham.

Pwysleisiai ymatebwyr yr angen am gymorth gyda chaffael, gweithredu fesul cam a chyllid ychwanegol. Roedden nhw hefyd yn dymuno monitro cadarn i atal cydymffurfio ar sail "ticio blwch". Roedd llawer hefyd yn eiriol dros newidiadau ehangach, megis ategu cig gyda chorbys, ehangu opsiynau protein sy'n seiliedig ar blanhigion, a sicrhau bod prydau sy'n figan ar gael bob dydd i bob dysgwr, er mwyn cefnogi cynhwysiant a chynaliadwyedd. Yn olaf, pwysleisiai rhai bwysigrwydd dull ysgol gyfan, gan gymhwyso safonau ar draws prydau ysgol, digwyddiadau, a chodi arian i greu amgylchedd bwyd sy'n hyrwyddo iechyd yn gyson.

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud ag opsiynau nad ydynt yn gig (yn benodol, cyfyngu ar brydau sydd wedi'u seilio ar gaws a chig wedi'i brosesu a dewisiadau amgen yn lle pysgod)?

O'r 44 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, mynegodd rhai ymatebwyr farn wahanol ar y cynigion sy'n ymwneud â chyfyngu ar brydau wedi'u seilio ar gaws o'i gymharu â'r rhai ar ddewisiadau amgen yn lle cig a physgod wedi'u

prosesu. Am y rheswm hwn, cyflwynir y canlyniadau ar wahân ar gyfer pob rhan o'r cwestiwn.

O ran seigiau wedi'u seilio ar gaws, roedd 25 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion, 10 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, a dewisodd 9 "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Roedd llawer o ymatebwyr sy'n cefnogi'r cynigion yn ymwneud â chyfyngu ar brydau seiliedig ar gaws yn mynegi pryderon am gynnwys braster dirlawn a halen uchel, gor-ddibyniaeth ar gaws ar gyfer opsiynau llysieuol, a'r angen i hyrwyddo proteinau mwy amrywiol ac iachach. Awgrymodd sawl un baru prydau caws gyda chorbys neu lysiau i wella gwerth maethol neu eu disodli'n amlach gyda phrydau sy'n canolbwyntio ar gorbys. Yn achos rhanddeiliaid, roedd ymarferwyr gofal iechyd yn arbennig yn cefnogi cyfyngiadau. Roedd eraill yn gwrthwynebu'r cyfyngiad, gan ddadlau bod caws yn parhau i fod yn ffynhonnell protein allweddol i lysieuwyr, bod caws yn boblogaidd gyda dysgwyr, ac yn helpu i gynnal niferoedd sy’n cymryd prydau ysgol. Roedd pryderon yn cynnwys prinder dewisiadau amgen apelgar, potensial am lai o ddewis a mwy o wastraff. Crybwyllwyd hefyd yr angen am eglurder ynghylch cynnwys caws gyda thatws drwy’u crwyn neu mewn brechdanau. Awgrymai rhai fod y cyfyngiadau sy'n seiliedig ar gaws yn peryglu lleihau hyblygrwydd wrth gynllunio bwydlenni neu y gallent greu effeithiau annisgwyl trwy gynyddu dibyniaeth ar ddewisiadau eraill llai dymunol.

Roedd 23 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â dewisiadau amgen yn lle cig a physgod wedi'u prosesu. Roedd 12 ymatebydd a oedd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, a 9 yn dewis "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Roedd ymatebwyr sy'n cefnogi'r cyfyngiadau arfaethedig ar ddewisiadau amgen cig a physgod wedi'u prosesu yn pwysleisio bod y cynhyrchion hyn yn aml wedi'u prosesu’n helaeth, yn uchel mewn halen a braster, ac yn gyfyngedig eu gwerth maethol. Roedd llawer yn gweld y cyfyngiad fel cyfle i symud bwydlenni tuag at broteinau iachach, heb fod wedi'u prosesu gymaint, fel ffa, ffacbys, a tofu. Roedd sefydliadau iechyd cyhoeddus yn awgrymu mynd ymhellach gyda "safon corbys" pwrpasol i sicrhau defnydd rheolaidd o opsiynau seiliedig ar blanhigion nad ydynt prin wedi’u prosesu.

Roedd y rhai sy'n erbyn y cynigion yn dadlau bod hyn yn cyfyngu'n annheg ar ddysgwyr llysieuol a figan, gan leihau amrywiaeth a risg o niferoedd llai yn cymryd prydau. Roedden nhw’n nodi nad yw pob dewis amgen wedi'i brosesu yn afiach, gan gyfeirio at eitemau brand penodol. Awgymai rhai y dylai meini prawf ganolbwyntio ar ansawdd maethol yn hytrach nag a yw bwydydd yn cael eu "prosesu'n ddiwydiannol." Codwyd pryderon hefyd am gyfyngu ar faint dognau sy'n gwneud prydau bwyd yn ymddangos yn rhy fach, ac am anghysondebau (megis sut mae briwgig soi wedi'i eithrio ond cynhyrchion tebyg yn cael eu cyfyngu).

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, pwdinau a nwyddau pob wedi'u melysu, a chrwst?
O'r 43 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, mynegodd rhai ymatebwyr farn wahanol ar y cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew a bwydydd wedi'u ffrio o'i gymharu â'r rhai ar nwyddau a phwdinau pob wedi'u melysu, a chrwst. Felly, cyflwynir y canlyniadau ar wahân ar gyfer pob rhan o'r cwestiwn.

Roedd 33 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew a bwydydd wedi'u ffrio. Roedd 3 ymatebydd a oedd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, a 7 yn dewis "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn cefnogi cyfyngu ar datws wedi'u coginio mewn olew a bwydydd wedi'u ffrio. Roedd llawer yn croesawu symudiadau i gael gwared ar offer ffrïo dwfn mewn brasder yn gyfan gwbl, gan nodi manteision i iechyd dysgwyr. Awgrymodd rhai fynd ymhellach trwy leihau bwyd wedi'i ffrio i unwaith yr wythnos yn unig neu ei ddileu'n gyfan gwbl ac roeddent hefyd yn dymuno hyrwyddo tatws wedi'u pobi yn y ffwrn a bwydydd wedi'u ffrio ac olewau coginio iachach. Nododd awdurdodau lleol fod llawer o ysgolion eisoes yn cydymffurfio, gyda sglodion yn aml ond yn cael eu gweini unwaith yr wythnos.

Roedd lleiafrif yn anghytuno â thynhau cyfyngiadau ymhellach, gan rybuddio y gallai cael gwared ar fwydydd wedi'u ffrio yn gyfan gwbl effeithio ar faint oedd yn cymryd prydau ysgol. Pwysleisiai eraill y dylai tatws wedi'u pobi yn y ffwrn wedi'u chwistrellu ag olew barhau i gyfrif fel bwyd sy’n cydymffurfio. Roedd rhai yn teimlo bod angen mwy o eglurder ar yr hyn sy'n cyfrif fel bwydydd "wedi'u ffrio ar amrantiad" neu "â gorchudd", fel bysedd pysgod neu *goujons* cyw iâr.

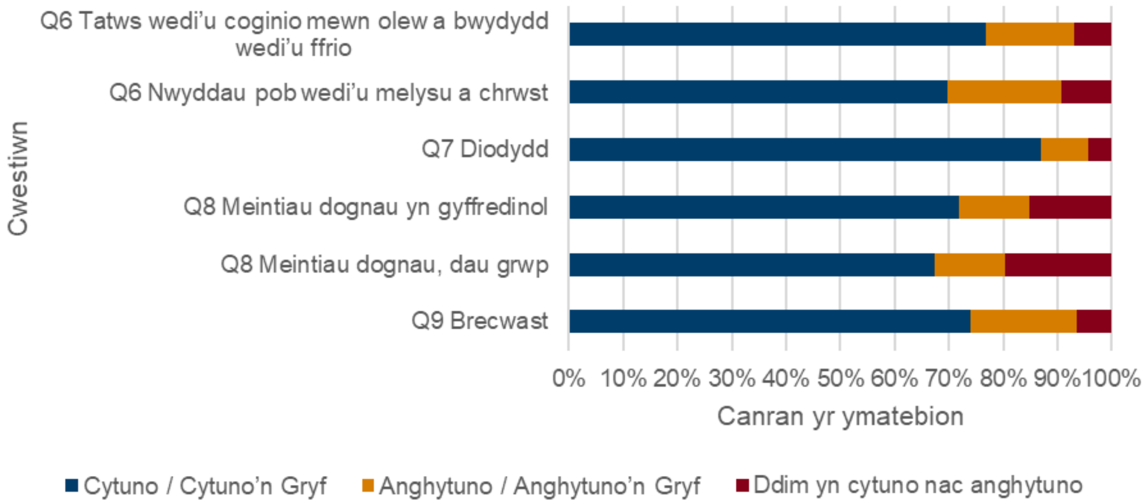
Mewn perthynas â nwyddau wedi'u pobi a phwdinau wedi'u melysu, a chrwst, roedd 30 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion, 4 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, a 9 "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Roedd cefnogaeth gref i'r cynigion yn ymwneud â nwyddau pob a phwdinau wedi'u melysu, a chrwst. Dadleuai llawer y dylai'r newidiadau fynd ymhellach, gan gael gwared yn raddol ar y bwydydd hyn neu eu disodli â ffrwythau, iogwrt, neu bwdinau iachach sy'n seiliedig ar grawn cyflawn. Roedd ymatebwyr yn amlygu cysylltiadau rhwng cymeriant siwgr, gordewdra, ac iechyd gwael y geg, gan argymell bod pwdinau yn cael eu trin fel danteithion achlysurol yn hytrach na’u bod yn cael eu darparu bob dydd. Roedd rhai yn pwysleisio cynaliadwyedd, gan alw am ddefnyddio cynhyrchion lleol, cynhwysion Masnach Deg, a llai o ddibyniaeth ar eitemau wedi'u prosesu'n helaeth.

Roedd pryderon yn cynnwys llai o ddewis i ddysgwyr, poblogrwydd pwdinau melys, a risgiau o lai yn cymryd prydau ysgol os yw'r opsiynau hyn yn cael eu cyfyngu'n ormodol. Tynnodd sawl awdurdod lleol sylw at gostau uwch a mwy o wastraff bwyd wrth gynnig ffrwythau, iogwrt neu gaws fel dewisiadau amgen. Roedd eraill yn gwrthwynebu cyfyngiadau ar grwst os yw eitemau wedi'u paratoi'n ffres, gan ddadlau nad yw pob bwyd sy'n seiliedig ar grwst (fel *quiche*) yn afiach. Roedd rhai hefyd yn

beirniadu eithrio pwdinau wedi'u seilio ar laeth o gyfyngiadau, gan rybuddio y gallai hyn arwain at ddarparu pwdinau wedi'u melysu fel cwstard neu bwdin reis bron bob dydd.

Ffigur 13: Ymatebion blwch post i gwestiynau 6-9



Ffynhonnell: Ymatebion blwch post, n=46; Q6, n=43

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen sydd wedi'u seilio ar blanhigion mewn ysgolion cynradd?

O'r 46 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, fe wnaeth 40 ddewis cytuno neu'n cytuno'n gryf. Roedd 2 arall yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen sydd wedi'u seilio ar blanhigion plaen mewn ysgolion cynradd a dewisodd 4 "ddim yn cytuno nac anghytuno".

Roedd ymatebwyr yn rhannu consensws cryf mai dŵr yw'r opsiwn iachaf, gan ddweud sut mewn llawer o ysgolion, mai dim ond amser cinio y darperir dŵr, ac mae rhai awdurdodau lleol wedi ymestyn hyn i glybiau brecwast. Roedd ymatebwyr yn nodi'r manteision seiliedig ar dystiolaeth sydd i yfed dŵr, megis sut mae'n gwella canolbwyntio ac yn lleihau'r risg o ordewdra a pydredd deintyddol. Fodd bynnag, roedd rhai yn codi pryderon y gallai cyfyngu diodydd i ddŵr leihau hydradiad os yw dysgwyr yn gwrthod yfed dŵr, gan fod yn well ganddyn nhw sudd. Roedd rhai ymatebwyr yn teimlo y gallai dysgwyr wastraffu diodydd neu ddod â dewisiadau eraill llawn siwgr o gartref onibai fod opsiynau mwy apelgar.

Roedd llaeth yn cael ei gefnogi'n helaeth fel ffynhonnell werthfawr o galsiwm a maetholion. Dywedodd ymatebwyr ei fod yn ategu prydau bwyd, yn cyd-fynd â chanllawiau iechyd, ac yn helpu i sefydlu arferion iach. Roedd rhai'n awgrymu cynnig llaeth organig er buddion amgylcheddol. Ymhlith y pryderon a godwyd gan ymatebwyr roedd faint o laeth sy'n cael ei wastraffu ar amser bwyd, plant llai yn cael gormod (rhai yn nodi bod dogn 125ml yn cael ei ystyried yn ormodol), a llaeth yn eu llenwi'n ormodol, fel bod bwyd yn cael ei wastraffu. Roedd rhai yn teimlo y dylid cynnig llaeth sgim neu lled-sgim, tra bod eraill yn nodi pryderon amgylcheddol gyda

llaeth ac yn awgrymu newid tuag at ddewisiadau amgen sy'n seiliedig ar blanhigion i bawb.

Mae llawer yn croesawu cynnwys diodydd plaen sydd wedi’u seilio ar blanhigion, yn enwedig i ddysgwyr ag alergeddau, y rhai sy'n anoddefgar i lactos, figan, neu nad ydynt yn yfed llaeth oherwydd dewisiadau moesegol/amgylcheddol. Cyfeiriodd ymatebwyr at dystiolaeth bod diodydd wedi'u seilio ar blanhigion yn ddewisiadau amgen diogel yn lle llaeth, gyda rhai yn annog opsiynau cryfach gorfodol. Gwelwyd y newid hefyd fel rhywbeth sy’n hyrwyddo cydraddoldeb, cynhwysiant a chynaliadwyedd. Roedd pryderon yn canolbwyntio ar atgyfnerthu anghyson, diffyg cynhyrchion addas ar gael, a'r angen am ddiffiniadau clir o "plaen." Rhybuddiodd rhai nad yw diodydd sydd wedi’u seilio ar blanhigion yn darparu maeth digonol, tra bod eraill yn poeni am heriau gweithredu wrth gyrchu opsiynau sy'n cydymffurfio.

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sydd â'r nod o ddarparu meintiau dognau mwy priodol mewn ysgolion cynradd i'r rhai yn y dosbarth Meithrin hyd at Flwyddyn 2 a'r rhai ym Mlwyddyn 3 hyd at Flwyddyn 6?

O'r 46 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, mynegodd rhai ymatebwyr farn wahanol ar y cynigion sy'n ymwneud yn benodol â darparu meintiau dognau mwy priodol mewn ysgolion cynradd, o'i gymharu â'r rhaniad arfaethedig rhwng y rhai mewn dosbarthiadau meithrin i Flwyddyn 2 a Blwyddyn 3 i Flwyddyn 6. Am y rheswm hwn, cyflwynir y canlyniadau ar wahân ar gyfer pob rhan o'r cwestiwn.

O ran yr egwyddorion o ddarparu meintiau dognau mwy priodol mewn ysgolion cynradd, roedd 33 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cynigion, 7 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, a dewisodd 6 "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Roedd y rhai sy'n cefnogi addasu maint dognau yn gyffredinol yn tynnu sylw at y ffaith bod plant iau yn aml yn cael dognau sy'n rhy fawr ac yna'n mynd i wastraff, tra bod plant hŷn yn mynd yn llwglyd. Roedd y rhai sy'n cefnogi yn nodi hefyd y gallai hyn gyd-fynd â chanllawiau iechyd a hyrwyddo arferion bwyta iachach pe bai'n cael ei gefnogi gan hyfforddiant clir ar gyfer staff arlwyo sy'n cynnwys cymhorthion gweledol. Dadleuai rhai y dylid gadael maint dognau i ddisgresiwn staff arlwyo gan fod archwaeth yn amrywio yn ôl unigolyn, nid oedran yn unig. Roedden nhw'n teimlo y gallai newidiadau gorfodol greu beichiau gweinyddol diangen, drysu teuluoedd, a risg o adael plant yn llwglyd os cânt eu cymhwyso'n rhy anhyblyg.

Roedd 31 o ymatebwyr naill ai'n cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r rhan o'r cwestiwn ynglŷn â'r rhaniad rhwng y rhai mewn dosbarthiadau meithrin i Flwyddyn 2 a Blwyddyn 3 i Flwyddyn 6. Roedd 9 ymatebydd a oedd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, a 6 yn dewis "ddim yn cytuno nac anghytuno."

Roedd y rhai a gytunai â chael dau grŵp o ddognau yn sôn sut roedd hyn yn welliant ymarferol sy'n adlewyrchu anghenion maethol gwahanol yn well. Roedd rhai rhanddeiliaid, gan gynnwys ymatebwyr y bwrdd iechyd, yn cefnogi safonau clir gydag isafsymiau ar gyfer bwydydd iach ac uchafsymiau ar gyfer bwydydd i'w cyfyngu, gan nodi y gallai leihau gwastraff a helpu dysgwyr i deimlo’n llawnach. Awgrymai rhai nad yw hyn yn mynd yn ddigon pell, gan eiriol dros dri band oedran oherwydd eu bod yn teimlo y byddai hyn yn fwy cywir.

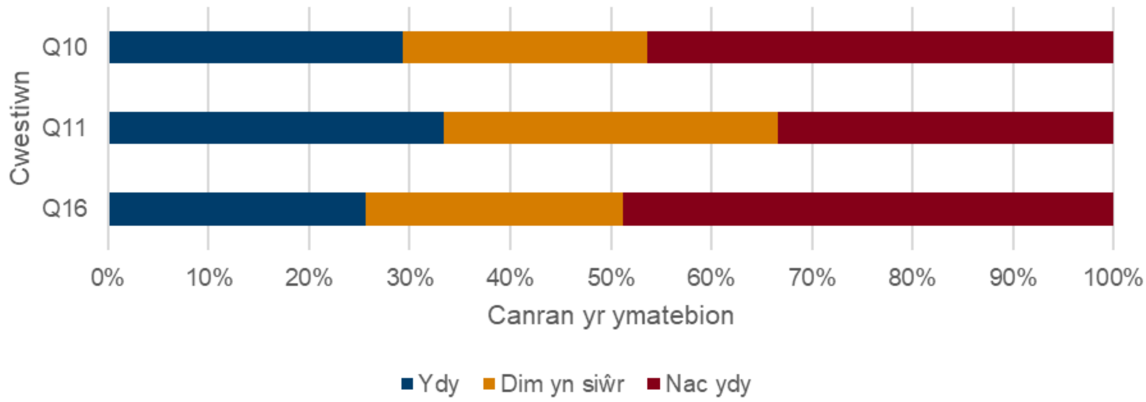
Roedd y rhai a oedd yn anghytuno â chael dau grŵp o ddognau yn teimlo bod y gwahaniaeth hwn yn anymarferol ac yn feichus, yn enwedig mewn perthynas â chynhyrchion wedi'u dyrannu ymlaen llaw ac o ystyried adnoddau arlwyo sydd eisoes wedi'u hymestyn. Roedd rhai cyrff cynrychioliadol ac awdurdodau lleol yn rhybuddio y gallai gynyddu costau yn ogystal â chreu gwasanaeth dryslyd a chymhleth. Dadleuai rhai y byddai cael un set o safonau maeth gyda chanllawiau hyblyg yn symlach ac yn fwy effeithiol.

I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu brecwast?
O'r 46 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, dewisodd 34 gytuno neu gytuno'n gryf. Roedd 3 arall yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf â'r cynigion sy'n ymwneud â darpariaeth brecwast a dewisodd 9 "ddim yn cytuno nac anghytuno".

Roedd y rhai a gytunai â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu brecwast yn teimlo y byddai hyn yn cysoni brecwast â safonau cinio ac yn cefnogi iechyd a chanlyniadau dysgu dysgwyr yn gyffredinol, yn enwedig ymhlith grwpiau agored i niwed.

Fodd bynnag, codwyd pryderon am gost, gwastraff bwyd a heriau wrth weithredu. Roedd rhai yn galw am hyblygrwydd o ran maint dognau, canllawiau cliriach ar sbrediau a grawnfwydydd, a chynnwys eitemau fel iogwrt plaen. Roedd safbwyntiau gwahanol hefyd ar laeth sydd wedi’i seilio ar blanhigion, gyda galwadau am opsiynau heb eu melysu, wedi'u hatgyfnerthu, a rhybudd yn erbyn cynhyrchion wedi eu prosesu’n helaeth. Tynnwyd sylw at bwysau ariannol, capasiti staffio, a rôl ddeuol clybiau brecwast fel opsiwn gofal plant fel rhwystrau ymarferol, ac argymhellodd sawl rhanddeiliad yr angen am adnoddau ychwanegol, hyfforddiant, a chyfathrebu clir â theuluoedd i sicrhau eu gweithredu'n llwyddiannus.

Ffigur 14: Ymatebion blwch post i Gwestiynau 10, 11 a 16



Ffynhonnell: Ymatebion blwch post, C10, n=41; C11, n=39; C16 n=43

A yw'r canllawiau statudol drafft sy'n helpu arlwywyr bwyd ysgolion cynradd i roi'r rheoliadau drafft ar waith yn ddigon clir?
Fe wnaeth 41 o ymatebwyr ateb y cwestiwn hwn. O'r rhain, roedd 12 ymatebydd yn teimlo bod y canllawiau statudol drafft sy'n helpu arlwywyr bwyd ysgolion cynradd i weithredu'r rheoliadau drafft yn ddigon clir. Roedd 19 ymatebydd arall yn teimlo nad oedd hyn yn glir, ac roedd 10 yn ansicr.

Roedd y rhai a roddodd fwy o wybodaeth ar sut roedden nhw'n teimlo nad oedd y canllawiau statudol drafft yn ddigon clir yn codi pryderon am eglurder, hygyrchedd a gorfodi. Dywedodd llawer fod yr iaith yn rhy dechnegol, anghyson, neu ailadroddus, a galwodd am fersiynau symlach, mewn iaith glir gyda chymhorthion gweledol, bwydlenni enghreifftiol, canllawiau ryseitiau, a hyfforddiant, fel nad oes lle i ddehongliadau amrywiol rhwng gwahanol awdurdodau lleol ac ysgolion a'i gilydd.

Pryder a ailadroddwyd sawl gwaith oedd parhau i ganiatáu eithriadau ar gyfer digwyddiadau a gwobrau, a oedd yn cael ei weld fel rhywbeth sy'n tanseilio ymdrechion ysgol gyfan at fwyta'n iach ac yn rhoi negeseuon cymysg. Roedd ymatebwyr yn galw am atebolrwydd cryfach, monitro cliriach o gydymffurfiaeth, a chysondeb rhwng prydau bwyd a ddarperir gan yr ysgol a bwyd a ddaeth o gartref. Amlygwyd amrywiaeth ddiwylliannol, ADY, ac anghenion deietegol moesegol (e.e. darpariaeth figan) fel materion sy'n gofyn am arweiniad a chynhwysiant mwy penodol gan randdeiliaid penodol.

Roedd pwyslais hefyd ar bwysau adnoddau a gweithredol: yr angen am hyfforddiant deietegol, cefnogaeth i goginio o ddim (o'r cynwysyddion crai), meintiau dognau cyson, ac eglurder ynghylch cylchoedd bwydlenni, lleihau cig coch / wedi'i brosesu, a rheoli alergenau. Galwodd rhai ymatebwyr am opsiynau dyddiol gorfodol sy'n seiliedig ar blanhigion a chysylltiadau mwy penodol â hawliau plant, cynaliadwyedd a chanlyniadau iechyd.

A yw'r canllawiau statudol drafft ar ddiwallu anghenion deietegol sydd wedi'u rhagnodi'n feddygol ac anghenion deietegol eraill yn ddigon clir?
O'r 39 o ymatebion meintiol a gyflwynwyd i'r cwestiwn hwn, roedd 13 yn teimlo bod y canllawiau statudol drafft ar ddarparu gofynion dietegol a rhagnodir yn feddygol ac anghenion deietegol eraill yn ddigon clir. Roedd 13 arall yn teimlo nad oeddent yn glir, a dewisodd 13 hefyd "ansicr".

Roedd ymatebwyr yn croesawu cynnwys adran benodol ar ddeietau arbennig yn y canllawiau statudol drafft, gan nodi ei fod yn rhoi eglurder cyfreithiol pwysig trwy wahaniaethu rhwng y ddyletswydd i wneud addasiadau rhesymol i ddysgwyr anabl a chydnawsedd statudol ehangach. Mae'r rhai a oedd yn teimlo nad oedd y canllawiau statudol drafft yn ddigon clir yn tynnu sylw at fylchau mewn eglurder, cysondeb ac ymarferoldeb. Roedd hyn yn cynnwys angen am ragor o fanylion ar bwy sy'n gyfrifol am sicrhau cydymffurfiaeth (ysgolion, arlwywyr, neu awdurdodau lleol), a diffiniadau anghyson o ddeietau arbennig. Soniwyd hefyd am ddiffyg prosesau cenedlaethol clir ar gyfer rheoli ceisiadau, yn enwedig lle nad yw tystiolaeth feddygol ar gael neu'n gostus i'w chael.

Roedd llawer yn galw am arweiniad cliriach, iaith blaen, terminoleg gyson, ac esboniadau ymarferol fel astudiaethau achos, siartiau llif, ac enghreifftiau o addasiadau rhesymol. Roedd materion penodol yn cynnwys sut i drin dysgwyr niwrowahanol sydd â sensitifrwydd ynghylch amseroedd bwyd a'r angen i ddarparu ar gyfer deietau diwylliannol a chrefyddol. Roedd ymatebwyr yn pwysleisio hefyd y pwysau ariannol a gweithredol a achosir gan y galw cynyddol am fwydlenni unswydd, costau cynhwysion uwch, anghenion hyfforddi, a mynediad cyfyngedig at arbenigedd ddeietetig. Roedd cefnogaeth eang i gyllid ychwanegol, canllawiau

cenedlaethol, a recriwtio deietegwyr neu faethegwyr mewnol i sicrhau tegwch, diogelwch a chysondeb ledled Cymru. Roedd llawer yn gwrthwynebu dewisiadau amgen arian parod neu dalebau, gan rybuddio y byddai hyn yn tanseilio nodau prydau ysgol am ddim i holl ddisgyblion ysgolion cynradd.

Pa heriau, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi?
Roedd ymatebwyr yn tynnu sylw at amrywiaeth eang o heriau y maent yn teimlo y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft. Roedd y prif bryderon yn cynnwys pwysau ariannol, cyfyngiadau'r gadwyn gyflenwi, y graddau roedd cynhyrchion fel bara grawn cyflawn a phasta ar gael, law yn llaw â chostau offer newydd, seilwaith a staffio. Roedd llawer yn trafod y risg o lai yn cymryd prydau bwyd os yw bwydydd yn anghyfarwydd neu'n anapelgar, a allai waethygu anghydraddoldebau iechyd, yn enwedig i ddysgwyr difreintiedig. Amlygwyd anghenion deietegol diwylliannol a meddygol, alergeddau, a chredoau gwarchodedig (fel figaniaeth) hefyd fel materion cymhleth sy'n gofyn am ddiffiniadau cliriach, adnoddau a chanllawiau cyfreithiol.

Cafodd rhwystrau gweithredol eu crybwyll yn aml, gan gynnwys seibiannau cinio byr a phrysur, dim digon o le i fwyta, diffyg staff hyfforddedig, a systemau monitro a chydymffurfio annigonol. Roedd yr ymatebwyr yn pwysleisio pwysigrwydd dull ysgol gyfan, sy'n cynnwys rhieni, dysgwyr a staff er mwyn ymgorffori diwylliannau bwyd cadarnhaol ac osgoi dibynnu ar arlwywyr yn unig.

Codwyd pryderon amgylcheddol fel gwastraff bwyd, pecynnu gormodol, a chyrchu cynaliadwy hefyd, gyda galwadau am gysylltiadau cryfach â nodau hinsawdd a chaffael lleol. Roedd yr ymatebwyr yn teimlo bod yr heriau'n adlewyrchu'r angen am fwy o gyllid a mecanweithiau atebolrwydd cadarn. Roedden nhw’n gofyn am gymorth pellach i sicrhau bod y rheoliadau'n ymarferol, yn deg ac yn gynaliadwy.

Pa effeithiau cadarnhaol, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi?
Roedd ymatebwyr yn tynnu sylw at amrywiaeth eang o effeithiau cadarnhaol y maent yn teimlo y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft. Roedd y rhain yn cynnwys gwelliannau i iechyd, deiet a chanlyniadau dysgu plant, lleihau anghydraddoldebau iechyd trwy brydau ysgol am ddim i holl blant ysgolion cynradd a buddion hirdymor, megis risgiau is o ordewdra, diabetes a chlefyd y galon. Dywedodd llawer y gallai cysoni bwyd ysgol â deiet iechyd planedol EAT-Lancet a darpariaeth seiliedig ar blanhigion hefyd gyflawni enillion amgylcheddol, cefnogi nodau hinsawdd, a chryfhau cysylltiadau rhwng iechyd, cynaliadwyedd ac addysg. Roedd yr effeithiau cadarnhaol ychwanegol yn cynnwys cael economïau lleol cryfach trwy gaffael gan gyflenwyr lleol o Gymru, cyfleoedd ar gyfer hyfforddi ac uwchsgilio'r gweithlu, lleihau gwastraff bwyd trwy reoli dognau, a chysylltiadau cwricwlwm sy'n ymgorffori addysg fwyd o fewn dull ysgol gyfan. Pwysleisiodd yr ymatebwyr fod cydweithio ar draws system fwyd yr ysgol yn hanfodol, ac y bydd cyfathrebu ar sail ymddygiad ac ennyn diddordeb dysgwyr yn allweddol er mwyn sicrhau eu bod yn cymryd prydau ysgol ac atal teuluoedd rhag eithrio. Roedd yr ymatebwyr yn teimlo bod y cynigion yn gyfle allweddol i wella iechyd, cydraddoldeb, cynaliadwyedd a gwytnwch cymunedol, os caiff ei chyflawni mewn modd cydgysylltiedig.

Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr asesiadau effaith drafft, yn benodol ar effaith y rheoliadau drafft ar blant, teuluoedd sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol a phobl â nodweddion gwarchodedig (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei chynnwys yn eich barn chi)?
Roedd llawer o ymatebwyr yn cytuno y gallai'r rheoliadau drafft leihau anghydraddoldebau iechyd trwy sicrhau bod gan bob dysgwr, yn enwedig y rhai o gefndiroedd dan anfantais economaidd-gymdeithasol, gyfle i gael prydau ysgol maethlon. Roedd prydau ysgol yn cael eu hystyried yn rhwyd ddiogelwch hanfodol, gyda phrydau ysgol am ddim i holl blant ysgolion cynradd yn helpu teuluoedd yng Nghymru i reoli ansicrwydd bwyd a chynnydd mewn costau byw.

Fodd bynnag, codwyd pryderon ynglŷn â'r graddau y byddai plant yn manteisio ar hyn. Y teimlad oedd, os yw bwydlenni'n anapelgar, yn anhyblyg, neu'n anghyfarwydd, y gallai plant eithrio a gwrthod, gan wynebu'r risg o fod yn llwglyd ac ehangu anghydraddoldebau. Gofynnwyd am arweiniad a monitro cryfach er mwyn sicrhau cynhwysiant i ddysgwyr sydd â deietau diwylliannol, crefyddol, meddygol, neu'r rhai sydd â deietau figan. Tynnodd ymatebwyr sylw hefyd at yr angen am weithredu fesul cam, hyfforddiant staff, mecanweithiau cydymffurfio clir, a chyd-drafod â theuluoedd a dysgwyr. Er bod y cynigion yn cael eu croesawu, y teimlad oedd y bydd eu llwyddiant yn dibynnu ar ddarparu gofalus, cyllid digonol, a dull ysgol gyfan sy'n gwneud bwyd iach yn ddeniadol, cynhwysol a hygyrch.

Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr effaith ar gostau (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei hystyried, yn eich barn chi)?
Roedd ymatebwyr yn tynnu sylw at bryderon difrifol nad yw gwir gostau gweithredu'r safonau maeth diwygiedig ar gyfer prydau ysgol am ddim i holl blant ysgolion cynradd wedi'u deall yn llawn eto. Er bod bwydydd iachach, grawn cyflawn a ffynonellau cynaliadwy yn ddrytach, pwysleisiai rhanddeiliaid awdurdodau lleol fod cyllidebau eisoes wedi'u hymestyn a'u dyraniadau cyllid gan Lywodraeth Cymru yn annigonol.

Dywedodd ymatebwyr fod prisiau bwyd sy'n cynyddu, hyfforddiant staff, seilwaith cegin, deietau arbennig, a chaffael cynaliadwy i gyd yn ychwanegu pwysau costau, gydag amcangyfrifon yn amrywio o ychydig geiniogau i dros £1 ychwanegol i bob pryd. Awgrymodd rhai y gellid cyflawni arbedion cost trwy leihau pwdinau, gwastraff, neu ddefnydd o gig, a dyfynnwyd tystiolaeth y gall deietau sy'n seiliedig ar blanhigion fod yn rhatach a darparu arbedion hirdymor i'r Gwasanaeth Iechyd Gwladol.

Roedd ymatebwyr yn galw am fodelu costau manylach, codiadau cyllid cyson, a buddsoddi mewn seilwaith a hyfforddiant, gan bwysleisio y dylid ystyried costau fel buddsoddiad iechyd cyhoeddus hirdymor yn hytrach na rhwystr i safonau cryfach.

A yw'r canllawiau statudol drafft, sydd â'r nod o helpu awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu i gyflawni eu dyletswyddau i hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach yn ddigon clir? (Mae croeso ichi roi enghreifftiau o unrhyw beth sydd ar goll, yn eich barn chi.)
Atebodd 43 o ymatebwyr y cwestiwn hwn. O'r rhain, roedd 11 o ymatebwyr yn teimlo bod y canllawiau statudol drafft sydd â'r nod o helpu awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu i gyflawni eu dyletswyddau i hyrwyddo bwyta ac yfed iach yn ddigon

clir. Roedd 21 ymatebydd arall yn teimlo nad oedden nhw'n glir, ac roedd 11 yn ansicr.

Roedd llawer o ymatebwyr yn teimlo bod y canllawiau statudol drafft yn gliriach nag o'r blaen, ond eu bod yn dal yn brin o gysondeb, atebolrwydd a manylion ymarferol. Codwyd pryderon am rolau a chyfrifoldebau aneglur rhwng awdurdodau lleol, ysgolion, llywodraethwyr, arlwywyr, ac Estyn, yn ogystal ag absenoldeb mecanweithiau monitro a gorfodi cadarn.

Roedd amryw yn pwysleisio bod termau fel "dylai" a "gallai" yn gwanhau disgwyliadau, ac felly mae'r canllawiau mewn perygl o gael eu cymhwyso'n anghyson rhwng gwahanol awdurdodau lleol ac ysgolion. Roedd galwadau hefyd am bwyslais cryfach ar ddulliau ysgol gyfan, bwyd o ffynonellau lleol a gwell cefnogaeth i lywodraethwyr trwy hyfforddiant, templedi, ac enghreifftiau o'r arferion gorau. Pwysleisiai rhanddeiliaid fod angen atebolrwydd cliriach, mecanweithiau cydymffurfio cryfach, a dulliau mwy ymarferol er mwyn sicrhau bod y canllawiau yn cyflawni gwelliannau ystyrlon a chyson mewn bwyta ac yfed iach mewn ysgolion yng Nghymru.

Sut y gallwn sicrhau darpariaeth bwyd apelgar a chytbwys o ran maeth mewn ysgolion uwchradd? (Mae croeso ichi roi enghreifftiau o arferion da neu dystiolaeth sy'n ategu eich ymateb).
Fel gyda'r prif ymatebion i'r ymgynghoriad i'r cwestiwn hwn, tynnodd ymatebwyr sylw at y ffaith bod cyflawni cynnig bwyd cytbwys ac apelgar mewn ysgolion uwchradd yn gymhleth. Roedden nhw'n rhestru ffactorau fel amser, lle, pwysau ariannol, a phwyslais ar ymreolaeth dysgwyr. Roedd llawer yn galw am isafswm safonau egwyl cinio, gwell cyfleusterau bwyta, ac opsiynau iach fforddiadwy, deniadol i gystadlu â siopau bwyd cyflym a lleihau dibyniaeth ar gludwydydd cyflym afiach. Y farn oedd bod lwfansau prydau ysgol am ddim yn annigonol, gydag awgrymiadau i ehangu'r ddarpariaeth drwy gydol y diwrnod ysgol a sicrhau bod bargeinion prydau bwyd yn parhau i fod yn ddeniadol ac yn gytbwys tra hefyd yn fforddiadwy i'r rhai sy'n derbyn prydau ysgol am ddim.

Roedd y syniad o weithredu ar sail ysgol gyfan yn derbyn cefnogaeth helaeth gan ymgorffori bwyd i ddiwylliant, cwricwlwm ac arweinyddiaeth ysgol. Soniwyd hefyd am yr angen am fonitro cryfach ar gyfer cydymffurfiaeth. Roedd rhanddeiliaid yn pwysleisio pwysigrwydd cynnwys dysgwyr wrth gynllunio bwydlenn i, sesiynau blasu, ac addysg bwyd i adeiladu arferion iach gydol oes. Roedd enghreifftiau o'r arferion gorau yn cynnwys bwydlenni arddull "bwyd stryd" creadigol, opsiynau cludfwyd cyflym iachach, rhandiroedd ysgolion, a phartneriaethau gyda chyflenwyr lleol. Gwnaed galwadau hefyd am safonau maeth cliriach, cefnogaeth i brydau seiliedig ar blanhigion a diwylliannol gynhwysol, a chyllid i foderneiddio ceginau a mannau bwyta.

Yn gyffredinol, roedd ymatebwyr yn pwysleisio na all cynnig bwyd cytbwys ac apelgar ddibynnu ar arlwywyr yn unig. Roedd ymatebwyr yn teimlo bod angen gweithredu cydgysylltiedig ar draws ysgolion, llywodraeth a chymunedau, a bod hyn yn cael ei atgyfnerthu gan fuddsoddiad a hyblygrwydd. Trwy gydgyfeirio safonau â chyfleustra a fforddiadwyedd, a grybwyllwyd fel y prif anghenion ar gyfer dysgwyr uwchradd, tra'n hyrwyddo addysg ac ennyn diddordeb dysgwyr, gall ysgolion

uwchradd gynnig bwyd sy'n gadarn o ran maeth ac yn ddeniadol, gan helpu i gynnal ymddygiadau iach a sefydlwyd yn yr ysgol gynradd.

Beth yn eich barn chi fyddai effeithiau tebygol y ddeddfwriaeth ar y Gymraeg? Mae gennym ddiddordeb penodol mewn unrhyw effeithiau tebygol ar gyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg. Ydych chi'n meddwl bod cyfleoedd i hyrwyddo unrhyw effeithiau cadarnhaol? Ydych chi'n meddwl bod cyfleoedd i liniaru unrhyw effeithiau andwyol?

Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr a roddodd ateb i'r cwestiwn hwn yn teimlo na fyddai'r ddeddfwriaeth arfaethedig yn cael fawr ddim effaith ar yr iaith Gymraeg, gan fod bwydlenni a chyfathrebu dwyieithog eisoes yn arfer cyffredin yn eu profiad nhw. Fodd bynnag, soniwyd am gyfleoedd i gryfhau'r Gymraeg, megis gorfodi bwydlenni, arwyddion ac adnoddau dwyieithog, sicrhau bod y Gymraeg yn cael amlygrwydd, a chysylltu addysg fwyd â diwylliant Cymreig a chynnyrch lleol.

Yn eich barn chi, a fyddai modd ffurfio neu addasu'r ddeddfwriaeth er mwyn: sicrhau effeithiau cadarnhaol neu fwy cadarnhaol ar ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg; neu liniaru unrhyw effeithiau andwyol ar y defnydd o'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg?

Rhoddodd yr ymatebwyr a gyflwynodd ateb i'r cwestiwn hwn ymatebion tebyg i'r cwestiwn blaenorol. Roedd awgrymiadau ychwanegol yn cynnwys defnyddio termau bwyd Cymraeg, hyfforddi staff, ac roedd ymatebwyr yn pwysleisio pwysigrwydd cysylltu addysg bwyd â diwylliant a chaffael lleol. Er bod rhai yn teimlo na fyddai'r ddeddfwriaeth yn cael fawr o effaith, dadleuai eraill y byddai cyfeirio'n ddiamwys at ddwyieithrwydd yn rheoliadau yn atgyfnerthu polisi'r llywodraeth ac yn creu mwy o gyfleoedd i ddysgwyr ddefnyddio'r Gymraeg mewn bywyd bob dydd.

Rydym wedi gofyn nifer o gwestiynau penodol. Os oes gennych chi unrhyw faterion cysylltiedig nad ydym wedi rhoi sylw penodol iddynt, defnyddiwch y gofod hwn i'w hadrodd.

Defnyddiodd sawl ymatebydd yr ateb hwn i esbonio pwrpas neu amcanion cyffredinol eu sefydliad neu i roi rhagor o fanylion i'r atebion a roddwyd eisoes i'r cwestiynau ymgynghori cynharach. Amlinellir isod y materion cysylltiedig a godwyd na roddwyd sylw penodol iddynt yn gynt yn yr ymgynghoriad.

Fe wnaeth rhai ymatebwyr bwysleisio ymhellach bwysigrwydd dull ysgol gyfan sy'n mynd y tu hwnt i brydau bwyd i gynnwys addysg bwyd, prosiectau tyfu, coginio, sgiliau cyllidebu, a gwneud cysylltiadau cryfach â theuluoedd a chymunedau, cyrff llywodraethu, a staff arlwyo. Codwyd pryderon am y risg o negeseuon cymysg neu niweidiol ynghylch bwyd (e.e. bwydydd "da/drwg") a'r angen i ddiogelu iechyd meddwl plant, yn enwedig o ran anhwylderau bwyta. Nodwyd pwysigrwydd gweithgarwch corfforol ac iechyd meddwl hefyd fel elfennau hanfodol i ategu polisi bwyd.

Roedd yr ymatebwyr yn tynnu sylw at gyfleoedd i Lywodraeth Cymru hyrwyddo cynnyrch "wedi'i dyfu yng Nghymru" o fewn y canllawiau, gan gefnogi ffermwyr lleol a lleihau dibyniaeth ar nwyddau wedi'u mewnforio sydd â safonau lles neu amgylcheddol gwael.

Roedd llawer yn nodi anghysondebau mewn monitro a chydymffurfio. Awgrymwyd un meddalwedd cenedlaethol. Tynnodd ymatebwyr sylw at faich technegol a gweinyddol dadansoddi maethol, a'r angen am gymorth deietegydd cenedlaethol. Gwnaed galwadau hefyd am ganllawiau cliriach ar becyn ciniawau, diwrnodau bwyd thematig, a rôl Estyn wrth fonitro.

Roedd amryw yn pwysleisio’r angen am fwy o brydau seiliedig ar blanhigion er mwyn iechyd a chynaliadwyedd amgylcheddol. Roedd grwpiau figan a sefydliadau hawliau yn pwysleisio bod angen prydau bwyd dyddiol sy'n addas i figan er mwyn parchu argyhoeddiadau athronyddol ac osgoi rhagfarn ymhlyg tuag at ddeietau seiliedig ar anifeiliaid. Beirniadodd eraill y diffyg uchelgais wrth hyrwyddo deietau seiliedig ar blanhigion, gan ddweud bod cyfleoedd i symud oddi wrth gig coch a llaeth wedi'u colli.

Roedd rhai cyrff cynrychioliadol ac ymarferwyr gofal iechyd yn tynnu sylw at lefelau uchel o ordewdra a salwch sy'n gysylltiedig â deiet yng Nghymru, gan alw ar ysgolion i arwain trwy esiampl ac am weithredu ehangach gan y llywodraeth ar amgylcheddau manwerthu, hysbysebu, a rheolau cynllunio ynghylch siopau cludfwyd ger ysgolion. Gwnaed galwadau am fwy o ddisgresiwn i adlewyrchu demograffeg leol, dewis i blant, a sensitifrwydd i heriau ymarferol wrth arlwyo.

Canfyddiadau'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc

Mae'r crynodeb hwn yn cynnwys yr holl ganfyddiadau o weithgareddau'r ymgynghoriad gyda phlant a phobl ifanc. Mae hyn yn cynnwys canfyddiadau gan ddysgwyr ysgolion cynradd ac ysgolion uwchradd o arolwg y prif ymgynghoriad, yr arolwg ymgynghori â plant a phobl ifanc, ymatebion i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall a dderbyniwyd gan blant a phobl ifanc, a chanfyddiadau o'r grwpiau ffocws a gynhaliwyd gyda phlant a phobl ifanc.

Ydych chi'n cytuno gyda chynyddu'r nifer o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd?
Roedd dysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r prif ymgynghoriad yn gyffredinol gefnogol i'r newidiadau arfaethedig sy'n ymwneud â ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd. O'r ymatebion gan y dysgwyr, roedd 696 (70.9%) yn cytuno'n gryf neu'n cytuno, roedd 194 (19.8%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno a 75 (7.6%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd 16 o ymatebwyr (1.6%) na wnaeth ddewis ateb. Roedd sylwadau ategol gan ddysgwyr yn cynnwys sut y byddai'r cynigion yn gwella arferion bwyta iach a dewisiadau ymhlith dysgwyr. Roedd dysgwyr ysgolion cynradd yn arbennig o gefnogol i gynyddu ffrwythau, tra bod rhai yn llai tebygol o fod eisiau mwy o lysiau.

Roedd y rhai a ymatebodd i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc hefyd o blaid y newidiadau hyn i raddau helaeth, gyda 45 (84.9%) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 5 (9.4%) ddim yn cytuno nac yn anghytuno a 3 (5.7%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. O'r 53 o blant a phobl ifanc a ymatebodd i'r cwestiwn hwn, gadawodd 11 sylw ategol. Roedd rhai ymatebwyr (4) yn dweud y byddai'r newidiadau hyn yn cyfrannu at ddeiet a phlant iachach, tra bod eraill (2) yn mynegi eu cefnogaeth i roi mwy o ddewis i ddysgwyr. Fodd bynnag, teimlai un ymatebydd fod ganddynt ddigon o ffrwythau a salad eisoes ac awgrymodd un arall y gallai plant gael barn gymysg am garbohydradau grawn cyflawn.

Roedd plant a phobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall yn fwy fyth o blaid y newidiadau hyn, gyda 29 allan o 34 yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 2 yn ansicr a 3 ymatebydd yn ei adael yn wag. Nid oedd unrhyw blant a phobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad hawdd ei ddeall yn anghytuno â'r cynigion.

O ran adborth plant a phobl ifanc yn y grwpiau ffocws, roedd mwyafrif y dysgwyr ym mhob ysgol gynradd yn cytuno â chynyddu'r ffrwythau a'r llysiau a gynigir. Roedd y mwyafrif hefyd yn cytuno â newidiadau i garbohydradau startshlyd, gyda dysgwyr o Ysgol Gynradd Gatholig Dewi Sant yn Abertawe yn dweud mai tatws oedd "y gwastraff mwyaf" yn eu prydau ysgol. Nododd dysgwyr dosbarthiadau iau o Ysgol Gynradd Tregatwg fod carbohydradau startshlyd grawn cyflawn eisoes yn rhan o'u bwydlen ysgol, gyda'r rhan fwyaf o'r grŵp yn hapus gyda'r bara grawn cyflawn a gynigid (er bod rhai yn nodi bod bara gwyn yn "fwy blasus").

Cafodd cefnogaeth i'r cynigion ei ailadrodd hefyd mewn adborth grwpiau ffocws gan ysgolion uwchradd. Roedd yr adborth yn cynnwys yr angen i gynnig mwy o amrywiaeth o ffrwythau, yn hytrach na "dim ond afalau ac orennau", law yn llaw â chroesawu 50% o fwydydd grawn cyflawn.

Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer cig, cig coch a physgod?
O'r dysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r cwestiwn hwn yn y prif ymgynghoriad, roedd 622 (63.4%) naill ai'n cytuno neu'n cytuno'n gryf. Roedd 213 (21.7%) nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno, tra bod 115 (11.7%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Dewisodd 31 (3.2%) beidio ag ateb. O'r dysgwyr a roddodd sylw ategol, roedd yr ymatebion yn cynnwys cefnogaeth gyffredinol i'r cynigion a'r cais y dylai cig, cig coch a physgod o ansawdd uchel sy'n dod o ffynonellau lleol fod ar gael.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cadarnhaol yn bennaf gan ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc, gyda 31 (58.5%) o'r plant a phobl ifanc yn cytuno'n gryf neu'n cytuno, 13 (24.5%) ddim yn cytuno nac yn anghytuno ac 8 (15.1%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd un (1.9%) a ddewisodd beidio ag ateb. Nid oedd unrhyw themâu cyffredin yn yr 11 sylw ategol, gyda 3 ymatebydd yn awgrymu y dylai fod mwy o gig coch.

Roedd 25 o'r 34 o blant a phobl ifanc a ymatebodd i'r Ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r newidiadau, tra nad oedd 4 yn siŵr ac roedd 2 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Rhoddodd 27 sylw ategol. Roedd tri na roddodd ymateb i'r cwestiwn hwn.

Roedd dysgwyr ysgolion cynradd a gymerodd ran mewn grwpiau ffocws yn fwy rhanedig pan ofynnwyd iddynt a ydynt yn cytuno â'r newidiadau sy'n ymwneud â chig a physgod, gyda bron i hanner y dysgwyr o Ysgol Gynradd Clwyd yn anghytuno, o'i gymharu â'r mwyafrif o ddysgwyr o Ysgol Gynradd Gymraeg Rhosafan yn cytuno. Yn y cyd-destun hwn, roedd dysgwyr yn aml yn llafar ynghylch gwahanol hoffterau wrth fwyta cig, gan nodi gweadau a chwaethau gwahanol. Roedd cyfranogwyr grŵp ffocws o ysgolion uwchradd yn teimlo y gellid cynyddu pysgod ar y fwydlen, er mwyn cydnabod y ffaith bod yr opsiynau presennol yn aml yn bysgod mewn briwsion bara. Roedd dysgwyr uwchradd o Ysgol Uwchradd Llysweri yn ymwybodol o broblemau iechyd sy'n gysylltiedig â chigoedd coch (fel canser a chlefyd y galon).

Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer cig wedi'i brosesu?
Mewn ymateb i'r prif ymgynghoriad, roedd 470 (47.9%) o ddysgwyr cynradd ac uwchradd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynnig sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu. Roedd 175 (17.8%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, tra bod 298 (30.4%) nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno. Roedd 38 (3.9%) a ddewisodd beidio ag ateb. O'r dysgwyr cynradd a roddodd sylw ategol, dywedodd 13 fod cyfyngu ar faint o gig wedi'i brosesu sydd ar fwydlenni ysgol yn beth da. Roedd sylwadau eraill gan ddysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a oedd yn cytuno yn cynnwys pwysigrwydd coginio prydau cartref ffres yn yr ysgol bob dydd a bod ansawdd y cig wedi'i brosesu yn wael iawn ac yn "ffiaidd".

Roedd 33 o ymatebwyr (62.3%) i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc yn cytuno'n gryf neu'n cytuno â'r cwestiwn hwn, tra bod 15 (28.3%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno a 3 (5.7%) yn anghytuno nac yn anghytuno'n gryf. Roedd dau ymatebydd (3.8%) a ddewisodd beicio ag ateb. O'r 6 ymatebydd a adawodd sylw ategol, roedd dau yn tynnu sylw at y ffaith bod cig wedi'i brosesu yn ddewis poblogaidd ymhlith dysgwyr.

O'r 34 p blant a phobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad hawdd ei ddeall, roedd 25 yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, roedd 7 yn ansicr a 2 ymatebydd na ddewisodd ateb. Nid oedd neb o’r plant a phobl ifanc a ymatebodd wedi dewis anghytuno nac anghytuno'n gryf.

Roedd dysgwyr a gymerodd ran mewn grwpiau ffocws yn ymwybodol o'r risgiau iechyd sy'n gysylltiedig â chigoedd wedi'u prosesu ond yn cydnabod bod llawer o ddysgwyr yn hoffi bwydydd wedi'u ffrio a'u prosesu, fel nygets cyw iâr, a dyna pam, yn aml, eu bod yn dewis bwyta prydau ysgol yn y lle cyntaf.

Ydych chi’n cytuno â’r newidiadau hyn ar gyfer opsiynau nad ydynt yn gig?
O'r dysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r cwestiwn hwn yn y prif ymgynghoriad, roedd 431 (43.9%) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 235 (24%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf a 278 (28.3%) nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno. Dewisodd 37 (3.8%) beidio ag ateb. Roedd y rhai a gytunai ac a roedd sylwadau pellach yn mynegi’r angen i sicrhau dewis ac amrywiaeth ddigonol wrth ddarparu opsiynau nad ydynt yn gig. Awgrymai rhai o'r dysgwyr a oedd yn anghytuno ac a roddodd sylwadau pellach y dylai caws fod ar gael yn rhwydd i ddysgwyr sydd ei eisiau.

O'r ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc, roedd 26 (49.1%) yn cytuno'n gryf neu'n cytuno, 19 (35.8%) nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno a 5 (9.4%) yn anghytuno'n gryf neu'n anghytuno â'r cwestiwn hwn. Gwnaed 6 sylw ategol. Roedd un ymatebydd yn teimlo y byddai'r newidiadau yn rhoi mwy o opsiynau i lysieuwyr a figaniaid, tra bod ymatebydd arall yn poeni y byddai'r newidiadau hyn yn cyfyngu ar ddewisiadau i lysieuwyr. Roedd sylwadau pellach yn cynnwys un ymatebydd yn awgrymu y gellid cynnig opsiynau nad ydynt yn gig i fwytawyr cig unwaith yr wythnos, ymatebydd arall yn gofyn am i opsiwn cig ddal i fod ar gael bob amser i fwytawyr cig.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cymysg ymhlith plant a phobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, gyda 13 ymatebydd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 12 ymatebydd yn ansicr a 7 ymatebydd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd dau ymatebydd a ddewisodd beidio ag ateb.

Cafodd newidiadau arfaethedig ar gyfer opsiynau nad ydynt yn gig gefnogaeth amrywiol gan ddysgwyr ar draws yr holl ysgolion cynradd a gymerodd ran yn y grwpiau ffocws. Roedd dysgwyr ysgol uwchradd o Ysgol Uwchradd Llysweri yn cefnogi opsiynau di-gig, yn ogystal â dewisiadau amgen yn gyffredinol, gan ddangos ymwybyddiaeth o alergeddau ac amrywiol anghenion deietegol.

Ydych chi’n cytuno â’r newidiadau hyn ar gyfer tatws wedi’u coginio mewn olew, bwydydd wedi’u ffrio, cynhyrchion pobi melys, a chrwst?
Roedd cyfanswm o 495 (50.5%) o ddysgwyr cynradd ac uwchradd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, cynhyrchion pobi melys, a chrwst. Roedd 198 (20.2%) o ddysgwyr yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, tra bod 254 (25.9%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno. Dewisodd 34 (3.5%) beidio ag ateb. Roedd rhai dysgwyr ysgol gynradd a gytunai ac a roddodd sylwadau pellach, o’r farn y dylid dal i gynnig

pwdinau, bwydydd wedi'u ffrio, tatws a theisennau ond yn gymedrol fel rhan o ddeiet cytbwys.

Ymhlith ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc, roedd 28 (52.8%) yn cytuno'n gryf neu'n cytuno, 5 (9.4%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno ac 19 (35.8%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd un ymatebydd a ddewisodd beidio ag ateb. O'r 17 a roddodd sylw ategol, mynegodd sawl ymatebydd (6) na fyddent yn mwynhau llysiau yn cael eu gweini gyda phwdin ac mai dim ond gyda ffrwythau y dylid gweini pwdin. Roedd eraill (3) yn cefnogi'r newidiadau oherwydd eu manteision iechyd, tra bod 2 ymatebydd yn tynnu sylw at y ffaith bod bwydydd wedi'u ffrio yn ddewisiadau poblogaidd ymhlith dysgwyr. Awgrymai ymatebydd arall nad yw'r newidiadau yn mynd yn ddigon pell ac yn lle hynny, gellid gweini cynhyrchion pobi melys unwaith yr wythnos, gyda ffrwythau ac iogwrt yn cael eu cynnig ar y diwrnodau eraill.

Cafodd yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall ymateb cadarnhaol i'r cwestiwn hwn hefyd, gyda 27 o blant a phobl ifanc a ymatebodd iddi'n cytuno neu'n cytuno'n gryf a 2 yn ansicr. Dewisodd tri ymatebydd opsiynau lluosog, megis cytuno ac ansicr, cytuno ac anghytuno a chytuno'n gryf, cytuno ac ansicr. Roedd dau ymatebydd a ddewisodd beidio ag ateb.

Roedd cyfranogwyr grŵp ffocws o ysgolion cynradd yn gymysg eu barn ar gynigion sy'n ymwneud yn benodol â thatws wedi'u coginio mewn olew. Ar y llaw arall, roedd dysgwyr ysgolion cynradd yn llawer mwy tebygol o gefnogi'r newidiadau i grwst. Unwaith eto, cafodd y newid arfaethedig mewn perthynas â chynhyrchion pobi melys dderbyniad cymysg, gyda dysgwyr o Ysgol Gynradd Gymraeg Rhosafan ac Ysgol Gynradd Clwyd yn gryf o blaid, tra bod dysgwyr o ysgolion fel Awel y Môr yn llawer mwy gwrthwynebus, gan awgrymu yn lle hynny y gellid cynnig mwy o ffrwythau heb leihau na newid opsiynau pwdin.

Roedd dysgwyr o Ysgol Uwchradd Llysweri yn ymwybodol o broblemau iechyd sy'n gysylltiedig â gormod o olew yng nghyd-destun bwydydd wedi'u ffrio, gan gytuno'n gyffredinol â chynigion sy'n benodol ar gyfer teisennau a phwdinau. Roedd dysgwyr o Gwm Rhondda yn gyffredinol wrthwynebus i newidiadau arfaethedig mewn perthynas â bwyd wedi'i goginio mewn olew a brasterau.

Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer rhoi dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd wedi'u seilio ar blanhigion i ddysgwyr mewn ysgolion cynradd?

Roedd dros hanner (499; 50.9%) o'r holl ddysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r prif ymgynghoriad yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â chynigion sy'n ymwneud â diodydd. Roedd 207 (21.1%) yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf, gyda 195 (19.9%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno. Dewisodd 80 (8.2%) beidio ag ateb. Roedd dysgwyr ysgol gynradd a pedd o blaid ac a roddodd sylw ategol yn gwneud datganiadau fel "Rwy'n caru'r syniad hwn", "cytuno'n llwyr" a "gwych ar gyfer dannedd". Ar y llaw arall, y feirniadaeth fwyaf cyffredin gan ddysgwyr a oedd yn anghytuno oedd bod llawer o blant nad ydynt yn hoffi dŵr ac nad yw pob plentyn yn yfed llaeth.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cymysg yn yr ymgynghoriad plant a phobl ifanc, gyda 22 (41.5%) o blant a phobl ifanc a ymatebodd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 14 (26.4%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno ac 16 (30.2%) a oedd yn anghytuno'n gryf neu'n anghytuno. Roedd un ymatebydd ba rodddodd ateb. O'r 13 a roddodd sylw ategol, dywedodd sawl ymatebydd (7) y dylai sudd fod ar gael, gyda 3 yn awgrymu y gellid darparu dewis arall siwgr isel neu ddi-siwgr. Roedd eraill (4) yn teimlo y gellid cynnig sudd ar raddfa gymedrol, a dywedodd 2 ymatebydd na fydd rhai dysgwyr efallai'n hoffi'r opsiynau sy'n weddill.

O'r 34 plant a phobl ifanc a ymatebodd i'r cwestiwn hwn yn yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, roedd 18 ymatebydd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r newidiadau, roedd 9 ymatebydd yn ansicr a 4 yn anghytuno. Dewisodd dau ymatebydd 'ansicr' ac 'anghytuno', tra bod un na roddodd ateb.

Roedd y syniad o beidio â rhoi dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen seiliedig ar blanhigion i ddysgwyr yn rhannu barn ar draws yr ysgolion cynradd a oedd yn rhan o'r grwpiau ffocws, gyda dysgwyr yn tueddu i fod naill ai'n gryf o blaid, neu'n gwrthwynebu'n gryf. Er enghraifft, roedd dysgwyr o Ysgol Dewi Sant yn chwilfrydig ac yn frwdfrydig am ddiodydd eraill y gellid eu cynnig a oedd yn fwy pleserus, fel llaeth â blas a the lemwn, ond roedd llawer o ddysgwyr yn teimlo y dylid cynnwys sudd ffrwythau.

Newidiadau i'r diodydd a gynigiwyd oedd y mater mwyaf dadleuol, gyda dysgwyr o Ysgol Gyfun Cwm Rhondda o blaid i raddau helaeth, tra bod y rhai o Ysgol Uwchradd Llysweri yn rhannu pryderon y gallai lleihau opsiynau wneud cyfoedion yn fwy tebygol o gael eu dadhydradu. Awgrymwyd disodli diodydd pop gyda sudd ffrwythau heb siwgr ychwanegol (naill ai'n ffres neu o beiriant) yn lle hynny. Dywedodd dysgwyr o Ysgol Uwchradd Llysweri hefyd fod angen mwy o addysg ac esboniad ynghylch beth yn hollol yw 'diodydd seiliedig ar blanhigion'.

Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer maint dognau?

Roedd 593 (60.4%) o ddysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r prif ymgynghoriad a oedd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynigion sy'n ymwneud â maint dognau, o'i gymharu ag 83 (8.5%) a oedd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Roedd 196 (20%) o ddysgwyr nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno. Dewisodd 109 (11.1%) beidio ag ateb. Y sylw ategol mwyaf cyffredin a roddwyd gan ddysgwyr a gytunai oedd nad yw maint y dognau ar hyn o bryd yn ddigon mawr mewn ysgolion, ac o ganlyniad eu bod yn aml yn llwglyd.

Roedd ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc o blaid y newidiadau hyn i raddau helaeth, gyda 38 (71.7%) yn cytuno'n gryf neu'n cytuno, 7 (13.2%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno a 7 (13.2%) a oedd yn anghytuno'n gryf neu'n anghytuno. Roedd un ymatebydd na roddodd ateb. O'r 15 a adawodd sylw ategol, roedd rhai ymatebwyr (5) yn gefnogol i'r cynigion gan eu bod yn teimlo ar hyn o bryd y gall dysgwyr dosbarthiadau Iau weithiau fod yn llwglyd ar ôl eu cinio ac y bydd y newid hwn yn sicrhau eu bod yn bwyta digon. Awgrymodd eraill (2) y gallai fod hyblygrwydd, lle mae dysgwyr yn gallu dewis maint eu dogn gan ddibynnu ar eu hanghenion unigol. Roedd dau ymatebydd yn teimlo y byddai'r newidiadau yn lleihau'r gwastraff bwyd a gynhyrchir ar hyn o bryd gan ddysgwyr dosbarthiadau Babanod.

O'r 34 o blant a phobl ifanc i'r ymgynghoriad hawdd ei deall, roedd 19 yn cytuno'n gryf neu'n cytuno â chynigion sy'n ymwneud â maint dognau, roedd 10 nad oedd yn siŵr a 2 yn anghytuno. Roedd un ymatebydd na roddodd ateb, un a ddewisodd ‘cytuno'n gryf’ ac ‘anghytuno'n gryf’ ac un a ddewisodd ‘cytuno’ ac ‘ansicr’.

Roedd y mwyafrif o ddysgwyr ar draws yr holl ysgolion cynradd a gymerodd ran yn y grwpiau ffocws yn gefnogol i'r newidiadau ar gyfer maint dognau, gyda dim ond lleiafrif bach yn gwrthwynebu. Roedd y dysgwyr gwrywaidd o Ysgol Gynradd Tregatwg, er enghraifft, yn teimlo’n arbennig o gyffrous am y posibilrwydd o brydau bwyd mwy i ddysgwyr hŷn.

Cefnogwyd y cynigion sy'n ymwneud â maint dognau gan ddysgwyr uwchradd o'r ddwy ysgol hefyd, gyda sylwadau y bydd hyn yn arwain at lai o wastraff bwyd.

Ydych chi’n cytuno â’r newidiadau hyn ar gyfer brecwast?
O'r dysgwyr cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r prif ymgynghoriad, roedd 494 (50.4%) yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r cynigion sy'n ymwneud â darpariaeth brecwast. Roedd 103 (10.5%) yn anghytuno'n gryf neu'n anghytuno ac roedd 247 (25.2%) nad oedd yn cytuno nac anghytuno. Dewisodd 137 (14%) beidio ag ateb. O'r rhai a adawodd sylw ategol, roedd sawl un yn teimlo y dylai fod mwy o opsiynau ar gael ar y fwydlen frecwast.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cymysg ymhlith ymatebwyr yr ymgynghoriad plant a phobl ifanc, gyda 20 (37.7%) yn cytuno'n gryf neu'n cytuno a 20 (37.7%) yn anghytuno'n gryf neu'n anghytuno. Roedd 12 (22.6%) nad oedd yn cytuno nac yn anghytuno. Roedd un ymatebydd na roddodd ateb. O'r 18 a adawodd sylw ategol, roedd sawl ymatebydd (9) yn teimlo y dylid cynnig sudd amser brecwast, gyda 5 ymatebydd yn awgrymu cymedroldeb, fel ei gynnig yn llai aml neu gynnig sudd gyda chynnwys siwgr is. Roedd dau ymatebydd yn teimlo y dylid cynnig sudd oherwydd ei fod yn iach ac yn deall ei fod yn cyfrannu tuag at eu ‘5 y dydd’. Awgrymodd 3 ymatebydd arall y dylid cynnig dewis i ddysgwyr rhwng bara blawd cyflawn a bara gwyn gan fod rhai plant nad ydyn nhw’n hoffi bara blawd cyflawn.

O'r 34 o blant a phobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, roedd 18 yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, roedd 10 yn ansicr a 2 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Gadawodd pedwar ymatebydd y cwestiwn hwn yn wag.

Roedd cefnogaeth i newidiadau i'r ddarpariaeth frecwast yn gymysg ymysg dysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a oedd yn rhan o'r grwpiau ffocws. Roedd dysgwyr uwchradd yn cytuno â chyflwyno gwenith cyflawn fel modd o gyflwyno ffibr i'ch diet, ond yn anghytuno ag eithrio sudd ffrwythau, gan ei nodi fel ffynhonnell bwysig o fitaminau a ffordd effeithiol o gynyddu'r tebygolrwydd y bydd dysgwyr yn bwyta mwy o ffrwythau yn y dyfodol.

Ydy’r Canllaw yn glir?
O'r dysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r cwestiwn hwn yn y prif ymgynghoriad, dewisodd 294 (30%) "Ydi", dewisodd 455 (46.4%) " Ddim yn siŵr" a dewisodd 65 (6.6%) "Na". Dewisodd 167 (17%) beidio ag ateb.

Derbyniodd cwestiwn 9 ymateb cadarnhaol i raddau helaeth, gyda 37 (69.8%) o ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc yn "Ydi", 12 (22.6%) yn dewis "Ddim yn siŵr" a 3 (5.7%) yn dewis "Na". Roedd un ymatebydd na roddodd ateb.

O'r 34 o blant a phobl ifanc a ymatebodd i'r Ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, dewisodd 27 "Ydi", dywedodd 3 "Ddim yn siŵr", a 2 "Na". Gadawodd 2 ymatebydd y cwestiwn hwn yn wag.

Mae'r rhan fwyaf o gyfranogwyr grŵp ffocws ar draws ysgolion cynradd ac uwchradd yn cytuno bod y canllawiau yn glir.

Ydy'r Canllaw yn glir am ddeietau arbennig?

O'r dysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r cwestiwn hwn yn y prif ymgynghoriad, dewisodd 330 (33.6%) "Ydi", dewisodd 391 (39.9%) "Ddim yn siŵr", dewisodd 73 (7.4%) "Na" ac roedd 187 (19.1%) na roddodd ateb.

Dewisodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc "Ydw" ar gyfer Cwestiwn 9.1 (38; 71.7%), tra dewisodd 11 (20.8%) "Ddim yn siŵr" a dewisodd 3 (5.7%) "Na". Roedd un ymatebydd na roddodd ateb. O'r plant a phobl ifanc a ymatebodd i gwestiynau 9 a 9.1, dim ond 5 a adawodd sylw ategol. Roedd tri ymatebydd yn tynnu sylw at bwysigrwydd arlwyo ar gyfer dysgwyr ag alergeddau a gofynion deietegol.

Pan ofynnwyd iddynt yn yr Ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, "A fydd y canllawiau yn helpu plant â deietau arbennig neu feddygol?", dewisodd 16 allan o 34 o ymatebwyr plant a phobl ifanc "Bydd", dewisodd 14 "Ddim yn siŵr" a dewisodd 2 "Na". Roedd dau ymatebydd na roddodd ateb.

Pan ofynnwyd iddynt a yw'r canllawiau ar ddeietau arbennig yn ddigon clir, roedd y rhan fwyaf o ddysgwyr cynradd ac uwchradd a gymerodd ran mewn grwpiau ffocws yn cytuno eu bod.

Pa heriau ydych chi'n meddwl y bydd y canllaw hwn yn eu profi?

Pan ofynnwyd i ddysgwyr cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r prif ymgynghoriad "Pa heriau, os o gwbl, ydych chi'n teimlo y dylid eu cydnabod ymhellach o fewn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft?", rhoddodd 303 ateb. Yr ymateb mwyaf cyffredin oedd "ddim yn gwybod" neu "ddim yn siŵr".

Yn yr ymgynghoriad plant a phobl ifanc, atebodd 40 o ymatebwyr y cwestiwn hwn. Roedd rhai ymatebwyr (6) na wnaeth nodi unrhyw heriau, tra bod eraill (2) yn awgrymu y gallai gwneud y newidiadau hyn gostio mwy o arian. Rhagwelai sawl ymatebydd (10) y byddai rhai dysgwyr na fyddai'n hoffi'r opsiynau newydd, gyda rhai (8) yn awgrymu y byddai'n cymryd amser i ddysgwyr ddod i arfer â'r fwydlen newydd a bwyta'n iachach. Pryder dau ymatebydd oedd, os nad yw dysgwyr yn hoffi'r bwyd newydd, yna gallai hyn arwain at fwy o wastraff bwyd.

Roedd dysgwyr cynradd ac ysgol a gymerodd ran yn y grwpiau ffocws yn nodi costau fel her. Heriau eraill a nodwyd oedd sicrhau ystyriaeth ddigonol o unigolion ag alergeddau neu broblemau treulio, fel anoddefiad lactos.

Pa effeithiau positif ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn ei gael?
Yn y prif ymgynghoriad, rhoddodd 263 o ddysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd ymateb i'r cwestiwn "Pa effeithiau cadarnhaol, os o gwbl, ydych chi'n teimlo y dylid eu cydnabod ymhellach o fewn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft?" Dywedodd 32 nad ydyn nhw'n gwybod, 7 yn teimlo y byddai gwelliant mewn iechyd meddwl a llesiant, tra bod 5 yn meddwl y byddai llai o wastraff bwyd.

Atebodd 42 o ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc y cwestiwn hwn. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (29) y bydd y newidiadau yn golygu bod gan ddysgwyr ddeiet iachach, gyda dau ymatebydd yn cydnabod y gallai hyn gael manteision iechyd hirdymor. Awgrymodd dau ymatebydd arall y bydd newidiadau i faint dognau yn lleihau gwastraff bwyd ac yn sicrhau bod dysgwyr hŷn yn bwyta digon. Mynegodd tri ymatebydd nad oeddent yn siŵr beth fydd yr effeithiau cadarnhaol.

O ran adborth gan y grwpiau ffocws, roedd dysgwyr ysgolion cynradd yn teimlo bod effeithiau cadarnhaol y canllawiau yn cynnwys bwyta iachach a mwy o ddewis. Roedd dysgwyr ysgolion uwchradd yn nodi sawl budd, gan gynnwys manteision iechyd corfforol a meddyliol, gyda dysgwyr yn gallu canolbwyntio'n well a phrofi mwy o egni, yn ogystal ag arferion bwyta iachach.

Sut ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn effeithio ar deuluoedd ar incwm is?
Yn y prif ymgynghoriad, rhoddodd 230 o ddysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd ymateb i'r cwestiwn "Pa sylwadau, os o gwbl, sydd gennych ar yr asesiadau effaith drafft, yn benodol effaith y rheoliadau drafft ar blant, teuluoedd sy'n byw mewn anfantais economaidd-gymdeithasol a phobl â nodweddion gwarchodedig (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei chynnwys yn eich barn chi)?" Unwaith eto, "ddim yn gwybod" oedd yr ymateb mwyaf cyffredin a roddwyd (74). Cododd 15 ymatebydd y mater o "degwch", tra bod 5 yn teimlo y bydd yn helpu'r teuluoedd hynny i ddatblygu arferion bwyta iach.

Atebodd 39 o ymatebwyr plant a phobl ifanc y cwestiwn hwn. O'r rhain, dywedodd 17 ymatebydd y bydd y newidiadau yn ddefnyddiol i deuluoedd incwm isel oherwydd bod ciniawau ysgol yn rhad ac am ddim ac y byddant yn gallu arbed arian. Dywedodd 3 ymatebydd arall y byddai'r newidiadau yn sicrhau bod dysgwyr yn bwyta pryd iach, sy'n bwysig os nad yw bwyd iach yn o fewn cyrraedd ariannol gartref. Roedd tri ymatebydd arall nad oedd yn siŵr, tra bod 4 ymatebydd yn credu na fydd y newidiadau yn cael unrhyw effaith ar deuluoedd incwm isel, yn bennaf oherwydd bod ciniawau ysgol eisoes yn rhad ac am ddim.

Dywedodd sawl dysgwr ysgol gynradd ac uwchradd a gymerodd ran mewn grwpiau ffocws y "bydd yn well" i deuluoedd ar incwm isel. Awgrymodd un dysgwr ganiatáu i ddysgwyr fynd â bwyd sy'n mynd yn wastraff yn yr ysgol adref gyda nhw.

Gall newid fel hyn gymryd amser ac arian. Sut ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn effeithio ar gostau?
Yn y prif ymgynghoriad, rhoddodd 221 o ddysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd ymateb i'r cwestiwn "Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr effaith ar gostau (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei hystyried, yn eich barn chi)?" Roedd 27 o blant a phobl ifanc yn credu y byddai'r cynigion yn costio mwy, ond dywedodd 8 eu

bod yn teimlo y byddai hyn yn arian wedi'i wario'n dda. Roedd 8 hefyd a deimlai y byddai costau uwch o ganlyniad i fwy o wastraff bwyd.

Atebodd 36 y cwestiwn hwn yn yr ymgynghoriad plant a phobl ifanc. Rhagwelai sawl ymatebydd (20) y byddai'r newidiadau yn cynyddu costau, oherwydd bod bwyd iachach yn costio mwy ac yn cymryd mwy o amser i’w baratoi. Fodd bynnag, roedd 7 ymatebydd yn teimlo bod darparu bwyd iachach i ddysgwyr mewn ysgolion yn cyfiawnhau’r gost uwch. Roedd 2 ymatebydd arall o'r farn y bydd y newidiadau yn costio llai oherwydd y maint dognau llai ar gyfer babanod a thrwy gael gwared ar rai eitemau bwyd a diod. Roedd eraill (3) yn ansicr, ac roedd 2 ymatebydd nad oedd yn credu y byddai'r newidiadau yn effeithio llawer ar gostau.

Ni ofynnwyd cwestiwn yn ymwneud â'u barn ar gostau'r cynigion yn yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall.

Ydych chi’n meddwl y bydd hyn yn effeithio ar y Gymraeg?
Yn y prif ymgynghoriad, rhoddodd 202 o ddysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd ymateb i'r cwestiwn "Beth, yn eich barn chi, fyddai effeithiau tebygol y ddeddfwriaeth ar y Gymraeg?" Dywedodd 62 nad oedden nhw "ddim yn siŵr" a dywedodd 20 na fyddai "dim effaith". Roedd 21 arall yn teimlo y byddai rhoi gwybodaeth am fwydlen yn ddwyieithog yn hyrwyddo'r defnydd o'r Gymraeg ac mae 11 eisoes yn defnyddio'r Gymraeg gymaint ag y gallant.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb negyddol i raddau helaeth yn yr ymgynghoriad plant a phobl ifanc, gyda 34 o ymatebwyr yn dewis "Na", tra dewisodd 15 "Ddim yn siŵr" ac un yn dewis "Ydw". Gadawodd 12 o'r 50 ymatebydd sylw ategol. Awgrymai 5 ymatebydd na fydd y newidiadau yn effeithio ar yr iaith Gymraeg, tra bod eraill (7) nad oedd yn deall y cysylltiad rhwng y Gymraeg a chinio ysgol. Dywedodd 2 ymatebydd bod llawer o staff y gegin yn eu hysgolion nad ydyn nhw’n siarad Cymraeg.

Rhoddodd 27 o plant a phobl ifanc a ymatebodd i’r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall ateb i'r cwestiwn hwn. Yr ymateb mwyaf cyffredin i'r cwestiwn hwn oedd nad oedd ymatebwyr yn siŵr neu'n rhoi atebion nad oedd yn berthnasol i'r cwestiwn hwn. Soniodd rhai dysgwyr hefyd sut maen nhw'n cael eu hannog i siarad Cymraeg, er enghraifft drwy ddweud 'os gwelwch yn dda' a 'diolch' yn Gymraeg wrth dderbyn eu cinio ysgol.

Yn olaf, roedd mwyafrif cryf o ddysgwyr o'r grwpiau ffocws yn anghytuno â'r syniad y byddai'r newidiadau arfaethedig yn effeithio ar yr iaith Gymraeg.

Ydych chi’n meddwl y bydd hyn yn helpu awdurdodau lleol ac ysgolion i hyrwyddo bwyta’n iach?
O'r dysgwyr ysgolion cynradd ac uwchradd a ymatebodd i'r cwestiwn hwn yn y prif ymgynghoriad, dewisodd 270 (27.5%) "Ydw", dewisodd 297 (30.3%) "Ddim yn siŵr", dewisodd 56 (5.7%) "Na" ac roedd 358 (36.5%) na roddodd ateb. Roedd 29 o plant a phobl ifanc a roddodd sylw ategol ystyrlon, ac o'r rhain, roedd 4 a soniodd am ymgynghori â dysgwyr a 3 yn cydnabod yr angen i gefnogi dysgwyr ag alergeddau.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cadarnhaol i raddau helaeth gydag ymatebwyr yr ymgynghoriad plant a phobl ifanc, gyda 39 (73.6%) yn dewis "Ydw", 10 (18.9%) yn dewis "Ddim yn siŵr" ac un (1.9%) yn dewis "Na". Roedd un ymatebydd na roddodd ateb. Roedd 12 o ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc a adawodd sylw ategol. Roedd sylwadau ategol y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (10) yn ailadrodd eu cred y bydd y newidiadau yn helpu awdurdodau lleol ac ysgolion i hyrwyddo bwyta'n iach.

Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cadarnhaol yn bennaf gan blant a phobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall , gyda 22 yn dewis "Ydw", 8 yn dewis "Ddim yn siŵr" a 2 yn dewis "Na". Nid oedd y cwestiwn hwn yn rhoi cyfle i ymatebwyr yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall gyflwyno sylw ategol.

A oes unrhyw beth arall yr hoffech chi ei ddweud am y newidiadau hyn?
O'r plant a phobl ifanc a roddodd ateb i'r cwestiwn hwn yn y prif ymgynghoriad, roedd gan 11 sylwadau ar sut maen nhw'n teimlo bod maint y dognau yn rhy fach ar hyn o bryd. Roedd 9 o ddysgwyr wedi nodi sylwadau ynglŷn ag alergeddau/anoddefiadau, gan gynnwys yr anhawster ddarparu ar gyfer pob angen deietegol. Roedd gan 8 arall sylwadau ar amgylchedd cinio ysgol, gan gynnwys sut yr hoffent leihau'r ciwiau hir, sut yr hoffent weld mwy o amrywiaeth/dewis, mwy o amser i fwyta, a ffynhonnau dŵr gyda dŵr oer ar gael. Fe wnaeth 7 sylwadau pellach ar fwyd mewn ysgolion uwchradd, gan gynnwys sut maen nhw'n meddwl bod y bwyd o ansawdd gwell yn yr ysgol gynradd nag yn yr uwchradd.

Atebodd 23 o ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc y cwestiwn hwn. Roedd nifer o ymatebwyr (16) nad oedd eisiau ychwanegu unrhyw beth at eu hatebion blaenorol. Awgrymai dau ymatebydd y dylid canolbwyntio mwy ar wneud plant yn llai ffyslyd, tra bod ymatebydd arall yn gofyn i ysgolion weini mwy o brydau Cymreig. Roedd sylwadau pellach yn cynnwys yr awydd i weini sudd (1), cefnogaeth i'r newidiadau (4) a'r awgrym y dylai'r fwydlen gael ei samplu gan ddysgwyr cyn iddi gael ei chyflwyno (1).

Rhoddodd 13 o plant a phobl ifanc a ymatebodd i'r ymgynghoriad hawdd ei ddeall sylwadau ychwanegol. Roedd hyn yn cynnwys 7 a oedd yn dymuno rhannu gwybodaeth yr oeddent wedi'i ddysgu am ddatgoedwigo neu Fasnach Deg yn eu dosbarth gydag eraill, cefnogaeth i wneud ciniawau ysgol yn iachach (3), a'r awydd i leihau gwastraff bwyd (2).

A oes gennych chi unrhyw syniadau am sut gallwn ni helpu dysgwyr i gael bwyd iach, cytbwys mewn ysgolion uwchradd?
Roedd 133 o ddysgwyr ysgol gynradd a 185 o ddysgwyr ysgol uwchradd a roddodd ateb i'r cwestiwn hwn yn y prif ymgynghoriad. O'r ymatebion hyn, roedd 51 a dynnodd sylw at eu dymuniad am brydau cytbwys, fel mwy o lysiau a bar salad. Awgrymodd 39 arall fod dysgwyr yn cael mwy o wybodaeth, i'w cefnogi i wneud dewisiadau gwybodus. Roedd 34 o ddysgwyr yn dymuno cael mwy o ddewis, gan gynnwys "mwy o opsiynau iach fel bod plant yn fwy tebygol o'u dewis". Roedd yna hefyd 26 o ddysgwyr a oedd eisiau cael llais yn y broses, fel gofyn iddynt beth maen nhw eisiau ei fwyta.

Atebodd 18 o ymatebwyr i'r ymgynghoriad plant a phobl ifanc y cwestiwn hwn. Roedd sawl ymatebydd (5) nad oedd ganddynt unrhyw syniadau ar sut i helpu

dysgwyr i gael bwyd iach, cytbwys mewn ysgolion uwchradd. Awgrymai eraill (2) gynnwys dysgwyr uwchradd wrth ddatblygu bwydlenni, tra bod 2 ymatebydd yn argymell gwell addysg bwyd ac awgrymai 4 ymatebydd wneud ciniawau ysgol am ddim neu'n fwy fforddiadwy mewn ysgolion uwchradd.

Roedd 26 o blant a phobl ifanc a roddodd ateb i'r cwestiwn hwn yn yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall. Cynigiai llawer o ymatebwyr (11) hefyd y dylid gwneud y cynnig bwyd mewn ysgolion uwchradd yn iachach tra bod eraill (2) yn teimlo y dylai fod prydau ysgol am ddim ar gael i bob dysgwr ysgol uwchradd, yn ogystal â dysgwyr ysgolion cynradd. Roedd rhai ymatebwyr (7) yn pwysleisio efyd y gellid darparu dewis ehangach i ddysgwyr ysgolion uwchradd.

Roedd awgrymiadau gan ddysgwyr ysgol uwchradd mewn grwpiau ffocws yn cynnwys cyflwyno mwy o amrywiaeth o ffrwythau ar y fwydlen, sicrhau bod opsiynau iach yn rhatach a chynyddu addysg ynghylch manteision bwyta'n iach.

Canfyddiadau'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall

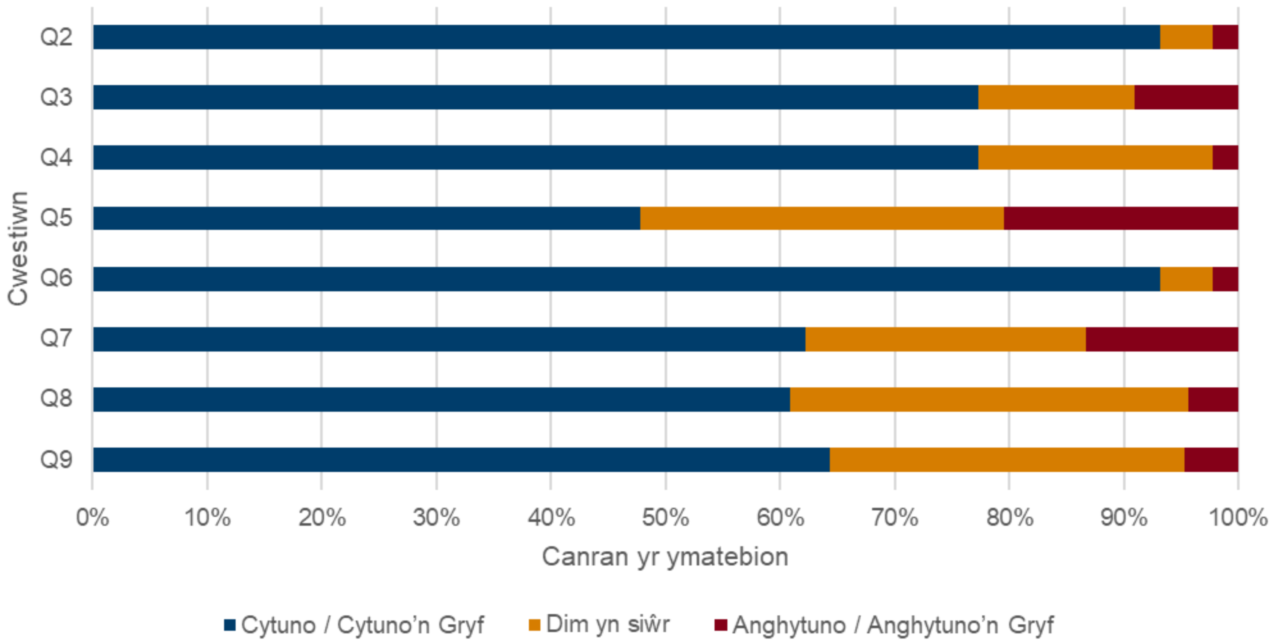
Cyflwynwyd cyfanswm o 48 o ymatebion i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall. Dangosir dadansoddiad o'r ymatebion hyn yn Nhabl 3. Daeth y gyfran fwyaf gan ddysgwyr ysgol gynradd.

Tabl 3: Grwpiau Demograffig ymatebion yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall

Grŵp Rhanddeiliaid	Nifer yr ymatebion	Canran yr ymatebion
Dysgwr ysgol gynradd	34	70.8%
Arall	5	10.4%
Rhiant neu ofalwr	5	10.4%
Gweithio mewn addysg	2	4.2%
Gweithio i gyngor	2	4.2%
Gweithio mewn arlwyo	2	4.2%
Cyflenwr bwyd	1	2.1%
Cynhyrchwr bwyd lleol	1	2.1%
Ffermwr	1	2.1%

Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, n=48

Ffigur 17: Ymatebion i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall i Gwestiynau 2-9



Ffynhonnell: Ymatebion Hawdd ei Ddeall n=44 (Q7, n=45; Q8, n=46; Q9, n=42)

Beth ydych chi'n ei feddwl am ein newidiadau i ffrwythau, llysiau a charbohydradau startsh?

Roedd ymatebwyr i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall i raddau helaeth o blaid y newidiadau hyn, gyda 41 yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 2 yn ansicr ac un ymatebydd yn anghytuno.

O'r 44 ymatebydd hyn, rhoddodd 24 sylw ategol. Mynegodd sawl ymatebydd eu cefnogaeth i'r cynigion, gan nodi bod ffrwythau a llysiau yn iach (8) a'u bod o blaid dewis ehangach o opsiynau (5). Yn ogystal, gofynnodd 7 ymatebydd i'r bara a ddarperir mewn ysgolion gael ei wneud yn gynaliadwy a heb olew palmwydd.

Beth ydych chi'n ei feddwl am newidiadau i gig a physgod?
O'r 44 o ymatebwyr i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, roedd 34 o ymatebwyr yn cytuno neu'n cytuno'n gryf gyda'r newidiadau, tra bod 6 yn ansicr a 4 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. Rhoddodd 27 sylw ategol.

Roedd ymatebwyr (6) yn pwysleisio buddion iechyd protein a 4 ymatebydd arall yn gofyn am i gig a physgod ddod o ffynhonnell leol a Chymreig. Roedd rhai ymatebwyr (5) yn pwysleisio hefyd eu dymuniad i gig ddod gan gyflenwr nad yw'n defnyddio olew soi na phalmwydd yn eu bwyd anifeiliaid.

Beth ydych chi'n ei feddwl am ein newidiadau i gig wedi'i brosesu?
O'r 44 o ymatebwyr i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, roedd 34 ymatebydd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, roedd 9 yn ansicr ac roedd 1 ymatebydd yn anghytuno'n gryf. Rhoddodd 21 ohonynt sylw ategol.

Cytunai sawl ymatebydd (7) â'r newidiadau, gan dynnu sylw at y ffaith bod cig wedi'i brosesu yn afiach a dylid ei gyfyngu mewn ysgolion, tra bod 2 ymatebydd yn awgrymu y dylid cyfyngu mwy fyth ar gig wedi'i brosesu. Awgrymodd eraill (2) fod bwyd o ansawdd da yn bwysig a bod "byd o wahaniaeth rhwng selsig cigydd ffres neu fyrgyr wedi'i wneud â llaw a phecynnau archfarchnad neu becynnau arlwyo o gynhyrchion wedi'u rhewi". Gofynnodd 7 ymatebydd i fwyd anifeiliaid fod yn rhydd o olew soi neu balmwydd.

Beth ydych chi'n ei feddwl am ein newidiadau i opsiynau di-gig a chaws?
Cafodd y cwestiwn hwn ymateb cymysg, gyda 21 ymatebydd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 14 ymatebydd yn ansicr a 9 ymatebydd yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf.

O'r cyfanswm o 44 o ymatebwyr, rhoddodd 25 sylw ategol. Roedd ymatebwyr a oedd yn anghytuno â'r cynigion yn tynnu sylw at y ffaith bod caws yn ddewis poblogaidd ymhlith dysgwyr (4) a bod caws yn iach oherwydd ei gynnwys protein a maetholion fel calsiwm (6). Roedd 7 ymatebydd hefyd yn pwysleisio pwysigrwydd darparu opsiynau i bobl sydd â gofynion deietegol ac alergeddau. Roedd eraill, fodd bynnag, yn cytuno â'r cynigion, gan awgrymu bod gormod o gaws yn afiach ac felly dylid ei gyfyngu (2). Cynigiodd 4 ymatebydd y dylid gweini amrywiaeth o opsiynau mewn ysgolion.

Beth ydych chi'n ei feddwl am ein newidiadau i goginio mewn brasterau ac olewau a phwdinau a theisennau?
Derbyniodd y cwestiwn hwn ymateb cadarnhaol i raddau helaeth, gyda 41 o ymatebwyr yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 2 yn ansicr ac 1 yn anghytuno.

O'r cyfanswm o 44 o ymatebwyr, rhoddodd 25 sylw ategol. Mynegodd llawer o ymatebwyr (13) eu cefnogaeth i'r cynigion, megis cynnwys ffrwythau gyda phwdinau a lleihau siwgr. Yn yr un modd â chanfyddiadau'r ymgynghoriad, awgrymodd rhai

ymatebwyr (5) mai dim ond rhai mathau o olew y dylid eu defnyddio, megis olew olewydd.

Beth ydych chi'n ei feddwl am ein newidiadau i ddiodydd?
O'r 45 a ymatebodd i'r cwestiwn hwn, roedd 28 ymatebydd yn cytuno neu'n cytuno'n gryf â'r newidiadau, roedd 11 ymatebydd yn ansicr a 6 yn anghytuno. Rhoddodd 24 sylw ategol.

Mynegodd ymatebwyr (10) eu bod yn dymuno i ysgolion gynnig sudd ffrwythau neu ddewis arall di-siwgr. Roedd rhai ymatebwyr (4) yn teimlo y dylid cynnig sudd ar raddfa gymedrol, tra bod eraill (4) yn cefnogi'r newidiadau, gan nodi bod dŵr a llaeth yn ddewisiadau iach.

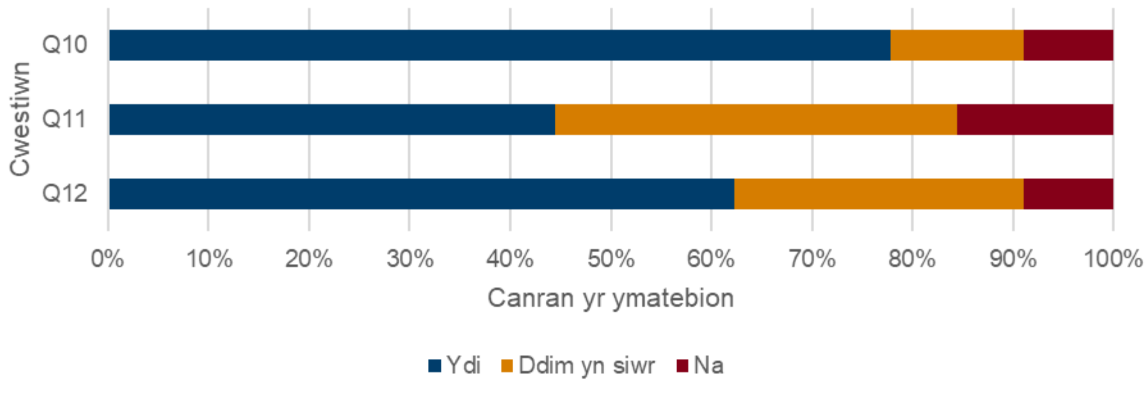
Beth ydych chi'n ei feddwl am ein newidiadau i feintiau dogn?
O'r 46 o ymatebwyr i'r cwestiwn hwn, roedd 28 yn cytuno'n gryf neu'n cytuno, roedd 16 yn ansicr a 2 yn anghytuno. Rhoddodd 24 sylw ategol.

Roedd sawl ymatebydd (12) yn cymeradawyo'r cynigion, yn enwedig y cynnig i roi maint dogn mwy i blant dosbarthiadau Iau er mwyn sicrhau bod y dysgwyr hyn yn bwyta digon ac nad ydynt yn llwglyd. Roedd eraill (12) yn teimlo y byddai dull mwy hyblyg yn fwy priodol, megis cynnig ail ddogn, gan awgrymu y byddai hyn yn lleihau gwastraff bwyd, yn cyfrif am wahanol feintiau archwaeth rhwng dysgwyr o'r un oed ac yn sicrhau y gall dysgwyr nad ydynt yn cael digon o fwyd gartref fwyta pryd mwy yn yr ysgol, waeth beth fo'u hoedran.

Beth ydych chi'n ei feddwl am ein newidiadau i frecwast ysgol gynradd?
Roedd 27 o ymatebwyr yn cytuno neu'n cytuno'n gryf, 13 yn ansicr ac roedd 2 yn anghytuno neu'n anghytuno'n gryf. O'r cyfanswm o o ymatebwyr i'r cwestiwn hwn, rhoddodd 24 sylw ategol.

Dywedodd rhai ymatebwyr (6) nad oeddent yn siŵr oherwydd nad yw brecwast yn cael ei gynnig yn eu hysgol. Awgrymai rhai ymatebwyr (2) y dylid cynnig amrywiaeth o opsiynau brecwast, megis wyau, ffa, iogwrt ac uwd, yn hytrach na dibynnu ar rawnfwyd a bara. Cynigiodd 4 ymatebydd y dylai'r grawnfwyd a gynigir fod yn rhydd o olew palmwydd a soi, tra mynegodd 4 ymatebydd eu dymuniad i gynnig bwyd Masnach Deg. Ailadroddodd eraill (2) eu barn o Gwestiwn 7 y dylai sudd ffrwythau fod ar gael.

Ffigur 18: Ymatebion i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall i Gwestiynau 10-12



Ffynhonnell: Ymatebion i'r ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, n=45

Ydy'r canllawiau'n glir i'r bobl sy'n gwneud ac yn gweini bwyd mewn ysgolion cynradd?
Derbyniodd Cwestiwn 10 ymateb cadarnhaol i raddau helaeth gan ymatebwyr yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, gyda 35 yn dewis "Ydi", 6 yn dewis "Ddim yn siŵr" a 4 yn dewis "Na". I'r ymatebwyr hyn, nid oedd y cwestiwn hwn yn cynnig cyfle i gyflwyno sylw ategol.

Fydd y canllawiau yn helpu plant gyda deietau arbennig neu feddygol?
Mewn ymateb i Gwestiwn 11, roedd 20 o'r ymatebwyr yn cytuno, roedd 18 yn ansicr a 7 yn anghytuno. I'r ymatebwyr hyn, nid oedd y cwestiwn hwn yn cynnig cyfle i gyflwyno sylw ategol.

Ydy'r canllaw hyrwyddo bwyta'n dda yn glir i gynghorwyr ac arweinwyr ysgolion?
Derbyniodd Cwestiwn 12 ymateb cadarnhaol yn bennaf gan ymatebwyr yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall, gyda 28 yn dewis "Ydi", 13 yn dewis "Ddim yn siŵr" a 4 yn dewis "Na". I'r ymatebwyr hyn, nid oedd y cwestiwn hwn yn cynnig cyfle i gyflwyno sylw ategol.

Sut ydyn ni'n gallu helpu ysgolion uwchradd i roi bwyd da ac iach i blant maen nhw'n ei fwynhau?
Rhoddodd 35 o ymatebwyr yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall ateb i'r cwestiwn hwn. Ymatebodd amryw ohonynt (10) drwy awgrymu y dylai dysgwyr ysgolion uwchradd fod yn rhan o'r broses, trwy eu holi pa fwyd yr hoffent ei gael a'u cynnwys mewn tyfu a choginio bwyd i wella addysg bwyd.

Cynigiodd llawer o ymatebwyr (18) hefyd y dylid gwneud y cynnig bwyd mewn ysgolion uwchradd yn iachach ac roedd eraill (2) yn teimlo y dylai prydau ysgol am ddim fod ar gael i bob dysgwr ysgol uwchradd, yn ogystal â dysgwyr ysgolion cynradd. Roedd rhai ymatebwyr (4) yn pwysleisio hefyd y gellid darparu dewis ehangach o opsiynau i ddysgwyr ysgolion uwchradd.

Ydy hwn yn effeithio ar yr iaith Gymraeg? Ac oes yna unrhyw beth rydyn ni'n gallu ei wneud yn wahanol i helpu'r Gymraeg?
Rhoddodd 35 o ymatebwyr yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall ateb i'r cwestiwn hwn. Yr ymateb mwyaf cyffredin i'r cwestiwn hwn oedd nad oedd yr ymatebwyr yn siŵr ac nad oeddent yn gweld sut roedd y Gymraeg yn berthnasol i'r canllawiau (15). Awgrymodd rhai ymatebwyr y gellid darparu bwydlenni ac arwyddion dwyieithog (4) a bod dysgwyr eisoes yn cael eu hannog i siarad Cymraeg, er enghraifft drwy ddweud 'os gwelwch yn dda' a 'diolch' yn Gymraeg wrth dderbyn eu cinio ysgol (8).

Sylwadau ychwanegol
Rhoddodd 25 o ymatebwyr yr ymgynghoriad Hawdd ei Ddeall sylwadau ychwanegol. Roedd hyn yn cynnwys cefnogaeth i wneud ciniawau ysgol yn iachach (4), yr awydd i leihau gwastraff bwyd (2) a'r farn bod ciniawau ysgol iach yn werth y buddsoddiad (2). Roedd 3 ymatebydd arall yn cynnig y dylai ysgolion weini bwyd Masnach Deg ac awgrymai un ymatebydd y dylai'r canllawiau ystyried y rhai sydd â niwrowahaniaeth neu ARFID.

Grwpiau Ffocws

Mae'r bennod hon yn amlinellu canfyddiadau'r grwpiau ffocws a gynhaliwyd ym mis Mehefin a mis Gorffennaf 2025 a oedd wedi eu hanelu at rieni a gofalwyr dysgwyr, yn ogystal â dysgwyr eu hunain. Cynhaliwyd cyfanswm o 6 grwp gyda rhieni a gofalwyr a 10 gyda dysgwyr (8 gydag ysgolion cynradd a 2 gydag ysgolion uwchradd). Mae dadansoddiad llawn o'r grwpiau ffocws a gynhaliwyd fel rhan o'r ymgynghoriad hwn wedi'i amlinellu yn Atodiad H.

Ymgynghori â rhieni a gofalwyr

Rhieni o deuluoedd incwm isel
Roedd rhieni o deuluoedd incwm isel yn gyffredinol gefnogol i'r newidiadau arfaethedig pan gyflwynwyd y rhain yn llawn iddynt, gan gydnabod pwysigrwydd cynnig mwy o amrywiaeth o opsiynau bwyd newydd, iach mewn ysgolion i alluogi plant i roi cynnig ar bethau newydd. Dywedodd un rhiant ei fod yn "wirion mai dim ond nawr eu bod yn cyflwyno hyn ", gydag eraill yn categoreiddio llawer o'r newidiadau fel "synnwyr cyffredin". Fodd bynnag, roedd cyfranogwyr yn mynegi pryderon hefyd na fydd digon o ddewis efallai i'w plant o dan y canllawiau newydd, gan fod rhai ohonynt yn fwytawyr ffyslyd. Roedd hyn yn arbennig o berthnasol i'r cynigion sy'n ymwneud â ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd, gyda sawl rhiant yn dweud na fyddai eu plentyn yn bwyta "bwyd gorchestol o iach ", gan gynnwys rhai llysiau a "pasta brown", ac y byddai hyn yn cyfrannu at fwy o wastraff bwyd. Fel dewis arall, roedden nhw'n galw am opsiwn "brechdan caws neu ham" wrth gefn, ynghyd â pasta plaen.

O ran cynigion ychwanegol a gyflwynwyd fel rhan o'r ymgynghoriad, cytunai rhieni o'r grŵp hwn â'r newidiadau a awgrymwyd yn ymwneud â chig, pysgod a chig wedi'i brosesu, ond nid oeddent yn gefnogol i'r rhai sy'n ymwneud ag opsiynau di-gig a chaws. Roedd hyn yn bennaf oherwydd bod caws yn cael ei ystyried yn ddewis arall da i ddysgwyr sy'n fwytawyr ffyslyd ac yn gyfrwng i wneud bwydydd iach eraill yn fwy deniadol. Roedd rhieni yn cytuno â'r cynigion sy'n canolbwyntio ar newid y coginio mewn brasterau ac olewau a phwdinau a chrystau, gydag un cyfranogwr yn dweud ei fod yn sioc iddo fod unrhyw elfennau o brydau ysgol wedi'u ffrio'n ddwfn o gwbl fel rhan o'r cynnig presennol. Awgrymodd rhai rhieni gyflwyno ffrïwyr aer i geginau ysgol i "dynnu'r pwysau oddi ar y fwydlen gyfyngedig".

Mewn ymateb i'r cynigion ar ddiodydd, roedd rhieni yn cefnogi cael gwared ar ddiodydd pop ond roeddent yn awyddus y dylid cynnwys sgwosh o hyd, ar yr amod ei fod yn rhydd o siwgr. Roedd cefnogaeth hefyd i gadw sudd ffrwythau fel rhan o'r cynnig diodydd, gan eu bod yn teimlo ei fod yn dal i fod yn bwysig ac yn ei weld fel un o'r dognau pump y dydd a argymhellir.

Rhieni plant niwrowahanol
Roedd rhieni plant niwrowahanol yn gefnogol i'r newidiadau arfaethedig mewn theori, gyda'r teimlad ei fod yn gam i'r cyfeiriad cywir i'r boblogaeth ehangach o ddysgwyr. Croesawyd y cynigion sy'n ymwneud â darpariaeth ffrwythau a llysiau yn arbennig, gan mai'r teimlad oedd bod cynnydd mewn dognau ac amrywiaeth yn rhywbeth cadarnhaol.

Fodd bynnag, roedd sawl cyfranogwr yn mynegi pryderon nad oedd digon o ystyriaeth ar effaith y newidiadau ar ddysgwyr niwrowahanol. Yn benodol, roedd pryder na fyddai eu plant yn bwyta'r dewisiadau amgen iachach a gynigir, oherwydd rhesymau'n ymwneud â chwaeth a gwead. Roedd cyflwyno 50% o grawn cyflawn i garbohydradau startshlyd yn destun pryder arbennig. Yn yr achosion hyn, yn debyg i'r safbwyntiau a fynegwyd gan rieni o deuluoedd incwm isel, teimlwyd y byddai cynnig cyfyngedig o opsiynau ychydig yn llai iach yn briodol, gan mai'r farn oedd ei bod yn well i'w plentyn fwyta rhywbeth, yn hytrach na dim o gwbl. Er gwaethaf hyn, roedd rhieni hefyd yn cydnabod yr heriau o ran darparu cynnig wedi'i deilwra i ddysgwyr niwrowahanol oherwydd cyfyngiadau adnoddau o fewn ysgolion.

Rhieni o gefndiroedd diwylliannol a chrefyddol amrywiol

Roedd rhieni o gefndiroedd diwylliannol a chrefyddol amrywiol yn gefnogol iawn i'r newidiadau arfaethedig. Roedd y grŵp yn ymateb yn arbennig o gadarnhaol i'r posibilrwydd o fwy o amrywiaeth mewn cynigion prydau, sy'n golygu bod plant yn bwyta amrywiaeth ehangach o ffrwythau a llysiau, ar yr amod y byddai cynnwys protein cyffredinol prydau bwyd yn dal i fod yn gytbwys. Fodd bynnag, roedd canfyddiad ymhlith rhai y gallai gostyngiad mewn carbohydradau (o blaid llysiau) arwain at ddysgwyr yn gadael mwy o'u prydau bwyd ar ôl a chynnydd mewn gwastraff bwyd.

Pan ofynnwyd iddynt am y cynigion sy'n ymwneud â chigoedd wedi'u prosesu, roedd rhieni yn gefnogol gan eu bod yn teimlo bod yr ansawdd hwnnw'n bwysicach na swm. Roedden nhw hefyd yn croesawu'r newidiadau i leihau bwydydd wedi'u ffrio, ac roedd rhai yn y grŵp hwn yn synnu bod cynhyrchion wedi'u ffrio ar gael o hyd fel rhan o'r cynnig prydau ysgol. Roedd y rhan fwyaf o rieni yn y grŵp yn cytuno bod cael gwared ar sudd ffrwythau yn well lle mae'r rhain yn gynhyrchion crynodedig a chanddynt gynnwys siwgr uchel, fodd bynnag, roedd cefnogaeth i'r opsiwn o sgwosh gwan di-siwgr er mwyn sicrhau bod dysgwyr yn yfed digon yn gyffredinol. Roedd y grŵp yn gweld y canllawiau pwdin fel pe baent yn mynd yn groes i'r pwyslais cyffredinol ar leihau siwgr yn y fwydlen, ac yn mynegi cefnogaeth i ddarparu pwdinau a chrwst sy'n cael eu cynnig unwaith yn unig yn ystod wythnos ysgol fel 'danteithion achlysurol'.

Rhieni Cymraeg dysgwyr ysgolion cynradd

Un o bynciau allweddol y drafodaeth gyda siaradwyr Cymraeg sy'n rhieni dysgwyr ysgol gynradd oedd y cynigion yn ymwneud â chig a llaeth, a'i effaith ar ffermio lleol a'r economi wledig, gan adlewyrchu'r ffaith bod y rhan fwyaf o'r cyfranogwyr wedi'u lleoli mewn ardaloedd gwledig. Roedd amryw o'r rhieni yn gwrthwynebu'n gryf ddiwrnod llawn heb gig, gan grybwyll cysylltiadau diwylliannol ac economaidd â chymunedau ffermio a dewisiadau deietegol personol.

Roedd pryderon cysylltiedig y gallai opsiynau rhatach ar gyfer bwydlenni esgeuluso cynhyrchwyr lleol o blaid mewnforion pellter hir; roedd cynnyrch lleol yn cael ei werthfawrogi am resymau ansawdd ac amgylcheddol. Roedd rhieni yn teimlo y dylai dysgwyr bob amser gael yr opsiwn i ddewis cig, hyd yn oed pan fo dewisiadau amgen sy'n seiliedig ar blanhigion ar gael. Roeddent yn mynegi pryderon y gallai costau cynyddol arwain at weini cig, pysgod, ffrwythau a llysiau o ansawdd is. Roedd rhai rhieni nad oeddent yn hoffi cynhyrchion seiliedig ar blanhigion sy'n dynwared cig, gan well ganddynt weini llysiau neu godlysiau gwirioneddol yn hytrach na

chynnyr amgen wedi'i brosesu. Roedd pryder dro ar ôl tro hefyd am wastraff, yn enwedig os nad yw plant yn hoffi neu'n adnabod rhai bwydydd.

Pwysleisiodd cyfranogwyr o'r grŵp hwn pa mor bwysig oedd i ddysgwyr a rhieni ddeall o ble mae bwyd yn dod a sut mae'n cael ei gynhyrchu.

Rhieni Cymraeg dysgwyr ysgolion uwchradd

Roedd siaradwyr Cymraeg sy'n rhieni dysgwyr ysgol uwchradd yn ymateb yn gyffredinol gadarnhaol i'r newidiadau arfaethedig ond roedden nhw'n pwysleisio pwysigrwydd cynnal dewis i ddysgwyr. Roedd y grŵp yn croesawu'r syniad o gynnig mwy o ffrwythau mewn ysgolion. Fodd bynnag, cododd rhieni bryderon am yr anhawster o olrhain beth mae eu plant yn ei fwyta trwy gydol y dydd, yn enwedig mewn ysgolion uwchradd lle mae nifer o opsiynau bwyd a byrbrydau dyddiol ar gael. Cyfeiriodd cyfranogwyr at wahaniaethau allweddol rhwng darpariaeth ysgolion cynradd ac uwchradd, megis bod bwydlenni cynradd wedi eu gosod, tra bod ysgolion uwchradd yn cynnig dewisiadau dyddiol amrywiol, gan ei gwneud hi'n anoddach sicrhau dewisiadau iach.

Roedd cytundeb o fewn y grŵp bod bwyd afiach ar amser egwyl (e.e., brechdanau bacwn) ac yna cinio (e.e., pizza neu pasta) yn peri problem, gyda rhieni yn teimlo eu bod yn talu am ddau bryd i bob pwrpas. Pwysleisiai cyfranogwyr y gallai gorfodi bwydydd penodol yn yr ysgol arwain at wrthod a bwyta mwy o fwyd afiach gartref. Yn hytrach, roedden nhw'n ffafrio addysg gynnar ar fwyta'n iach o'r ysgol gynradd ymlaen. Codwyd pryderon hefyd am brisiau uchel a gwastraff bwyd, gydag enghreifftiau fel dysgwyr yn bwyta llenwadau pizza yn unig ac yn taflu'r gweddill.

Mynegodd rhai cyfranogwyr ddiddordeb mewn ymgorffori gwersi ar darddiad bwyd, milltiroedd bwyd, ac effeithiau amgylcheddol mewn dysgu ysgol. Roedd y grŵp hwn o rieni/gofalwyr yn teimlo yn gyffredinol y byddai'r newidiadau ar gyfer ysgolion cynradd yn annog mwy o opsiynau llysiau ac amrywiaeth, nid prydau oer yn unig, a fyddai'n gwella canlyniadau iechyd mewn theori.

Rhieni plant sy'n dod â phecynnau bwyd

Roedd rhieni plant sy'n dod â phecynnau bwyd yn teimlo'n galonogol ynghylch y newidiadau a nodwyd yn yr ymgynghoriad, ond roedd cyfranogwyr yn cydnabod hefyd y byddai'n anodd darparu ar gyfer pob chwaeth a dewis.

Roedden nhw'n cefnogi cynyddu'r amrywiaeth yn y ddarpariaeth o ffrwythau a llysiau, gan nodi y byddai'n helpu plant i roi cynnig ar fwydydd newydd. Croesawyd y newid i grawn cyflawn a chanllawiau ynghylch carbohydradau startshlyd hefyd. Cytunai'r cyfranogwyr â newidiadau i gig ond gan bwysleisio y dylid canolbwyntio mwy ar ansawdd a mwy o wahaniaethu rhwng cig a chigoedd wedi'u prosesu, gydag un cyfranogwr yn nodi bod ansawdd gwael cig mewn prydau ysgol wedi troi eu plentyn yn erbyn ei fwyta gartref.

Roedd gostyngiadau i goginio mewn brasterau ac olewau yn cael ei ddisgrifio fel rhywbeth 'synhwyrol' ac awgrymai rhieni ymhellach y gellid lleihau nwyddau melys i unwaith yr wythnos. Roedd safbwyntiau yn fwy cymysg ynghylch newidiadau arfaethedig i ddiodydd, gyda chefnogaeth i gael gwared ar ddiodydd pop a sgwosh, ond rhai awgrymiadau y dylid caniatáu cynnig sudd ffrwythau (mewn symiau bach

heb siwgr ychwanegol). Anogwyd cynnig dognau o wahanol feintiau hefyd, er yr awgrymwyd y gallai fod rhywfaint o le i ddewis yma (o ystyried yr amrywiad mewn archwaeth rhwng plant mewn grŵp un flwyddyn yn unig).

Y Camau Nesaf

Bydd Llywodraeth Cymru yn ystyried yn ofalus yr holl ymatebion a dderbynnir yn ystod y broses ymgynghori. Lle bo hynny'n briodol, bydd Llywodraeth Cymru yn gwneud unrhyw ddiwygiadau angenrheidiol i'r ddeddfwriaeth ddrafft a'r canllawiau cysylltiedig i adlewyrchu'r adborth a gwella eglurder, effeithiolrwydd neu degwch. Bydd y diwygiadau hyn yn cael eu gwneud cyn i'r ddeddfwriaeth gael ei gosod gerbron y Senedd yn ffurfiol.

Hefyd, bydd Llywodraeth Cymru yn adolygu'r holl dystiolaeth a gyflwynir ar sut i sicrhau bod cynnig bwyd cytbwys a deniadol o ran maeth ar gael i ddisgyblion ysgol uwchradd. Bydd yr wybodaeth hon yn helpu i lunio polisi yn y dyfodol a bydd yn cael ei hystyried fel sail i unrhyw newidiadau arfaethedig i'r ddeddfwriaeth fel y mae'n berthnasol i ysgolion uwchradd.

Atodiadau

Atodiad A – Methodoleg

Roedd y dadansoddiad o'r trafod ac ymgynghori yn dilyn dull dilyniannol cymysg o weithredu i gael darlun mor gynhwysfawr â phosibl ar y meysydd allweddol o ddiddordeb, er mwyn ateb y cwestiynau ymchwil canlynol:

1. A allai'r bwyd a weinir i ddysgwyr roi mwy o faeth i gefnogi dysgu i wella cyrhaeddiad, lleihau gordewdra a mynd i'r afael ac anghydraddoldeb iechyd?
2. Pa newidiadau penodol, os o gwbl, fyddai fwyaf effeithiol wrth alluogi dysgwyr a'r gymuned ysgol ehangach i ddeall yn well pam fod deiet iach a chytbwys yn bwysig i iechyd a llesiant?
3. A allai'r bwyd a weinir i ddysgwyr roi pryd ysgol iach a chytbwys, gan gynnwys i'r rheini sydd â gofynion deietegol penodol?

Cafodd y gwaith ei rannu'n bedwar rhan. Roedd hyn yn cynnwys cyfnod cynefino a chwmpasu, cyfnod ymgynghori ansoddol, cyfnod dadansoddi, a chyfnod adrodd.

Cynefino a Chwmpasu
Cynhaliwyd cyfres o 10 cyfweliad cwmpasu ar-lein gyda rhanddeiliaid allweddol i ddatblygu dealltwriaeth gyfannol o'r cyd-destun sy'n ymwneud â'r ymgynghoriad, gan gynnwys y sail resymegol, meysydd allweddol i'w harchwilio a cheisio dealltwriaeth o'r themâu allweddol a ddaeth i'r amlwg o'r gweithgarwch cyn ymgynghori.

Ymgynghori Ansoddol
Cynhaliwyd cyfanswm o 16 o grwpiau yn unol â'r fframwaith samplu. Gwnaed y gwaith recriwtio ar gyfer grwpiau ffocws rhieni gan ein partner, DJS Research. Cafodd y grwpiau dysgwyr eu recriwtio gan Plant yng Nghymru, gyda chymorth gan Lywodraeth Cymru.

Cynhaliwyd chwe grwp ffocws gyda rhieni/gofalwyr. Digwyddodd deg grŵp ffocws gyda dysgwyr o ddeg o ysgolion ledled Cymru. Mae'r rhestr o'r rhain ar gael yn Atodiad H.

Cafodd grwpiau ffocws gyda rhieni/gofalwyr eu hwyluso ar-lein er mwyn cysondeb a chynhwysiant ac roeddent yn cychwyn gydag esboniad o'r cynigion.

Ategwyd y cyd-drafod uniongyrchol hwn gyda dysgwyr gan offeryn hunan-gwblhau a gynhyrchwyd gan Plant yng Nghymru, a luniwyd i geisio cael adborth ar faterion yr ymgynghoriad gan ddysgwyr o sampl helaethach o ysgolion. Cafodd grwpiau ffocws gyda dysgwyr eu hwyluso yn nhymor yr haf 2025 yn bersonol gan ymchwilydd o Plant yng Nghymru neu Miller Research mewn ysgolion.

Dadansoddi'r Ymgynghoriad
Datblygwyd fframwaith ymchwil cychwynnol a chronfa ddata er mwyn sicrhau bod y broses ddadansoddi'n cael ei rheoli'n ofalus ac effeithlon. Cynhyrchwyd crynodeb hanner ffordd yn ystod y cyfnod ymgynghori a'i rannu gyda Llywodraeth Cymru. Roedd hyn yn galluogi olrhain y gyfradd ymateb a'r naratif cysylltiedig wrth i'r ymgynghoriad fynd yn ei flaen. Amlygwyd themâu allweddol pob cwestiwn yr

ymgynghoriad ystod y camau cynnar, gydag ymatebion dilynol yn atgyfnerthu ac yn ymhelaethu ar y themâu hyn.

Roedd sampl o ymatebion a dderbyniwyd o fewn mis cyntaf yr ymgynghoriad yn sail ar gyfer dadansoddi geiriau allweddol a gwahanu thematig ar gyfer y gweithgarwch dadansoddi ehangach ac yn galluogi’r tîm dadansoddi i wirio synnwyr y themâu a ganfuwyd yn y dadansoddiad ansoddol cychwynnol. Cafodd ymatebion dyblyg, neu ymatebion ymgyrchoedd, eu trin fel ymateb sengl yn y dadansoddiad. Lle cafodd ymatebion dyblyg eu canfod, roedd yr ymateb llawn yn cael ei dynnu ymaith ym mhob achos ar ôl y cyntaf. Oherwydd natur y cwestiynau caeedig roedd llawer o ymatebion nad oeddent yn wahanol ond yn yr ymateb testun agored. Lle na chafodd y cwestiynau ymateb agored eu hateb cafwyd gwared ar yr ymatebion dyblyg lle’r oedd yr amser cyflwyno yn ei gwneud yn glir bod ymateb wedi cael ei gyflwyno ddwywaith (o bosibl trwy wall technegol).

Cafodd pob cwestiwn categori (ee cytuno/anghytuno) eu dadansoddi trwy ddefnyddio Tablau Colynnu Microsoft Excel. Cafodd ymatebion ansoddol i bob cwestiwn eu codio â llaw wedyn a’u dadansoddi gan ymchwilwyr i gynhyrchu crynodeb o ymatebion. Cafodd y grwpiau ffocws, cyfweliadau a’r ymatebion ychwanegol (negeseuon e-bost a llythyrau) eu dadansoddi trwy ddefnyddio Miro, meddalwedd mapio meddwl ar-lein, sy’n galluogi cylch o ddadansoddi strwythurol ac olrhain themâu a ganfuwyd. Cyflawnwyd y dadansoddi fesul cwestiwn ac yn ôl y math o ymgynghori yn y lle cyntaf, gyda dadansoddiad eilaidd yn cael ei wneud ar sail thematig. Roedd hyn yn ategu gwell dealltwriaeth o unrhyw feysydd o anghytuno. Cafodd ymatebion afreolaidd, gan gynnwys y rheini a dderbyniwyd trwy e-bost a llythyr, nad oedd yn ymdrin yn uniongyrchol â chwestiynau’r ymgynghoriad ond a oedd yn dal i fod yn berthnasol, eu dadansoddi a’u priodoli i’r cwestiwn mwyaf perthnasol.

Cyfnod Adrodd
Cafodd cyfres o sleidiau o’r canfyddiadau a ddaeth i’r amlwg eu rhannu a’i cyflwyno i Lywodraeth Cymru, cyn i’r adroddiad hwn gael ei gyflwyno. Atebir yr adroddiad hwn gan grynodeb tabl chwiliadwy o ymatebion i’r ymgynghoriad.

Atodiad B – Cwestiynau’r ymgynghoriad

Demograffeg

1. Dewiswch bob un sy'n berthnasol i chi isod

- Dysgwr ysgol gynradd
- Dysgwr ysgol uwchradd
- Gweithlu addysg
- Awdurdod lleol
- Darparwr arlwyo
- Ymarferydd iechyd
- Cyflenwr
- Cynhyrchydd lleol
- Ffermwr
- Rhiant neu ofalwr
- Arall (noder)

Cinio mewn ysgolion cynradd

2. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu mwy o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd?
3. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig, cig coch a physgod?
4. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â chig wedi'i brosesu?
5. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud ag opsiynau nad ydynt yn gig (yn benodol, cyfyngu ar brydau sydd wedi'u seilio ar gaws a chig wedi'i brosesu a dewisiadau amgen yn lle pysgod)?
6. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â thatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, pwdinau a nwyddau pob wedi'u melysu, a chrwst?

Diodydd mewn ysgolion cynradd

7. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu dim ond dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen sydd wedi'u seilio ar blanhigion mewn ysgolion cynradd?

Meintiau dognau mewn ysgolion cynradd

8. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sydd â'r nod o ddarparu meintiau dognau mwy priodol mewn ysgolion cynradd i'r rhai yn y dosbarth Meithrin hyd at Flwyddyn 2 a'r rhai ym Mlwyddyn 3 hyd at Flwyddyn 6?

Brecwast mewn ysgolion cynradd

9. I ba raddau rydych yn cytuno neu'n anghytuno â'r cynigion sy'n ymwneud â darparu brecwast?

Y canllawiau ar gyfer rheoliadau ysgolion cynradd

10. A yw'r canllawiau statudol drafft sy'n helpu arlwywyr bwyd ysgolion cynradd i roi'r rheoliadau drafft ar waith yn ddigon clir?

Deietau arbennig

11. A yw'r canllawiau statudol drafft ar ddiwallu anghenion deietegol sydd wedi'u rhagnodi'n feddygol ac anghenion deietegol eraill yn ddigon clir?

Yr asesiad effaith rheoleiddiol a'r asesiadau effaith eraill

12. Pa heriau, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi?
13. Pa effeithiau cadarnhaol, os oes rhai, y dylid eu cydnabod ymhellach yn yr asesiad effaith rheoleiddiol drafft, yn eich barn chi?
14. Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr asesiadau effaith drafft, yn benodol ar effaith y rheoliadau drafft ar blant, teuluoedd sy'n wynebu anfantais economaidd-gymdeithasol a phobl â nodweddion gwarchodedig (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei chynnwys yn eich barn chi)?
15. Pa sylwadau sydd gennych, os oes rhai gennych, ar yr effaith ar gostau (gan gynnwys tystiolaeth y dylid ei hystyried, yn eich barn chi)?

Hyrwyddo bwyta'n iach: canllawiau statudol – ysgolion cynradd ac uwchradd

16. A yw'r canllawiau statudol drafft, sydd â'r nod o helpu awdurdodau lleol a chyrff llywodraethu i gyflawni eu dyletswyddau i hyrwyddo bwyta ac yfed yn iach yn ddigon clir? (Mae croeso ichi roi enghreifftiau o unrhyw beth sydd ar goll, yn eich barn chi.)

Galwad am dystiolaeth: ysgolion uwchradd

17. Sut y gallwn sicrhau darpariaeth bwyd apelgar a chytbwys o ran maeth mewn ysgolion uwchradd? (Mae croeso ichi roi enghreifftiau o arferion da neu dystiolaeth sy'n ategu eich ymateb).

Cwestiynau gorfodol

18. Beth yn eich barn chi fyddai effeithiau tebygol y ddeddfwriaeth ar y Gymraeg? Mae gennym ddiddordeb penodol mewn unrhyw effeithiau tebygol ar gyfleoedd i ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg.

- Ydych chi'n meddwl bod cyfleoedd i hyrwyddo unrhyw effeithiau cadarnhaol?
- Ydych chi'n meddwl bod cyfleoedd i liniaru unrhyw effeithiau andwyol?

19. Yn eich barn chi, a fyddai modd ffurfio neu addasu'r ddeddfwriaeth er mwyn:

- sicrhau effeithiau cadarnhaol neu fwy cadarnhaol ar ddefnyddio'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg; neu
- lliniaru unrhyw effeithiau andwyol ar y defnydd o'r Gymraeg ac ar beidio â thrin y Gymraeg yn llai ffafriol na'r Saesneg?

20. Rydym wedi gofyn nifer o gwestiynau penodol. Os oes gennych unrhyw faterion cysylltiedig nad ydyn ni wedi mynd i'r afael â nhw, defnyddiwch y lle hwn i'w nodi:

Atodiad C – Cwestiynau Ymgynghori ar gyfer Plant a Phobl Ifanc

1. Ydych chi'n cytuno gyda chynyddu'r nifer o ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd?
2. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer cig, cig coch a physgod?
3. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer cig wedi'i brosesu?
4. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer opsiynau nad ydynt yn gig?
5. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer tatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, cynhyrchion pobi melys, a chrwst?
6. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer rhoi dysgwyr yn unig dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd wedi'u selio ar blanhigion.
7. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer maint dognau?
8. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer brecwast?
9. Ydy'r Canllaw yn glir?
10. Ydy'r Canllaw yn glir am ddeietau arbennig?
11. Pa heriau ydych chi'n meddwl y bydd y canllaw hwn yn eu profi?
12. Pa effeithiau positif ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn ei gael?
13. Sut ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn effeithio ar deuluoedd ar incwm is?
14. Gall newid fel hyn gymryd amser ac arian. Sut ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn effeithio ar gostau?
15. Ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn effeithio ar y Gymraeg?
16. Ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn helpu awdurdodau lleol ac ysgolion i hyrwyddo bwyta'n iach?
17. A oes unrhyw beth arall yr hoffech chi ei ddweud am y newidiadau hyn?
18. A oes gennych chi unrhyw syniadau am sut gallwn ni helpu dysgwyr i gael bwyd iach, cytbwys mewn ysgolion uwchradd?

Atodiad D – Cwestiynau Ymgynghori Hawdd ei Ddeall

1. Beth ydych chi’n ei feddwl am ein newidiadau i ffrwythau, llysiau a charbohydradau startsh?
2. Beth ydych chi’n ei feddwl am newidiadau i gig a physgod?
3. Beth ydych chi’n ei feddwl am ein newidiadau i gig wedi’i brosesu?
4. Beth ydych chi’n ei feddwl am ein newidiadau i opsiynau di-gig a chaws?
5. Beth ydych chi’n ei feddwl am ein newidiadau i goginio mewn brasterau ac olewau a phwdinau a theisennau?
6. Beth ydych chi’n ei feddwl am ein newidiadau i ddiodydd?
7. Beth ydych chi’n ei feddwl am ein newidiadau i feintiau dogn?
8. Beth ydych chi’n ei feddwl am ein newidiadau i frecwast ysgol gynradd?
9. Ydy’r canllawiau’n glir i’r bobl sy’n gwneud ac yn gweini bwyd mewn ysgolion cynradd?
10. Fydd y canllawiau yn helpu plant gyda dietau arbennig neu feddygol?
11. Ydy’r canllaw hyrwyddo bwyta’n dda yn glir i gynghorwyr ac arweinwyr ysgolion?
12. Sut ydyn ni’n gallu helpu ysgolion uwchradd i roi bwyd da ac iach i blant maen nhw’n ei fwynhau?
13. Ydy hwn yn effeithio ar yr iaith Gymraeg? Ac oes yna unrhyw beth rydyn ni’n gallu ei wneud yn wahanol i helpu’r Gymraeg?
14. Os oes unrhyw beth arall rydych chi eisiau ei ddweud wrthyn ni, dywedwch wrthyn ni yn y blwch yma.

Atodiad E – Cwestiynau Grŵp Ffocws

Cwestiynau a ddatblygwyd fel rhan o'r Pecyn Cymorth Ymgynghori ar gyfer Plant a Phobl Ifanc, a gynhyrchwyd gan Plant yng Nghymru.

1. Ydych chi'n cytuno â chynyddu’r ffrwythau, llysiau a charbohydradau startshlyd?
2. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer cig, cig coch a physgod?
3. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer opsiynau heb gig?
4. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer tatws wedi'u coginio mewn olew, bwydydd wedi'u ffrio, nwyddau pobi melys a phwdinau, a chrwst?
5. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer rhoi dŵr plaen, llaeth plaen a diodydd plaen o blanhigion yn unig i ddysgwyr mewn ysgolion cynradd?
6. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer meintiau dogn?
7. Ydych chi'n cytuno â'r newidiadau hyn ar gyfer brecwast?
8. Pa heriau y bydd y canllawiau hyn yn eu cael, yn eich barn chi?
9. Pa effeithiau cadarnhaol y bydd hyn yn eu cael, yn eich barn chi?
10. Gall newidiadau fel hyn gymryd amser ac arian. Yn eich barn chi, sut y bydd hyn yn effeithio ar gostau?
11. Yn eich barn chi, sut y bydd hyn yn effeithio ar deuluoedd ar incwm isel?
12. A yw'r Canllawiau hyn yn glir?
13. A yw'r Canllawiau hyn am ddietau arbennig yn glir?
14. Ydych chi'n meddwl y bydd y newidiadau hyn yn effeithio ar y Gymraeg?
15. Ydych chi'n meddwl y bydd hyn yn helpu awdurdodau lleol ac ysgolion i hyrwyddo bwyta'n iach?
16. Oes gennych chi unrhyw syniadau sut y gallwn helpu dysgwyr i gael bwyd iach, cytbwys mewn ysgolion uwchradd?

17. A oes unrhyw beth arall yr hoffech ei ddweud am y newidiadau hyn?

Cwestiynau i Rieni a Gofalwyr

1. Beth ydych chi'n meddwl yn gyffredinol am y newidiadau arfaethedig hyn?
2. Ydych chi'n meddwl bod y newidiadau arfaethedig yn cynrychioli cam cadarnhaol ymlaen neu gam yn ôl?
3. Beth ydych chi'n ei feddwl am y newid arfaethedig i ffrwythau, llysiau a charbohydradau startsh?
4. Ydych chi'n croesawu'r cynnydd mewn dognau / amrywiaeth o ffrwythau a llysiau?
5. Ydych chi'n croesawu cyflwyno canllawiau ynghylch carbohydradau startsh, yn enwedig y gofyniad grawn cyflawn o leiaf 50%?
6. Beth ydych chi'n ei feddwl am newidiadau arfaethedig i gig a physgod, gan gynnwys cig wedi'i brosesu?
7. Beth yw eich barn chi am y newidiadau i opsiynau amgen wedi'u prosesu yn lle cig a chawsiau?
8. A yw'n briodol cyfyngu ar ddewisiadau amgen wedi'u prosesu yn lle cig?
9. Beth ydych chi'n ei feddwl am y newidiadau i goginio mewn brasterau ac olewau a phwdinau a theisennau?
10. Beth ydych chi'n ei feddwl am y newidiadau i ddiodydd?
11. Beth ydych chi'n ei feddwl am y newidiadau i feintiau dogn?
12. Beth ydych chi'n ei feddwl am y newidiadau i frecwast ysgol gynradd?
13. Do you think there is any risk that your child (or other children) would not want to eat the meals under the new menu?
14. Ydych chi'n meddwl bod y cydbwysedd cywir rhwng bwyd iach, bwyd maethlon a bwyd y bydd plant eisiau ei fwyta?
15. Allwch chi feddwl am unrhyw effeithiau negyddol a allai ddod o ganlyniad i'r newidiadau hyn i brydau ysgol gynradd?
16. Ydych chi'n meddwl bydd y bwyd sy'n cael ei weini o dan y rheoliadau newydd yn gallu cwrdd ag anghenion plant sydd â gofynion dietegol penodol?
17. [I rieni o gefndiroedd diwylliannol a chrefyddol amrywiol] A ydych chi'n hyderus y bydd y bwyd a weinir o dan y rheoliadau newydd yn ystyried ac yn darparu opsiynau sy'n briodol yn ddiwylliannol yn ddigonol? Os na, pa gamau sydd angen eu cymryd?
18. [I rieni plant niwrowahanol] A ydych chi'n credu bod y newidiadau arfaethedig yn ystyried plant niwrowahanol neu'r rhai ag anghenion ychwanegol yn ddigonol?
19. A allwch chi ragweld unrhyw broblemau i'r plant hyn mewn perthynas â sut mae'r bwyd yn cael ei gyflwyno / ei wead / y profiad amser bwyd cyffredinol, o ganlyniad i'r newidiadau hyn? Os felly, a oes gennych unrhyw syniadau ar sut y gellid mynd i'r afael â'r rhain?
20. [Ar gyfer rhieni sy'n siarad Cymraeg] [Ydych chi'n meddwl y bydd y newidiadau arfaethedig yn cael unrhyw effaith ar y Gymraeg, naill ai'n gadarnhaol neu'n negyddol?
21. [Pawb] A yw'r newidiadau arfaethedig wedi gwneud i chi fwy neu lai dueddol i'ch plentyn bwyta prydau ysgol gynradd?
22. Beth ydych chi'n disgwyl fydd yr effaith gyffredinol o'r newidiadau arfaethedig?

23. Ydych chi'n meddwl ei bod yn realistig awgrymu y bydd y newidiadau bwydlen arfaethedig yn helpu plant o ran perfformiad addysgol, yn ogystal â lleihau problemau iechyd, fel gordewdra?
24. [I rieni myfyrwyr ysgol uwchradd] Ydych chi'n credu gall y newidiadau arfaethedig hyn bod yn berthnasol i fwydlen i ysgolion uwchradd yn ogystal ag ysgolion cynradd?
25. Beth ydych chi'n rhagweld fyddai'r prif rwystrau neu'r galluogwyr?
26. A allwch chi ddweud mwy wrthym am brofiadau eich plentyn/plant gyda chiniawau ysgol?
27. Pa rwystrau sydd i ddysgwyr ysgol uwchradd wneud dewisiadau iach?
28. Pa alluogwyr sydd i ddysgwyr ysgol uwchradd wneud dewisiadau iach?
29. Allwch chi feddwl am unrhyw weithgareddau i annog plant i gymryd lan bwyd ysgol y gallai awdurdod lleol a/neu gorff llywodraethu eu cefnogi?
30. Pa fath o bethau gallai ysgolion eu gwneud i hybu bwyta'n iach? Oes gennych chi unrhyw enghreifftiau o sut mae hyn yn digwydd yn ysgol eich plentyn?
31. [I rieni ysgolion uwchradd] A oes unrhyw beth arall sy'n gysylltiedig â phrydau bwyd ysgolion uwchradd y byddai'n ddefnyddiol i'w grybwyll wrth ystyried sut i sicrhau cynnig bwyd deniadol a chytbwys o ran maeth mewn ysgolion uwchradd?
32. Yn dilyn y drafodaeth heno, a fyddech chi'n dweud bod eich barn ar y pynciau sydd wedi cael eu trafod wedi newid i raddau helaeth, neu wedi aros yr un fath?
33. Oes gennych chi unrhyw feddyliau neu sylwadau terfynol yn seiliedig ar yr hyn rydyn ni wedi trafod yma heddiw?

Atodiad F – Rhestr o sefydliadau a ymatebodd

Roedd y sefydliadau canlynol yn hapus i enw eu sefydliad gael ei briodoli i ymateb i’r ymgynghoriad yn hytrach na chael ei cadw’n ddienw. Nid oedd ffurflen ar-lein yr ymgynghoriad yn caniatáu i unigolion gyflwyno ymateb heb ddewis yr opsiwn ‘cadwch fy ymateb yn ddienw’ nes yn hwyr iawn yn y broses ymgynghori. O ganlyniad, mae’r rhestr hon yn anghymesur o fyr ac fe wnaeth 262 yn rhagor o ymatebwyr ddatgelu’r sefydliad roeddent ohono, gan aros yn ddienw.

- Bwrdd Iechyd Prifysgol Aneurin Bevan
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Betsi Cadwaladr
- Big Fresh Catering Limited
- Cymdeithas Deieteg Prydain
- Cyngor Diwydiant Wyau Prydain
- Sefydliad Maetheg Prydain
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Caerdydd a’r Fro
- Fframwaith Bwyd a Symud Da Caerdyd
- Comisiynydd Plant Cymru
- Coeliac UK
- Y Gynghrair Cefn Gwlad
- Grwp Galluogi Newid
- Estyn
- Cyfadran Iechyd Cyhoeddus
- Synnwyr Bwyd Cymru

- Gwasanaeth Bwyd Harlech
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Hywel Dda
- Cyngor Bwrdeistref Sirol Merthyr Tydfil
- Cyngor Sir Fynwy
- OATLY
- Bwrdd Iechyd Addysgu Powys
- Dietegwyr Iechyd Cyhoeddus yng Nghymru
- Iechyd Cyhoeddus Cymru
- Coleg Brenhinol y Nyrsys Cymru
- Maint Cymru
- Soil Association Cymru
- Sustain UK
- Bwrdd Iechyd Prifysgol Bae Abertawe
- Cyngor Abertawe
- The Food Foundation
- The Vegan Society
- UCAC
- Vegan Rights Consulting
- Grwp Ymgynghorol Arweiniol Deieteteg Cymru

Atodiad G – Grwpiau ffocws a gynhaliwyd

Cynhaliwyd chwe grwp ffocws gyda rhieni/gofalwyr o'r grwpiau canlynol:

- Rhieni o deuluoedd incwm-isel
- Rhieni plant niwro-wahanol
- Rhieni o amrywiol gefndiroedd diwylliannol a chrefyddol
- Rhieni Cymraeg disgyblion ysgolion cynradd
- Rhieni Cymraeg disgyblion ysgolion uwchradd
- Rheini plant sy'n dod â phecyn bwyd

Cynhaliwyd deg o grwpiau ffocws gyda dysgwyr gyda chyfanswm o 152 o ddysgwyr o'r ysgolion canlynol:

- Ysgolion Uwchradd
  - Ysgol Gyfun Cwm Rhondda, Rhondda Cynon Taf
  - Ysgol Uwchradd Llysweri, Casnewydd
- Ysgolion Cynradd
  - Eglwys Gatholig y Santes Fair, Wrecsam
  - Eglwys Gatholig Dewi Sant, Abertawe
  - Ysgol Llanfihangel y Creuddyn, Ceredigion
  - Ysgol Gynradd Awel y Mor, Port Talbot
  - Ysgol Gynradd Clwyd, Abertawe
  - Ysgol Gynradd Gymraeg Rhosafan, Port Talbot
  - Ysgol Gynradd Tregatwg, Bro Morgannwg