

Bod yn iachach

Gwneud dewisiadau iachach

Darllenwch y label

Cymharwch labeli maeth i wneud dewisiadau iachach.

Byddwch yn ddogn ddoeth

Dewiswch y dogn cywir i chi.

Gwnewch gyfnewidiadau gwych

Ewch am ddewisiadau halen, braster a siwgr is.

