

Grawfwyd brag gwenith

**B**

Amser paratoi: Dim
Amser coginio: Dim

Cynhwysion

Grawfwyd brag gwenith

Llaeth

Banana wedi'i sleisio

Crympet wedi'i thostio

Sbred olew llysiau

Diod: Dŵr

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

Nifer

25g

100ml

40g

50g (1 crympet)

4g (wedi'i daenu'n denau)

100ml

Awgrym ar gyfer gweini:

Infants 7-12 months

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 fanana wedi'i dorri'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 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.

Sgwanwyn / Yr haf
1-4 blynedd





Amser paratoi: Dim
Amser coginio: Dim

Cynhwysion

Creision yd
Llaeth
Rhesins
Chwarteri o ffrwyth ciwi
Tost gwyn
Sbred olew llysiau
Diod: Dŵr
Maint dogn arferol ar gyfer plant ar gyfer plant 1-4 oed

Nifer

25g (llwy fwrdd)
100ml
25g (1 llwy fwrdd)
40g
25g (1 dafell)
4g (wedi'i daenu'n denau)
100ml

Awgrym ar gyfer gweini:

Babanod 7-12 mis oed

Ychwanegwch tua 20g o greision yd at 100ml o laeth cyflawn, a'i adael i feddalau yn ôl y gofyn.
Ychwanegwch 15g o resins wedi'u torri'n fân, a gweinwch gyda 25g o chwarteri o ffrwyth ciwi wedi'u plicio fel bwyd bys a bawd.

* **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.

Sgwanwyn / Yr haf
1-4 blynedd



Wy wedi'i ferwi'n galed

**B**

Amser paratoi: Dim

Amser coginio: Dim

Cynhwysion

Wy wedi'i ferwi'n galed

Tomatos wedi'u coginio, wedi'i sleisio

Bara gwenith cyflawn

Sbred olew llysiau

Banana

Diod: Dŵr

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

Nifer

50g (1 wy)

40g

25g (1 dafell ganolig)

4g (wedi'i daenu'n denau)

40g

100ml

Awgrym ar gyfer gweini:

Babanod 7-12 mis oed

Gweinwch un wy wedi'i sleisio neu ei ferwi'n galed gyda $\frac{3}{4}$ tafell o dost gyda sbred wedi'i thorri'n fysedd, a thua 25g o domatos wedi'u coginio, wedi'u sleisio neu eu stwnsio.

* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys wy, 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 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.

Sgwanwyn / Yr haf
1-4 blynedd





Amser paratoi: Dim
Amser coginio: Dim

Cynhwysion

Bisgs gwenith

Llaeth

Aeron cymysg

Bara ffrwythau wedi'i dostio

Sbred olew llysiau

Diod: Dŵr

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

Nifer

38g (2 fisg)

100ml

40g

15g (½ tafell)

2g (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. Gweinwch gyda 25g o aeron cymysg cyfan neu wedi'u stwmsio.

* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys haid, 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 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.

Sgwanwyn / Yr haf
1-4 blynedd



Grawfwyd reis crisb

**B**

Amser paratoi: Dim
Amser coginio: Dim

Cynhwysion

Grawfwyd reis crisb

Llaeth

Bagel plaen

Sbred olew llysiau

Melon, wedi'i sleisio

Diod: Dŵr

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

Nifer

25g (6 llwy fwrdd)

100ml

45g (½ bagel)

4g (wedi'i daenu'n denau)

40g

100ml

Awgrym ar gyfer gweini:

Babanod 7-12 mis oed

Ychwanegwch tua 20g o rawfwyd reis crisb at 100ml o laeth cyflawn, a'i adael i feddaldu yn ôl y gofyn. Gweinwch gyda thua 25g o felon wedi'i sleisio fel bwyd bys a bawd.

* **Gwybodaeth am alergeddau:** Yn cynnwys haidd (glwten), llaeth, ceirch (glwten), rhyg (glwten), 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 chynnwyrch 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.

Sgwanwyn / Yr haf
1-4 blynedd

