

Caban Y Faenol CYF

Polisi Pecyn Bwyd Iach

Nod

Mae pob pecyn cinio a ddygir i mewn i Caban Y Faenol wedi'i becynnu'n ddiogel, yn iach, (yn seiliedig ar y safonau cenedlaethol a osodwyd ar gyfer ciniawau ysgol) ac yn cael ei fwyta o amgylch profiad bwyta cadarnhaol.

Yng Nghaban Y Faenol, credwn fod hawliau a llais y plentyn o'r pwys mwyaf a dylid rhoi blaenoriaeth iddynt ym mhob agwedd ar ein gwaith. Rydym wedi llunio'r polisi hwn wrth ystyried Confensiwn y Cenhedloedd Unedig ar Hawliau (CCUHP). Rydym wedi gwneud y polisi hwn mewn perthynas â'r erthyglau canlynol o'r CCUHP.

Erthygl 3 - (buddiannau gorau'r plentyn) Rhaid i fuddiannau gorau'r plentyn fod yn flaenoriaeth ym mhob penderfyniad a gweithred sy'n effeithio ar blant.

Erthygl 24 - (iechyd a gwasanaethau iechyd) Mae gan bob plentyn yr hawl i'r iechyd gorau posibl. Rhaid i lywodraethau ddarparu gofal iechyd o ansawdd da, dŵr glân, bwyd maethlon, ac amgylchedd glân ac addysg ar iechyd a lles fel y gall plant aros yn iach.

Erthygl 27 - (safon byw ddigonol) Mae gan bob plentyn yr hawl i safon byw sy'n ddigon da i ddiwallu eu hanghenion corfforol a chymdeithasol a chefnogi eu datblygiad.

Bydd Caban Y Faenol yn:

- Sicrhau y rhoddir y dewis i blant yn y Cylch Meithrin a'r dosbarth meithrin yn yr ysgol gael cinio ysgol os ydynt yn dymuno. Bydd taliad am hyn yn cael ei ychwanegu at eu hanfoneb fisol.
- Darparu amgylchedd diogel a glân i blant fwyta eu cinio pecyn.
- Storio cinio pecyn mewn lle oer a sych.
- Caniatáu i blant sydd â chinio pecyn a chinio ysgol eistedd gyda'i gilydd.
- Darparu dŵr yfed am ddim i bob plentyn.
- Sicrhau y bydd plant sydd â chinio pecyn ac sydd ag alergeddau ac anoddefiadau bwyd yn cael eu cefnogi gan staff.

DYLAI PECYNAU BWYD CYNNWYS YR EITEMAU HYN BOB DYDD -

- Bwyd egni – dewiswch fathau grawn cyflawn fel bara, pasta, cwscws, reis, chapatis a lapiau.
- Bwyd protein – fel cig, pysgod, cynnyrch llaeth, wyau, corbys a ffa.
- O leiaf 1 dogn neu fwy o lysiau.
- 1 dogn o ffrwythau.

Caban Y Faenol CYF

- Bwyd Ilaeth – fel Ilaeth, caws, iogwrt, neu ddewis arall Ilaeth sy'n seiliedig ar blanhigion ac sy'n gyfoethog mewn calsiwm.
- Diod o ddŵr, Ilaeth neu sudd ffrwythau.

GALL PECYNAU BWYD GYNNWYS YN ACHLYSUROL (tua unwaith yr wythnos) -

- Eitemau bwyd sy'n seiliedig ar gig fel rholiau selsig a phasteiod
- Cacennau a bisgedi.

NI DDYLAI PECYNAU BWYD CYNNWYS -

- Byrbrydau sy'n uchel mewn halen fel creision – yn lle hynny, cynnwys popcorn plaen, ffyn llysiâu, hadau, craceri sawrus neu ffyn bara.
- Melysion fel melysion, bariau siocled – yn lle hynny, cynnwys ffrwythau, flapjack.
- Diodydd meddal – diodydd pefriog, diodydd sgwosh (mae'r rhai sydd wedi'u labelu heb siwgr ychwanegol neu heb siwgr yn cynnwys melysyddion niweidiol ac yn annog blas am fwyd a diodydd melys).

ASESIAD AC ADOLYGIAD

Bydd y polisi cinio pecyn yn cael ei anfon adref pan ddaw eitemau i mewn i'r Caban nad ydynt yn bodloni'r safonau. Os bydd hyn yn parhau'n rheolaidd, cysylltir â rhieni i drafod y mater.

CYSYLLTIADAU DEFNYDDIOL AM WYBODAETH BELLACH

Hafan - Bwyd am Oes

Safonau bwyd ysgol: adnoddau ar gyfer ysgolion - GOV.UK (www.gov.uk)

Syniadau a ryseitiau bocs cinio – Teuluoedd Iachach - GIG (www.nhs.uk)