



Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

## Cynhwysion

Bisgs gwenith

logwrt llaeth cyflawn plaen

Bricyll wedi'u sychu

Tost gwyn

Sbred olew llysiau

Diod: Dŵr

Maint dogn arferol ar gyfer plant ar gyfer plant 1-4 oed

## Nifer

38g (2 fisg)

60g (1½ llwy fwrdd)

25g (3 bricyll)

25g (1 dafell)

4g (wedi'i daenu'n denau)

100ml

## Awgrym ar gyfer gweini:

### Babanod 7-12 mis oed

Ychwanegwch fisg gwenith at 100ml o laeth cyflawn, a'i adael i feddalu yn ôl y gofyn. Ychwanegwch 15g o resins wedi'u torri'n fân, a gweinwch gyda 25g o chwarteri o ffrwyth ciwi fel bwyd bys a bawd.

\* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys haidd (glwten), llaeth, soia, sylffidau, gwenith (glwten)\*

\* Mae'r wybodaeth am alergeddau wedi'i chynnwys fel canllaw yn unig; dylech ddarllen y labeli bob amser er mwyn canfod pa alergenau a geir ym mhob cynhwysyn a chynnwys a ddefnyddir gennych drwy ddarllen y rhestrau o gynhwysion ar ddeunydd pecynnu cynhyrchion. Hyd yn oed os ydych wedi'u defnyddio o'r blaen, ni ddylech gymryd dim yn ganiataol.

Hydref / Y gaeaf  
1-4 blynedd





Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

## Cynhwysion

Creision yd  
Llaeth  
Tost gwenith cyflawn  
Sbred olew llysiau  
Tomatos wedi'u sleisio  
Madarch  
Diod: Dŵr  
Maint dogn arferol ar gyfer plant ar gyfer plant 1-4 oed

## Nifer

25g (4 llwy fwrdd)  
100ml  
30g (1 dafell ganolig)  
4g (wedi'i daenu'n denau)  
20g (1 dafell)  
20g (2 ganolig)  
100ml

## Awgrym ar gyfer gweini:

### Babanod 7-12 mis oed

Gweinwch fysedd  $\frac{3}{4}$  tafell o dost gwenith cyflawn gyda sbred olew llysiau a 25g o domatos wedi'u stwnsio/sleisio a madarch wedi'u sleisio.

\* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys haidd (glwten), llaeth, soia, gwenith (glwten)\*

\* Mae'r wybodaeth am alergeddau wedi'i chynnwys fel canllaw yn unig; dylech ddarllen y labeli bob amser er mwyn canfod pa alergenau a geir ym mhob cynhwysyn a chynnrych a ddefnyddir gennych drwy ddarllen y rhestrau o gynhwysion ar ddeunydd pecynnu cynhyrchion. Hyd yn oed os ydych wedi'u defnyddio o'r blaen, ni ddylech gymryd dim yn ganiataol.

Hydref / Y gaeaf  
1-4 blynedd





Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

### Cynhwysion

### Nifer

Uwd	100g
Rhesins	25g (1 llwy fwrdd)
Banana	40g
Diod: Dŵr	100ml

Maint dogr arferol ar gyfer plant ar gyfer plant 1-4 oed

### Awgrym ar gyfer gweini:

#### Babanod 7-12 mis oed

Gweinwch tua 100g o uwd wedi'i wneud â llaeth cyflawn, gyda thua 15g o resins wedi'u torri'n fân a thua 25g o ffyn banana fel bwyd bys a bawd.

\* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys llaeth, ceirch (glwten)\*

\* Mae'r wybodaeth am alergeddau wedi'i chynnwys fel canllaw yn unig; dylech ddarllen y labeli bob amser er mwyn canfod pa alergenau a geir ym mhob cynhwysyn a chynnyrch a ddefnyddir gennych drwy ddarllen y rhestrau o gynhwysion ar ddeunydd pecynnu cynhyrchion. Hyd yn oed os ydych wedi'u defnyddio o'r blaen, ni ddylech gymryd dim yn ganiataol.

Hydref / Y gaeaf  
1-4 blynedd



# Grawfwyd gwenith brag

**B**

Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

## Cynhwysion

## Nifer

Grawfwyd gwenith brag	25g
Llaeth	100ml
Crympet wedi'i thostio	50g (1 crympet)
Sbred olew llysiau	4g (wedi'i daenu'n denau)
Gellyg wedi'u sleisio	40g
Diod: Dŵr	100ml

Maint dogn arferol ar gyfer plant ar gyfer plant 1-4 oed

## Awgrym ar gyfer gweini:

### Babanod 7-12 mis oed

Ychwanegwch tua 20g o rawfwyd gwenith brag at 100ml o laeth cyflawn, a'i adael i feddalu yn ôl y gofyn. Gweinwch gyda thua 25g o ellyg wedi'u sleisio neu wedi'u torri'n ffyn fel bwyd bys a bawd.

\* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys haidd (glwten), llaeth, gwenith (glwten)\*

\* Mae'r wybodaeth am alergeddau wedi'i chynnwys fel canllaw yn unig; dylech ddarllen y labeli bob amser er mwyn canfod pa alergenau a geir ym mhob cynhwysyn a chynnrych a ddefnyddir gennych drwy ddarllen y rhestrau o gynhwysion ar ddeunydd pecynnu cynhyrchion. Hyd yn oed os ydych wedi'u defnyddio o'r blaen, ni ddylech gymryd dim yn ganiataol.

Hydref / Y gaeaf  
1-4 blynedd





Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

## Cynhwysion

Grawnfwyd reis crisb

Llaeth

Darnau o satswma

Bara ffrwythau wedi'i dostio

Sbred olew llysiau

Diod: Dŵr

Maint dogn arferol ar gyfer plant ar gyfer plant 1-4 oed

## Nifer

25g (6 llwy fwrdd)

100ml

40g

25g (1 dafell)

4g (wedi'i daenu'n denau)

100ml

## Awgrym ar gyfer gweini:

### Babanod 7-12 mis oed

Ychwanegwch tua 20g o rawnfwyd reis crisb at 100ml o laeth cyflawn, a'i adael i feddalau yn ôl y gofyn. Gweinwch gyda thua 25g o ddarnau o fandarin tun wedi'u draenio fel bwyd bys a bawd.

\* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys haidd (glwten), llaeth, ceirch (glwten), soia, gwenith (glwten)\*

\* Mae'r wybodaeth am alergeddau wedi'i chynnwys fel canllaw yn unig; dylech ddarllen y labeli bob amser er mwyn canfod pa alergenau a geir ym mhob cynhwysyn a chynnwys a ddefnyddir gennych drwy ddarllen y rhestrau o gynhwysion ar ddeunydd pecynnu cynhyrchion. Hyd yn oed os ydych wedi'u defnyddio o'r blaen, ni ddylech gymryd dim yn ganiataol.

Hydref / Y gaeaf  
1-4 blynedd

