



Rhybudd – Alergedd!



Gelli helpu i sicrhau fod staff mewn bwytai yn ymwybodol o'rh alergeddau bwyd pan fyddi di'n bwyta allan drwy nodi'r bwyd(ydd) hynny y mae gen ti alergedd iddynt yn y bwch isod, argraffu'r dudalen, torri'r cardiau allan a'u cario gyda thi. Y tro nesaf y byddi di mewn bwyty, gelli roi un o'r cardiau defnyddiol hyn i'r staff gweini.



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy



Rhybudd – Alergedd!

Mae gen i alergedd i:

| | |
|--|--|
| | |
| | |
| | |

A fyddech cystal â gwneud yn siŵr nad yw fy mhryd yn cynnwys y bwyd hwn.

Gall ychydig bach ohono fy ngwneud i'n sâl iawn
food.gov.uk/allergy

