



Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

## Cynhwysion

Bisgs gwenith

Llaeth

Ffrwyth ciwi

Tost gwenith cyflawn

Sbred olew llysiau

Diod: Dŵr

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

## Nifer

38g (2 fisg)

100ml

40g

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. Gweinwch gyda thua 25g o chwarteri o ffrwyth ciwi wedi'u plicio 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



## Ceirch wedi'u tostio



B

Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

### Cynhwysion

Ceirch wedi'u tostio

Aeron

logwrt llaeth cyflawn plaen

Creision yd

Diod: Dŵr

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

### Nifer

15g (1 ½ llwy fwrdd)

40g

60g (1 ½ llwy fwrdd)

15g (2 ½ llwy fwrdd)

100ml

### Awgrym ar gyfer gweini:

#### Babanod 7-12 mis oed

Ychwanegwch tua 20g o geision yd at 100ml o laeth cyflawn, a'i adael i feddalu yn ôl y gofyn. Gweinwch gyda thua 25g o aeron cyfan neu wedi'u stwnsio.

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



## Grawfwyd reis crisb

**B**

Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

### Cynhwysion

Grawfwyd reis crisb

Llaeth

Banana

Crympet wedi'i thostio

Sbred olew llysiau

Diod: Dŵr

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

### Nifer

25g (6 llwy fwrdd)

100ml

40g

50g (1 crympet)

4g (wedi'i daenu'n denau)

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 fanana wedi'i dorri'n ffyn fel bwyd bys a bawd.

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





Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

## Cynhwysion

Creision yd

Llaeth

Cacfen de wedi'i thostio

Sbred olew llysiau

Melon, wedi'i sleisio

Diod: Dŵr

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

## Nifer

25g (4 llwy fwrdd)

100ml

35g (½ cacfen de)

4g (wedi'i daenu'n denau)

40g

100ml

## Awgrym ar gyfer gweini:

### Babanod 7-12 mis oed

Ar gyfer babanod 7-12 mis oed, gweinwch rawnfwyd ceirch parod (wedi'i wneud gyda 1-2 lwy fwrdd o geirch parod wedi'u sychu a 100ml o laeth cyflawn), gyda 25g o felon wedi'i sleisio fel bwyd bys a bawd.

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



# Myffin Saesnig wedi'i thostio

**B**

Amser paratoi: Dim  
Amser coginio: Dim

## Cynhwysion

Myffin Saesnig wedi'i thostio

Wy wedi'i ferwi'n galed neu wedi'i sgramblo

Madarch wedi'u coginio, wedi'u sleisio

Diod: Dŵr

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

## Nifer

35g (½ myffin)

50g (1 wy)

40g

100ml

## Awgrym ar gyfer gweini:

### Babanod 7-12 mis oed

Gweinwch tua 25g (1/3 myffin) o stribedi o fyffin Saesnig wedi'i thostio gyda thua 50g (1 wy) o wy wedi'i sgramblo a 25g o fadarch wedi'u sleisio.

\* **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

