

Enw: _____

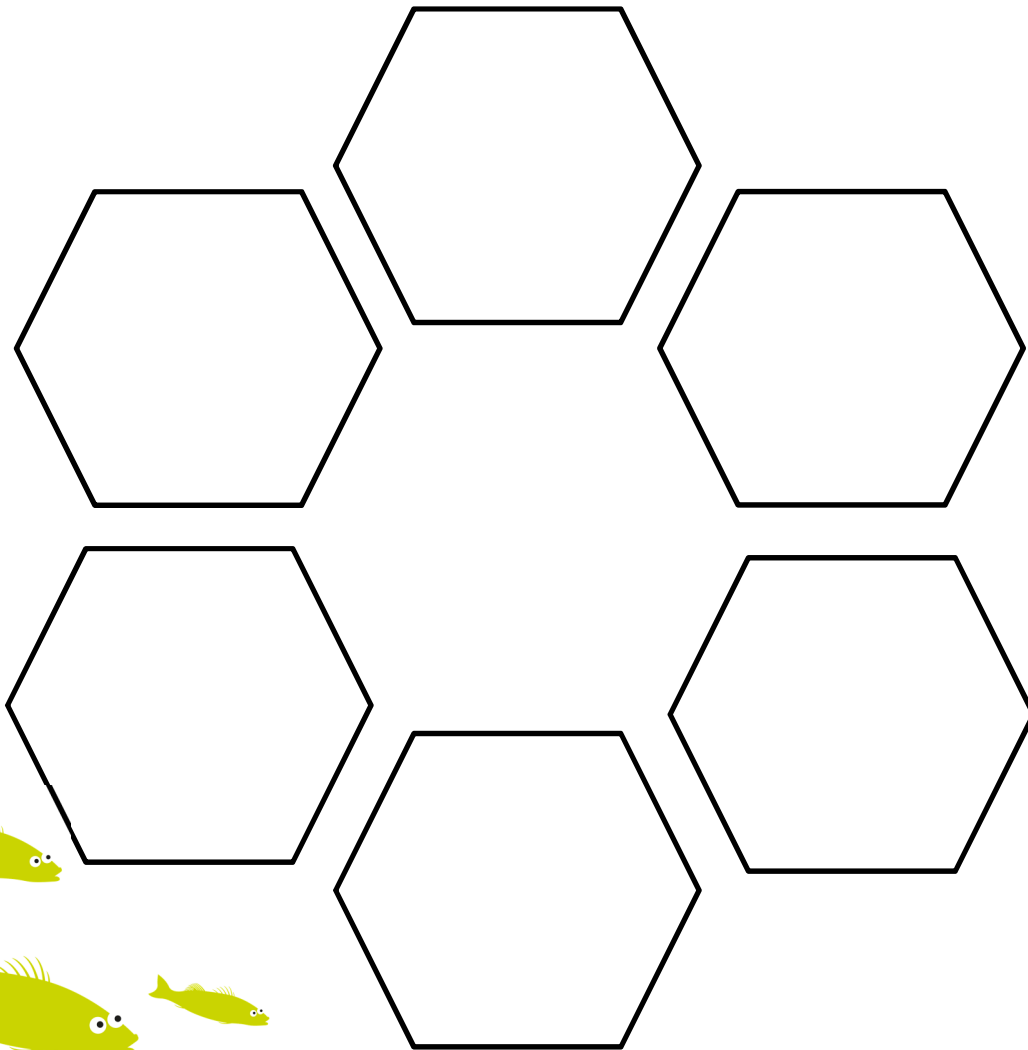
Dyddiad: _____

Cynhwysion ryseitiai

Gwylwch fideo rysáit pysgod. Tynnwch lun neu ysgrifennwch y cynhwysion yr ydych yn eu gweld yn y siapiau isod.

Tynnwch lun o'r rysáit wedi'i orffen yng nghanol y cynhwysion.

Mae'r rysáit yma ar gyfer _____

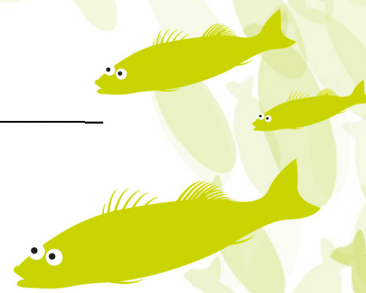


Pa bysgodyn sy'n cael ei ddefnyddio yn y rysáit yma?

Rhestrwch y ffrwythau a'r llysiau yn y rysáit yma:

Enw: _____

Dyddiad: _____



Fy rysáit pysgod

Fe wnes i _____

Fe wnaethon ni ddefnyddio'r cynhwysion yma:

Fe wnaethon ni ddefnyddio'r offer yma:

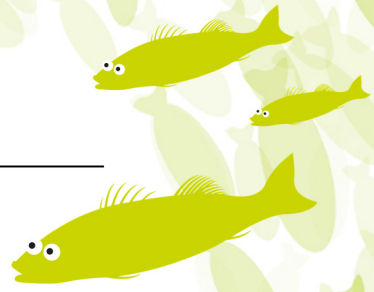
Dyma beth wnaethon ni:

Roedd e'n blasu yn:

Y tro nesaf fe fyddwn i yn:

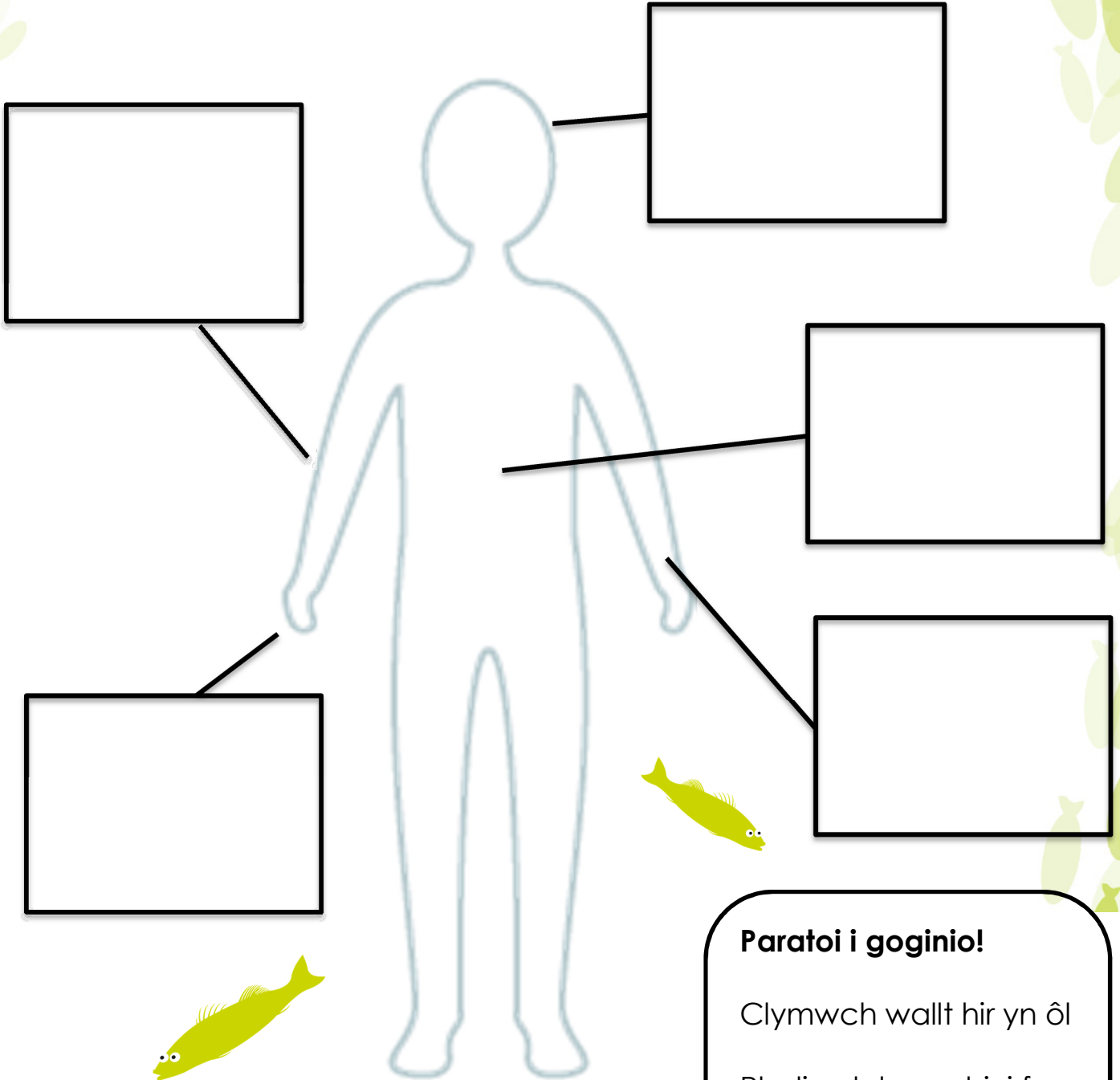
Enw: _____

Dyddiad: _____



Rwy'n barod i goginio

Tynnwch lun ym mhob blwch i'ch helpu i gofio sut i baratoi i goginio.



Lluniwch rigwm neu rap i helpu pobl i gofio sut i baratoi i goginio.

Paratoi i goginio!

Clymwch wallt hir yn ôl
Rholiwch lewys hir i fyny
Tynnwch pob gemwaith
Gwisgwch ffedog
Ymolchwch eich dwylo