

# Y Chwyldro Pobi

## Y bara brith gorau yn y byd!

Nid *The Great British Bake Off* yw'r unig gystadleuaeth bobî. Ym mis Tachwedd 2016, roedd cystadleuaeth gan gwmni Creision Jones o Gymru. Enw'r gystadleuaeth oedd 'Pencampwriaeth Bara Brith y Byd'.

Dyma wybodaeth am y gystadleuaeth o'r rhaglen 'Heno':

Pencampwr Bara Brith y Byd Creision Jones 2016 yw....

Delyth Jenkins, Ffos y Ffin, Aberaeron.

Llongyfarchiadau 🌟 🏆 🥂 🎉 🎊 [pic.twitter.com/MSIRdn93HG](https://twitter.com/MSIRdn93HG)

— Jones Crisps (@JonesoGymru) [18 November 2016](https://twitter.com/JonesoGymru/status/799597119988531200)  
<https://twitter.com/JonesoGymru/status/799597119988531200>

Cafodd *Gweiddi* sgwrs ag enillydd y wobr, Delyth Jenkins (DJ).

### Cyfweliad

**Gweiddi:** Ble gawsoch chi wybod am y gystadleuaeth?

**DJ:** Rwy'n aelod o Ferched y Wawr, ac roeddwn i mewn cyfarfod lleol pan glywais am y gystadleuaeth.

**Gweiddi:** Oeddech chi'n gwybod yn syth eich bod chi eisiau cystadlu?

**DJ:** Oeddwn. Rwy'n hoff iawn o bobî cacennau. Wedi dweud hynny, doeddwn i ddim wedi gwneud llawer o fara brith. Roeddwn i'n

**Gweiddi:** Aethoch chi ati i bobî'n syth?

**DJ:** Do, fe wnes i ddwy dorth i ymarfer. Yn y diwedd, roedd hi'n nos Fawrth arna i'n gwneud y bara brith terfynol, ac roedd hi i fod i gyrraedd gogledd Cymru erbyn dydd Iau.

**Gweiddi:** Aeth popeth yn iawn gyda'r pobi?

**DJ:** Fe fuodd y dorth fara brith tua 10 munud yn hirach yn y ffwrn nag roedd hi i fod yno. Ond doedd dim gwahaniaeth achos roeddwn i wedi ei choginio mewn ffwrn Aga. Doedd y gwres

**Gweiddi:** Beth ddigwyddodd wedyn?

**DJ:** Wel, roedd rhaid cael y dorth yn barod i'w hanfon i'r gogledd. Gadewais hi i oeri dros nos. Roeddwn i'n poeni y byddai hi'n torri ar y ffordd, felly roedd angen ei lapio hi'n ofalus iawn a'i rhoi mewn bocs cadarn.

**Gweiddi:** Sut glywoch chi eich bod chi wedi ennill?

**DJ:** Roeddwn i'n disgwyl galwad ffôn ar y diwrnod roedd Creision Jones yn mynd i ddweud pwy oedd wedi ennill. Ond ddaeth dim galwad. Felly, doeddwn i ddim yn meddwl fy mod i wedi ennill.

**Gweiddi:** Beth oedd y wobwr?

**DJ:** Roedd gwobr o £100. Hefyd, byddwn ni'n cael bocs o Greision Jones bob mis am flwyddyn, a bydd Canolfan Fwyd Bodnant yn cynhyrchu'r bara brith. Hefyd, bydd y bara brith yn cael y teitl: Y Bara Brith Gorau yn y Byd!

## Faint rydych chi'n ei wybod am y *Bake Off*?

Dyma 20 cwestiwn i brofi eich gwybodaeth am y rhaglen deledu boblogaidd. Trafodwch mewn paruau neu grwpiau bach. Cofiwch: chewch chi ddim edrych ar y we i gael yr atebion!

1. Faint o bobyddion sydd ar ddechrau'r gystadleuaeth?
2. Faint o bobyddion sydd yn y rownd derfynol?
3. Beth yw cyfenwau Mel a Sue?
4. Beth yw cyfenwau Paul a Mary?
5. Enwch y tair tasg sydd ym mhob rhaglen.
6. Ym mha un o'r tasgau dydy'r beirniaid ddim yn gwybod pwy bobodd beth?
7. Ble gwrrdodd Mel a Sue?
8. Ar ba sianel deledu dechreuodd y rhaglen?
9. Ar ba sianel deledu oedd y rhaglen tan 2016?
10. I ba sianel mae'r rhaglen yn symud?
11. Pwy sy'n symud gyda'r rhaglen, a phwy sydd ddim yn mynd i symud?
12. Beth yw enw'r rhaglen sy'n trafod beth sydd wedi digwydd yn y *Bake Off*?
13. Beth oedd gwaith tad Paul?
14. Tua faint o lyfrau coginio mae Mary Berry wedi'u hysgrifennu?
15. Pwy enillodd y wobr gyntaf yn 2016?
16. Beth oedd enw'r pobydd o Gymru yn ar y *Bake Off* yn 2016?
17. Sawl cyfres o'r *Bake Off* sydd wedi bod?
18. Pryd ddechreuodd rhaglen y *Bake Off*?
19. Mewn sawl gwlad arall dros y byd mae rhaglen debyg i'r *Bake Off* erbyn hyn?

20. Beth yw enw'r bobwraig o Gymru a gyrhaeddodd rownd gynderfynol  
y *Bake Off* yn 2014 ac sydd â rhaglen goginio ar S4C erbyn hyn?

Cewch yr atebion yn y tasgau.

## Cogyddion a phobyddion enwog o Gymru

### Bryn Williams

**Enw:** Bryn Williams, o Ddinbych.

**Ysgolion:** Ysgol Gynradd Twm o'r Nant, Dinbych ac Ysgol Uwchradd Glan Clwyd, Llanelwy.

**Coleg:** Coleg Llandrillo, astudiodd Arlwyo.

**Dechrau diddordeb mewn coginio:** Pan oedd yn yr ysgol gynradd, aeth ar daith i fecws lleol yn Ninbych. Gwelodd sut roedd bara'n cael ei wneud. Pan oedd yn yr ysgol uwchradd, buodd yn gweithio yn yr un becws bob bore Sadwrn. Datblygodd ei ddiddordeb mewn bwyd wrth iddo dyfu llyisiau a physgota.

**Gwaith:** Gweithiodd Bryn yn Llundain gyda Marco Pierre White a Michel Roux J a buodd ym Mharis am ychydig o amser.

**Bwyty:** Daeth yn brif gogydd bwyty Odettes, Llundain, cyn prynu'r lle yn 2008. Ers 2015, mae'n berchennog bistro Bryn @Porth Eirias, ym Mae Colwyn.

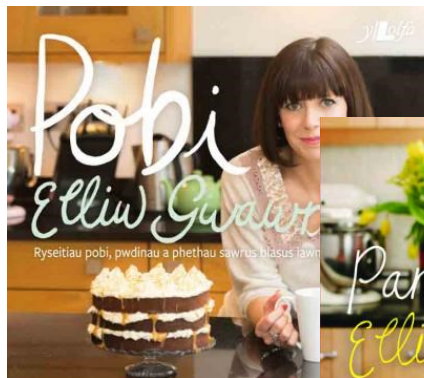
**Yr Orsedd:** Daeth Bryn yn aelod o Orsedd y Beirdd yn 2013 pan oedd yr Eisteddfod Genedlaethol yn Ninbych.

**Gwaith teledu a radio:** Mae Bryn wedi gwneud llawer o waith teledu a radio, yn Gymraeg ac yn Saesneg, gan gynnwys *Cegin Bryn* ar S4C.

**Llyfrau coginio:** Mae llyfrau Bryn yn cynnwys *Bryn's Kitchen* a *For The Love of Veg* yn Saesneg a *Tir a Môr* yn Gymraeg.

### Elliw Gwawr

**Enw:** Elliw Gwawr, o Ddolgellau



**Gwaith:** Mae Elliw Gwawr yn ohebydd gwleidyddol gyda'r BBC yn San Steffan, Llundain.



**Dechrau diddordeb mewn coginio:** Pan oedd hi'n ferch fach, dechreuodd Elliw goginio gyda'i Nain ac mae hi'n defnyddio llawer o'i hen ryseitiau hi.

**Llyfrau pobi:** Mae Eiliw wedi cyhoeddi dau lyfr pobi Cymraeg: *Paned a Chacen*, a *Pobi*. Cyn *Paned a Chacen*, doedd dim llyfr Cymraeg am bobî'n unig.

**Blog:** Mae Eiliw yn ysgrifennu blog pobi: [www.panedachacen.wordpress.com](http://www.panedachacen.wordpress.com) Mae'n lliwgar ac yn ddiddorol iawn.

**Paned a Chacen a Pobi** - Eiliw Gwawr - [Y Lolfa](#)

## Luke Thomas

**Enw:** Luke Thomas, o Gei Connah



**Dechrau diddordeb mewn coginio:** Roedd Luke yn mwynhau coginio gyda'i nain. Roedd hi'n arfer tyfu llysiau yn ei gardd. Hefyd, roedd Luke yn hoffi gwylio rhaglenni coginio Jamie Oliver ar y teledu. Pan oedd yn yr ysgol uwchradd, dechreuodd Luke weithio mewn gwesty a bwyty lleol. Enillodd wobwr 'FutureChef' pan oedd yn 15 oed.

**Gwaith:** Pan oedd yn 18 oed, Luke oedd prif gogydd ieuengaf Prydain mewn bwyty o'r enw 'Sanctum on the Green'.

**Gwaith teledu:** Mae Luke wedi ymddangos ar *Junior MasterChef*, *Great British Menu*, *Russell Howard's Good News* a *Britain's Youngest Chef*.

**Gwefan:** Gallwch weld rai o ryseitiau Luke ar [www.lukethomas.co.uk](http://www.lukethomas.co.uk) neu allwch ei ddilyn ar Instagram: [@cheflukethomas](#).

**Geirfa**

<b>Cymraeg</b>	<b>Disgrifiad</b>	<b>Saesneg</b>
arlwyo	sut mae bwyd yn cael ei baratoi	catering
gohebydd	rhywun sy'n adrodd storïau newyddion	reporter
gwleidyddol	am fyd gwleidyddiaeth	political
San Steffan	lle mae Senedd Prydain yn cwrdd	Westminster



## Adolygiad Bwyty

Rydyn ni i gyd, siŵr o fod, wedi bod allan i fwyta: mewn lle pítsa, yn McDonalds, neu efallai mewn gwesty crand hyd yn oed. Dyma enghraifft o **adolygiad**, lle mae person yn rhoi ei farn am y bwyty a'r bwyd y mae wedi'i fwyta.



gan: [Elin](#) 24 Chwefror 2017

### Giovanni's

Mae'r bwyty Eidalaid Giovanni's wedi bod ar Heol y Parc ers rhyw chwe mis, ond doeddwn i ddim wedi bod yno erioed. Ond daeth cyfle nos Lun ddiwethaf, pan aeth pedwar ohonon ni allan i fwyta.

Dydy'r bwyty ddim yn fawr iawn; mae'n adeilad eithaf cul. Mae'r gegin yn y cefn ac mae'n bosib gweld y cogyddion yn paratoi'r bwyd. Efallai fod lle i 20 o bobl, ond dim mwy. Mae lliain bwrdd coch tywyll dros bob bwrdd a channwyll fach ar bob un. Maen nhw'n chwarae cerddoriaeth Eidalaid yn y cefndir, felly mae'r awyrgylch yn hamddenol braf.

Cefais fy synnu o weld bod y lle bron yn llawn ar nos Lun. Roedd hynny'n arwydd da. Roedd dau weinydd yno i'n croesawu, a chawson ni ein diodydd bron yn syth.

Doeddwn i ddim yn disgwyl gormod, a bod yn onest. Mae'r fwydlen yn syml iawn, y math o beth sydd ym mhob bwyty Eidalaid: pasta a phítsa! Ond, cefais siom o'r ochr orau.

I ddechrau, ces i gawl y dydd, cennin a chaws Stilton. Roedd y bara cartref yn ffres ac yn flasus dros ben.



Roedd y prif gwrs, sef *Linguine Marinara* – pasta bwyd môr mewn saws tomato cyfoethog – yn arbennig o dda. Roedd y cyflwyniad yn syml ond roedd blas y saws yn nefolaidd. Gofynnais am gaws Parma ar ei ben ac roedd hwnnw'n hyfryd o hallt.

Roedd pawb yn canmol yn fawr gan fod hen ddigon o fwyd, a hwnnw'n fwyd blasus. Roedd boliau pawb yn dynn erbyn diwedd yr ail gwrs.

OND... roedd lle i bwdin, wrth gwrs! Gan ein bod mewn bwyty Eidalaid, roedd rhaid dewis tiramisu. Roedd hwnnw'n baradwys mewn powlen! Ardderchog yn wir.



Pryd gwych a rhesymol – £16.99 am dri chwrs swmpus, neu allech chi ddewis dau gwrs am £13.99.

Mae gwefan gan Giovanni's sy'n cynnwys y fwydlen a gwybodaeth am sut i gysylltu â nhw. Ond dydyn nhw ddim yn defnyddio'r cyfryngau cymdeithasol i farchnata. Yn amlwg, does dim angen gwneud hynny. Maen nhw'n cynnig bwyd Eidalaid da, ac rwy'n sicr fod pawb sy'n bwyta yno'n argymell y lle i'w ffrindiau a'u teuluoedd.

Giovanni's, Heol y Parc, Llanaber, 01987 654321

## Dydd Mawrth Crempog

### Cyfarwyddiadau

- Gwylwch y fideo unwaith heb edrych ar y cwestiynau.
- Yna darllenwch y cwestiynau hyn cyn edrych ar y fideo eto.
- Trafodwch yr atebion.

1. Pa enwau arall am ddydd Mawrth Crempog sydd ar ddechrau'r darn?
2. Faint o ddiwrnodau sydd cyn y Pasg?
3. Pa dri pheth sydd eu hangen i wneud crempog?
4. Beth yw'r gair am 'bethau i lenwi crempog'?
5. Llenwch y bylchau hyn yn y rysáit :

.....	<b>o laeth</b>
<b>2</b>	.....
<b>225g</b>	o ..... plaen
<b>Pinsied</b>	o .....
<b>25g</b>	o ..... wedi toddi

6. Pa fath arall o flawd y gallwch chi ei ddefnyddio mewn crempog?
7. Ym mha ddwy wlad maen nhw'n gwneud y math yma o grempogau tew gyda bacwn, a tsili, ac ati?
8. O ble mae'r bancosen olaf yn dod?

9. Gorffennwch y dywediad: Dydd Mawrth Ynyd, crempog bob

.....

10. Beth yw'r enwau Cymraeg eraill am grempog sy'n cael eu dangos?

11. Beth yw'r enw Saesneg sy'n dod o'r gair 'crempog'?

12. Beth mae pobl Caerfyrddin yn hoffi ei roi fwyaf yn eu crempogau?

## Hunluniau bwyd

Yn 2013, Gair y Flwyddyn Geiriadur Saesneg Rhydychen oedd 'selfie', neu 'hunlun' yn Gymraeg. Yn y cyfamser, mae'r **hunlun bwyd** (*food selfie*) wedi dod yn boblogaidd iawn ar y cyfryngau cymdeithasol.

Dyma farn rhai pobl ifanc am yr hunlun bwyd, a chwiwiau hunluniau (*selfie crazes*) eraill:

**Steffan:** Dwi'n aml yn tynnu hunluniau bwyd os ydw i'n cael pryd arbennig. Weithiau dwi'n tynnu llun o'r bwyd ysgol ac yn ychwanegu sylw! Dim ond tipyn bach o hwyl yw e.

**Beca:** Dwi ddim yn hoffi gweld hunluniau bwyd. Does gen i ddim diddordeb mewn beth mae pobl yn ei fwyta. Weithiau mae pobl yn anfon lluniau o fwyd ffiaidd. Ych-a-fi!

**Katie:** Mae rhai bwytai'n gwahardd pobl rhag tynnu hunluniau bwyd. Dwi'n gweld hynny'n rhyfedd, achos mae'r cogyddion eu hunain bob amser yn dwlu ar ddangos lluniau o'u bwydydd ar wefan eu bwyty. Os yw'r bwyd yn dda, maen nhw'n cael hysbyseb am ddim!

**Tom:** Mae'n debyg fod Michelle Obama wedi dweud wrth ei merched am beidio ag anfon hunluniau bwyd at eu ffrindiau. Roedd hi'n dweud wrthyn nhw am anfon lluniau am bethau pwysicach. Dwi ddim yn siŵr a ydw i'n cytuno. Os oes diddordeb gan y ffrindiau yn y bwyd y mae'r merched yn ei fwyta, pam lai?

**Beca:** Darllenais i yn rhywle eich bod chi'n mwynhau eich bwyd yn well os ydych chi'n tynnu llun ohono'n gyntaf. Mae'n debyg fod aros am ychydig cyn dechrau bwyta'n beth da.

**Steffan:** Beth am 'selfie crazes' yn gyffredinol, 'te? Beth yw eich barn chi amdany'n nhw?

**Katie:** Mae rhai'n gwneud lles, er enghraifft, cododd yr 'Ice Bucket Challenge' lawer o arian rai blynyddoedd yn ôl. Degau o filiynau o bunnau, a dweud y gwir.

**Tom:** Ond roedd rhai pobl yn cymryd rhan ond ddim yn rhoi dim byd i'r elusen.

**Steffan:** Dwi ddim yn deall y chwiw ddiweddaraf – taflu eich ffôn i'r awyr a thynnu llun ohonoch chi eich hun yn curo eich dwylo. Mae honna'n un ryfedd iawn, rhaid dweud!

## Llond silff o lyfrau pobi

Dyma gerdd am ein hoffter o brynu llyfrau pobi.

Llond Silff o Lyfrau Pobi

Llond silff o lyfrau pobi,  
Rhai lliwgar, trwchus iawn,  
Mae pump gan Mary Berry  
Yn llawn o'i dysg a'i dawn.

Mae llyfrau pobi bara  
Gan Paul yn haeddu'u lle,  
Ac wrth imi fodio'r rheini,  
Rwyf yn fy seithfed ne'.

Does wybod pryd defnyddiais  
Y rhain; does gen i 'm co';  
Mae'r tuniau a'r cymysgwr  
O'r golwg nawr ers tro.

Rwy'n gwylio'r holl raglenni,  
Yn gweld y dawnus rai'n  
Coginio ac yn pobi;  
Mae'u bwrlwm yn ddi-drai.

Mi brynaf deisen arall  
Er nad 'wy'n gwybod pam,  
Gan gwyno nad yw cystal  
Â'r rhai a wnâi fy mam.

Nid oes aroglau pobi  
Yn treiddio'r nos na'r dydd;  
Rwy'n hapus yn oddefol  
Heb wneud dim byd o fudd.

### **Effaith ddiwylliannol y Bake Off, yn ôl gwefan Wikipedia:**

Mae'r sioe wedi dod yn rhan bwysig o ddiwylliant Prydain ac wedi ysgogi diddordeb mewn pobi gartref. Mae archfarchnadoedd a siopau eraill yn y DU

yn dweud bod llawer mwy o gynhwysion ac offer pobi'n cael eu gwerthu. Mae mwy o lyfrau pobi yn cael eu gwerthu, hefyd mae mwy o glybiau pobi a mwy o boptai annibynnol wedi cael eu sefydlu. Yn ôl un dadansoddwr, mae dros 60% o oedolion y DU wedi pobi gartref o leiaf unwaith yn 2013, o'i gymharu â 33% yn unig yn 2011.



## Diwrnod Rhyngwladol Prydau Ysgol



Mae Diwrnod Rhyngwladol Prydau Ysgol yn cael ei gynnal ddydd Iau, 9 Mawrth 2017. Mae diwrnod o'r fath wedi bod yn cael ei gynnal ers 2017.

### Beth yw diben y diwrnod?

- Annog disgyblion i fwyta'n iach
- Rhoi gwybod bod prydau ysgol yn cynnwys bwyd da
- Dangos bod cysylltiad rhwng bwyta'n iach, addysg a dysgu'n well
- Rhannu storïau am brydau bwyd ysgol ledled y byd.



### Jamie Oliver a Phrydau Bwyd Ysgol

Heddiw, rydyn ni'n cymryd yn ganiataol fod prydau ysgol yn brydau bwyd iach. Ond doedd hi ddim felly bob amser. Roedd bwyd sothach fel 'chicken nuggets' a 'turkey twizzlers' yn arfer bod ar fwydlenni'r ysgol. Felly, yn 2005, dechreuodd Jamie Oliver, y cogydd, ymgyrchu dros gael prydau ysgol iachach. Drwy'r rhaglen *School Dinners*, dangosodd sut roedd hi'n bosib cael prydau bwyd iach a rhad mewn ysgolion yn lle'r bwyd sothach.

Dyma rai o'r pethau yr oedd Jamie yn eu dweud ar y pryd:

**Barn Jamie Oliver**

Dydy plant ddim yn cael y maetholion cywir i'w helpu i dyfu, i ganolbwyntio yn yr ysgol ac i fod yn iach pan fyddan nhw'n oedolion.

Mae plant yn mynd yn dewach. Erbyn hyn mae 15% o'r holl blant o dan 11 yn ordew. Mae plant tew yn fwy tebygol o fod yn ordew pan fyddan nhw'n oedolion. Felly gallai fod ganddyn nhw broblemau iechyd difrifol. Mae gwyddonwyr yn credu mai dyma'r genhedlaeth gyntaf o blant a fydd yn marw cyn eu rhieni oherwydd eu bod nhw'n afiach.

Mae mwy a mwy o blant yn bwyta byrbrydau yn lle pryddau go iawn. Felly maen nhw'n bwyta mwy o fwydydd nad yw'n iach.

Dydy llawer o blant ifanc ddim yn gwybod sut i osod y bwrdd neu ddefnyddio cyllell a fforc.

Mae athrawon yn dweud bod disgyblaeth yn waeth yn y prynhawn, ar ôl i'r disgyblion fwyta bwyd wedi'i brosesu sy'n llawn o siwgr, halen, braster ac ychwanegion eraill. Mae yna fwy a mwy o dystiolaeth wyddonol sy'n dweud bod deiet bwyd sothach yn cael effaith wael ar ymddygiad disgyblion.

Ddeng mlynedd yn ddiweddarach, yn 2015, dywedodd Jamie nad oedd ei ymgyrch wedi llwyddo. "Y broblem yw bod bwyta'n iach yn cael ei ystyried yn rhywbeth 'posh' a 'dosbarth canol' i'w wneud. Gwaetha'r modd, dydy pobl ddosbarth gweithiol ddim yn teimlo eu bod yn gallu fforddio bwyd ffres a choginio pryddau o'r dechrau. Mae'n rhaid bod bwydydd iach, ffres yn rhatach na phryddau parod sy'n llawn halen a siwgr.'

## Gwyliau bwyd ym mhobman!

Darllenwch y darn hwn:

O Gonwy i Gasnewydd, o'r Fenni i'r Wyddgrug, ac o Sir Benfro i Langollen, mae gwyliau bwyd wedi tyfu fel madarch ledled Cymru dros y blynyddoedd diwethaf. Mae gwyliau'n digwydd drwy gydol y flwyddyn, ac yn enwedig dros yr haf.

Mae rhai gwyliau, fel Wythnos Bysgod Sir Benfro a Gŵyl Bysgod Aberaeron yn canolbwyntio ar bysgod, ond mae'r rhan fwyaf yn wyliau bwyd a diod o bob math.

### Y Fenni'n arwain y ffordd

Gŵyl Fwyd y Fenni yw un o'r rhai hynaf yng Nghymru. Mae'n cael ei chynnal ym mis Rhagfyr, ychydig wythnosau cyn y Nadolig.

Cafodd ei sefydlu yn 1999 gan ddau ffermwr lleol oedd eisiau dangos bod ffermydd lleol yn cynhyrchu bwydydd gwych. Yn 1999 aeth tua thair mil o bobl i'r Wyl, ac roedd llond dwrn o wirfoddolwyr yn rhedeg y stondinau. Erbyn hyn, mae dros 30,000 o bobl yn ymweld â hi ac mae'r Wyl yn costio tua £420,000 i'w chynnal.







## **Beth allwch chi ei ddisgwyl mewn gŵyl fwyd?**

Yn ogystal â degau o stondinau, gallwch ddisgwyl:

- gweithdai coginio
- arddangosfeydd coginio
- cyfle i brofi bwyd
- cerddoriaeth fyw
- teithiau cerdded i chwilio am fwyd 'gwyllt'
- gweithgareddau o bob math i blant
- celf a chrefft

Fel y gwelwch chi o'r rhestr, nid dim ond profi bwyd mae pobl eisiau ei wneud nawr, ond hefyd maen nhw eisiau gwneud rhywbeth ymarferol, e.e. gwneud pice ar y maen neu wneud selsig.

## **Cyfraniad i'r ardal leol?**

Os edrychwch chi ar wefannau gwyliau bwyd Cymru, maen nhw'n aml yn pwysleisio'r cyfraniad y maen nhw'n ei wneud i'r economi leol. Er enghraifft, mae Wythnos Bysgod Sir Benfro yn cyfrannu tua £2.7 miliwn i'r economi leol. Yn ôl Nick Miller, sydd wedi ymchwilio i gyfraniad gwyliau bwyd, maen nhw'n werth hyd at £35 miliwn i economi Cymru.

Hefyd, mae gwyliau'n gwneud cyfraniad cymdeithasol. Er enghraifft, yng Ngŵyl Fwyd y Fenni:

- Mae dros 120 o bobl ifanc leol yn cael gwaith stiwardio, golchi llestri, torri bwyd, ailgylchu a glanhau. Dyma'r tro cyntaf i rai ohonyn nhw gael eu talu am weithio.
- Mae plant ifanc yn dysgu coginio
- Mae corau, bandiau a cherddorfeydd lleol yn perfformio.

Y peth pwysicaf yw bod gwyliau bwyd yn hwyl. Pan fydd gŵyl fwyd yn dod i'r dref, mae'n amser cael parti – ac mae pawb yn mwynhau parti!

Images © Crown copyright 2016 (Visit Wales).

Lluniau © Hawlfraint y Goron 2016 (Darganfod Cymru).