

Bwyta'n dda am Lai.

Mae'r gyfres boblogaidd, *Bwyta'n dda am Lai*, yn ôl ac yn chwilio am deuluoedd i gymryd rhan!

Rydyn ni yn chwilio am bobl sydd eisiau arbed arian ar eu bil siopa wythnosol.

Ydych chi yn talu **mwy a mwy** am eich bil bwyd?

Ydych chi **eisiau arbed arian**

ond yn teimlo o dan bwysau i gynnig y dewis arferol o brydau?

Efallai bod eich **iechyd yn golygu** bod eich deiet wedi ei gyfyngu?

Ydych chi yn **chwilio am ysbrydoliaeth**?

Ydych chi angen ail edrych ar bethau oherwydd bod newidiadau i'ch **sefyllfa arianol**?

Neu, tybed ydych chi wedi **hen ddiflasu ar goginio'r un bwydydd** yn wythnosol?

Mae'r cogydd **Gregg Wallace** a'r grosêr **Chris Bavin** sydd wedi ennill gwobrau, yn bwriadu profi nad yw hi yn amhosib i deuluoedd arbed arian a pharhau i baratoi prydau bwyd blasus a maethlon. Eu gobaith yw edrych yn fanwl ar arferion siopa teuluoedd yn y DU ac yna estyn cymorth drwy ddangos sut i chwilio am y bwyd rhataf ond sydd hefyd o ansawdd da.

Os oes gennych ddiddordeb bod yn rhan o hyn, cysylltwch â ni HEDDIW!

BBC1's hit show '*Eat Well For Less?*' is BACK and looking for households to take part!

Eat Well For Less? is on the hunt for families / households looking to save money on their food shop!

Is the cost of your weekly food shop **spiralling out of control**?

Perhaps you're **desperate to save**

but under pressure to keep providing the household favourites?

Or do your **health requirements** affect your diet?

Are you in need of some **new inspiration**?

Maybe you need help adjusting to a new **financial situation**?

Or are you just **bored of buying and cooking the same foods** every week?

... Masterchef's **Gregg Wallace** & award winning grocer **Chris Bavin** are on a mission to prove that it is possible for families to save money on their food budget without scrimping on taste and nutrition. They hope that by analysing the shopping habits of UK families, they can help to show where we can source the best and cheapest quality food. We're currently on the hunt for families / households to take part in our new series – so get in touch with the team TODAY!

Email: eatwell@rdftelevision.com or **Call:** 0117 970 7682

Any information which you give us will be processed in accordance with our Privacy Notice, a copy of which is available on request