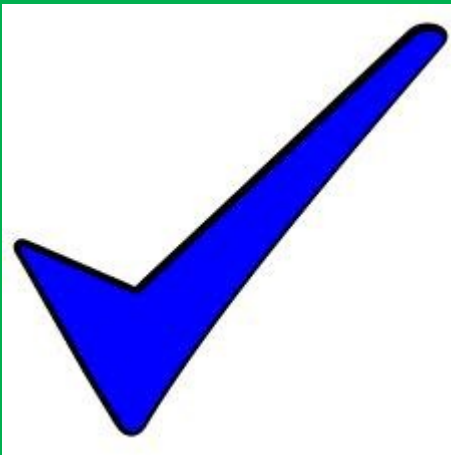


Rheolau Bocs Bwyd Iach



Llyisiau

Ffrwythau

Dwr

Sudd Ffrwythau

Un eitem felys :

bisged / teisen



Fferins

Diod pop

Siocled pob dydd

Creision 1 diwrnod yr wythnos yn unig