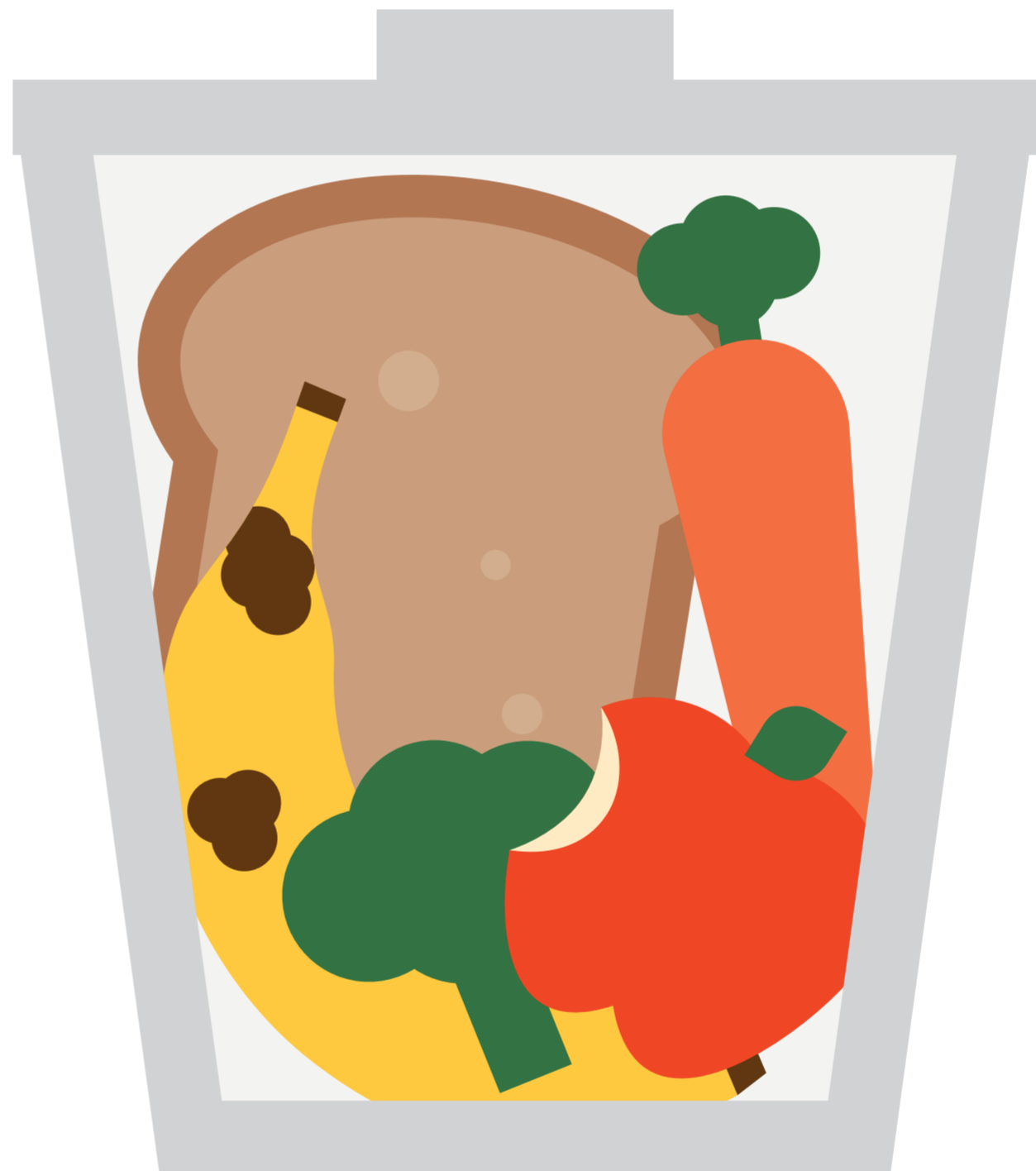


Bwytewch yn gall er eich lles chi a lles ein planed.

Lleihewch eich gwasttraff bwyd.



**Byddwch yn
ymwybodol o faint eich dognau.**

Wrth i chi siopa, coginio a bwyta, anelwch
am feintiau synhwyrol, er mwyn osgoi gwasttraff.

