**Heriau Plant Creadigol Sir Ddinbych**

*Gweithgareddau hawdd, hwyliog, creadigol ac iachus i blant eu cael yn ystod COVID-19*

Mae gan coginio gyda phlant fanteision addysgol ac iechyd gwych, o fedru ymarfer sgiliau mathemateg i archwilio gwahanol gynhwysion. Yn ystod y cyfyngiadau COVID-19 presennol, nid yw bwydo eich hunan a'ch teulu yn ‘bicnic’. Gall gymryd ychydig o greadigrwydd coginio er mwyn osgoi gorfod troi at Pot Noodles! Wrth gwrs, ar hyn o bryd, nid yw hi’n bosibl bob amser ddod o hyd i’r holl gynhwysion ‘rydych eu hangen, ond ’rydym yn siŵr y byddwch yn gallu ateb ein her i ddod o hyd i ffyrdd o wneud pethau'n fyrfyfyr ac yn greadigol.

Mae’r trydydd o'n Heriau Cyffrous Plant Creadigol Sir Ddinbych yn cychwyn heddiw - ac yn un coginio arall - p’un a ydych chi gartref neu yn yr ysgol yn Sir Ddinbych. Bydd mynediad mewn tri chategori oedran - **hyd at 7 oed**, **7 i 11 oed** a **12-14 mlwydd oed**.

**Her Rhif 3**

**Cinio ‘Lockdown’: Bwydwch eich teulu am pumpunt**

*Bwydo eich hunan a’ch teulu efo pryd am ddim mwy na pumpunt ar gyfer y cyfle i ennill copi o lyfr coginio i blant.*

Dim ond **10 diwrnod** sydd gennych i ddyfeisio cinio y byddech yn ei goginio i’ch teulu am ddim mwy na £5 yn ystod y ‘lockdown’. Gall eich cinio fod yn unrhyw beth, cymaint o gyrsiau ag y dymunwch, cyn belled â’i fod yn hawdd i chi ei wneud, yn iach a bod cyfanswm ei gost o **ddim mwy na £5**.

Cwblhewch y **ffurflen gais**, ei e-bostio atom, ynghyd â **ffotograff** o’ch Cinio ‘Lockdown’ super-blasus, iach i **sarah.dixon@sirddinbych.gov.uk** erbyn **5yp Ddydd Mercher 27 Mai 2020**.

Bydd eich cynigion yn cael eu beirniadu gan banel o gogyddion ysgol o’r radd flaenaf a chaiff enillwyr eu cyhoeddi drwy Trydar **@cyfoeth\_enrich** **Ddydd Mercher 3 Mehefin 2020**.

**Gwobrau:** Bydd enillydd pob categori oedran yn derbyn copi o lyfr coginio i blant sy’ mwyaf poblogaidd yn y siopau llyfrau ar hyn o bryd.

Am ragor o fanylion, cysylltwch â Paula Roberts, Cydlynydd Ysgolion Iach - **paula.roberts@sirddinbych.gov.uk** / **01824 712059**

**NODER: Oni bai y cyfarwyddir fel arall, tybir y bydd caniatâd yn cael ei roi'n garedig i gyhoeddi enwau enillwyr gwobr. Rhowch tic yn y blwch i gytuno **

**Heriau Plant Creadigol Sir Ddinbych**

*Gweithgareddau hawdd, hwyliog, creadigol ac iachus i blant eu cael yn ystod COVID-19*

**Her Rhif 3** - **Cinio ‘Lockdown’: Bwydwch eich teulu am pumpunt**

Llenwch y ffurflen hon a'i chadw ar ffurf **PDF *(os gallwch)*** a'i ebostio at **sarah.dixon@sirddinbych.gov.uk** erbyn **5yp Ddydd Mercher 27 Mai 2020**. Peidiwch ag anghofio atodi **ffotograff** o'ch cinio iachus super blasus!

|  |  |
| --- | --- |
| **ENW:** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **BLWYDDYN:** |  | **YSGOL:** |

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

**CYNHWYSION**

Rhestrwch y cynhwysion rydych chi wedi'u dewis ar gyfer eich **Cinio ‘Lockdown’**

|  |
| --- |
|  |

**Cinio ‘Lockdown’** - Ysgrifennwch/Teipiwch eich dull

|  |
| --- |
|  |

**Heriau Plant Creadigol Plant Sir Ddinbych**

*Gweithgareddau hawdd, hwyliog, creadigol ac iach i blant eu cael drwy COVID-19*

**Her Rhif 3** – **Cinio ‘Lockdown’: Bwydwch eich teulu am pumpunt**

**Cost eich Cinio ‘Lockdown’**

Rhestrwch eich cynhwysion, a chyferbyn pob un, rhowch fanylion y gost. Adiwch y cyfan at ei gilydd i gael cyfanswm (a chofiwch **na ddylai** eich Cinio ‘Lockdown’ gostio mwy na £5!) *Er enghraifft: Os bydd un afal yn costio 20c ac ’rydych wedi defnyddio hanner afal, byddai'r gost yn 10c. Gallwch ofyn i riant/gofalwr eich helpu gyda'ch mathemateg os oes angen!*

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Cynhwysion** | **Yn costio** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| **Cyfanswm** | **£** |

 |

**NODER: Oni bai y cyfarwyddir fel arall, tybir y bydd caniatâd yn cael ei roi'n garedig i gyhoeddi enwau enillwyr gwobr. Rhowch tic yn y blwch i gytuno **

Diolch yn fawr i chi am eich holl waith caled drwy ymuno â **Her Plant Creadigol Sir Ddinbych**.

’Rydym yn edrych ymlaen yn fawr at farnu eich ceisiadau a gweld eich holl syniadau.

Unwaith y bydd wedi'i gwblhau, arbedwch y ffurflen fel **PDF** ***(os gallwch)*** ac yna ei ebostio i **sarah.dixon@sirddinbych.gov.uk**, ynghyd â **ffotograff** o’ch Cinio ‘Lockdown’ iach a blasus.

***Pob lwc!***