Cardiff Foodbank
Banc Bwyd Caerdydd
Together with Trussell

Calendr Adfent

Tu Chwith

Am 24 diwrnod rhwng nawr a'r Nadolig, beth am gyfrannu eitem bob dydd o'r rhestr isod. Rhowch yr eitemau mewn bag neu flwch a'u gollwng yn ein warws erbyn **dydd Gwener 18fed Rhagfyr**.

1 Cawl (tun)	2 Siampŵ	3 Grawnfwydydd	4 Tomatos (tun)	5 Reis	6 Diaroglydd
7 Bisgedi	8 Losin	9 Pysgod (tun)	10 Coffi	11 Jam	12 Sebon
13 Te	14 Siocled	15 Sudd ffrwythau hir-oes	16 Cwstard	17 Llysiau (tun)	18 Sawsiau coginio
19 Tatws (tun)	20 Cig (tun)	21 Papur tŷ bach	22 Pwdin reis	23 Llaeth UHT hir-oes	24 Ffrwythau (tun)

cardiff.foodbank.org.uk

Elusen a gofrestrwyd yng Nghymru a Lloegr 1139456