

Name: _____

Date: _____

Bwyta'n Iach

M J P Y T R W B C H O O D X B W K C Q I K F V N
P N W X F Y W J E X U Q E W M A E O F J W Y J A
Q Y E P G D M O K N S P K K H B H R Q G X J W A
Q H E H K G X H X P B W X V X F G J Q H Y B J E
I S H Z F R M F I E O H G X G W B S X G D B U I
T W O G F C U I S X X Y C N I E T Q X N E L A H
D P N O I L O A L C J X L S U Z T W R Z G J U U
A N E I G B O G S X K W G O R M O D O P X U E A
G H D C J X K R R Y X D Y L L M I E S M K O O I
K F D I Z E B O D R W B D Q T U C F A M K M O R
K O G A I A W S U E E P X M O S T Q R Y U Q H O
F M C U E B F I J A M T I P Q B M E T L K T K L
D G J H O F Y E M U H Y S L K D P Y V N H N R A
F L Q B B L H Q E E C W G A L K Y C R P W Y S C
C A C L I A S E S A V H B N R O M L J A J W U E
T W S Y W N N Y C L E Z E S Y B C Z C X U K X S
Y F K X C P X B L E T Q Q L M H N F Y Y B K S B
R U U V E O B K O I Z I P V M U W R Z W S M H G
Z A N N C X H I V D F A I O X E I F N M T Z R O
S H H Y F J E P D G N L V G E Q W T E M X S V M
Y I H C I G W R D D T L F X L Q N N Q H Y G J M
M P L B J S W P H K H L W A H T D E I W Z S X P
S B E D T G C K Z W A A W J L L A W N O V M N M
N W E M L E S I G R X T B I P B Z R R M G F V C

colli pwysau
uchel mewn
caloriau
llawn o
halen

yn gymedrol
isel mewn
seimllyd
braster
llai

ddrwyg i chi
gormod o
cynnwys
siwgr
mwy