



Eisteddfod
a'r Celfyddydau

EISTEDDFOD YR URDD YNYS MÔN 2026

**PECYN GWYBODAETH I GYSTADLEUWYR
COMPETITORS INFORMATION PACK**

COGURDD 2026

COGURDD BL.4 - 6 / YR. 4 - 6

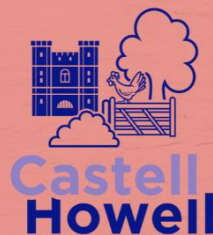
COGURDD BL.7 - 9 / YR. 7 - 9

COGURDD BL.10 - 13 / YR. 10 - 13

BEIRNIAID: / ADJUDICATORS:

BL/YR 4-6 - LLIO ANGHARAD

BL/YR 7 - 9 + BL/YR 10-13 - CHRIS SUMMERS



Sut i gystadlu?

- Ymaelodwch â'r Urdd drwy'r Porth - <https://porth.urdd.cymru/>
- Cofrestrwch i gystadlu yn y categori oedran cywir drwy'r Porth cyn y dyddiad cau. Bydd dyddiadau cau rowndiau rhanbarthol yn amrywio o ardal i ardal.

Dyddiad cau
cofrestru
CogUrdd
20fed o Hydref

Trefn y gystadleuaeth

- Trefnir Rownd Ysgol yn annibynnol ar gyfer categori oedran Bl.4, 5 a 6, Bl.7, 8 a 9 yn unig yn eich ysgolion neu adran **cyn yr 20fed o Hydref 2025**. Cyfrifoldeb yr ysgol neu adran yw trefnu lleoliad a beirniad ar gyfer y rownd yma. Bydd enillwyr y Rownd Ysgol yn cystadlu yn y Rownd Rhanbarth
- Trefnir Rownd Rhanbarth gan eich Swyddog Lleol cyn y **5ed o Ragfyr 2025** ar gyfer Bl.4, 5 a 6, Bl.7, 8 a 9 a Bl 10-13.
- Mewn rhanbarthau lle mae hyd at 5 ysgol yn cystadlu, caniateir 2 gystadleuydd o bob ysgol i fynychu'r Rownd Rhanbarthol. Pan fo 6 ysgol neu fwy, 1 yn unig o bob ysgol a ganiateir. Os oes mwy o ysgolion na gorsafoedd gwaith yn lleoliad y Rownd, bydd angen i'r Swyddog gynnal dwy sesiwn
- Gwahoddir enillwyr holl Rowndiau Rhanbarth i gystadlu yn Rownd Cenedlaethol CogUrdd yn ystod wythnos Eisteddfod yr Urdd Ynys Môn rhwng **Mai y 23ain a Mai 29ain 2026**.

CATEGORI OEDRAN	ROWND	BETH I GOGINIO?
Blwyddyn 4 - 6	Ysgol	Brechdan agored
Blwyddyn 4 - 6	Rhanbarth	Brecwast sawrus i 1 person
Blwyddyn 4 - 6	Cenedlaethol	Brecwast sawrus i 1 person
Blwyddyn 7 - 9	Ysgol	Pryd o fwyd i un person ar gyfer unrhyw ddathliad blynyddol
Blwyddyn 7 - 9	Rhanbarth	Pryd o fwyd i un person ar gyfer unrhyw ddathliad blynyddol
Blwyddyn 7 - 9	Cenedlaethol	Pryd o fwyd i un person ar gyfer unrhyw ddathliad blynyddol
Blwyddyn 10 – 13	Rhanbarth + Cenedlaethol	3 platiad o Tapas

Ystyriaethau Diogelwch i Athrawon / Swyddogion Cymunedol

- Safle Coginio – Rhaid i bob ysgol/canolfan sydd yn cynnal rownd CogUrdd Ysgol neu Ranbarth gwblhau Asesiad Risg fanwl o'r safle coginio
- Offer - Rhaid i oedolyn oruchwylio cystadleuwyr wrth iddynt ddefnyddio offer miniog neu drydanol wrth goginio. **Rhaid i'r cystadleuwyr ddod ag offer eu hun ar gyfer pob rownd.** Bydd rhaid i'r ysgol darparu cyllyll yn y Rownd Ysgol.
- Damwain – Yn unol â chanllawiau sydd yn yr Asesiad Risg rhaid sicrhau bod bocs Cymorth Cyntaf safonol wrth law.

Y Ryseitiau

- Cyfrifoldeb pob cystadleuwr yw dod a chynhwysion eu ryseitiau ar gyfer pob rownd
- Alergeddau – Ni fydd hawl gyda'r cystadleuwyr gynnwys unrhyw fath o gnau yn eu ryseitiau. Hefyd, bydd angen i bob cystadleuwr lenwi ffurflen iechyd cyn cystadlu yn y rownd Cenedlaethol. Bydd hwn yn cael ei danfon atoch dros ebost.

Rheolau'r Gystadleuaeth

- Amser – Caniateir hyd at **45 munud** i gwblhau'r dasg goginio ar gyfer categori oedran Bl. 4, 5 a 6 a hyd at **60 munud** i Bl. 7, 8 a 9 a Bl. 10 – 13. Caniateir **15 munud** ychwanegol ar ddechrau'r dasg i osod eu offer/cynhwysion ar y ddesg a mesur cynhwysion yn unig.
- Paratoi - Ni ddylid paratoi/mesur unrhyw gynhwysyn o flaen llaw
- Glendid - Rhaid golchi a chadw'r ardal goginio yn daclus drwy gydol y gystadleuaeth
- Cyflwyniad Terfynol – Bydd y beirniad yn gwneud ei b/phenderfyniad yn seiliedig ar ansawdd a chyflwyniad y bwyd ar y plât yn unig. Ni fydd ategolion neu osodiadau bwrdd yn cael eu beirniadu.
- Ffedog – Cofiwch wisgo ffedog neu oferôl glân wrth goginio ymhob rownd

Cyfarwyddiadau i gystadleuwyr – ‘Top Tips’

- Diogelwch – Dylid talu sylw at ddiogelwch bwyd a glanweithdra drwy'r adeg. Byddwch yn saff a byddwch yn ymwybodol o eraill o'ch cwrpas
- Glanweithdra – Golchwch eich dwylo yn rheolaidd, cyn ac yn ystod paratoi'r bwyd
- Anhwylder – Peidiwch â chystadlu os ydych yn teimlo'n sâl ar ddiwrnod y gystadleuaeth
- Torri/Sleisio – Defnyddiwch dechnegau torri/sleisio cywir bob tro
- Trydan - Hoffwn eich hysbysu bydd rhaid i offer trydanol sydd yn cael eu defnyddio yn rownd CogUrdd Cenedlaethol dderbyn tystysgrif PAT cyn cystadlu. Y canllaw yw dylai plant sy'n defnyddio offer trydanol personol ddim fod yn hyn na **6 mlwydd oed** ac mewn cyflwr gweithio da.
- Storio – Sicrhau gofal wrth storio cynhwysion amrwd a chynhwysion sydd wedi'u coginio a chymryd camau pwrpasol i osgoi croes-heintio drwy drosglwyddo bacteria niweidiol o gig neu bysgod i fwydydd eraill
- Cymorth wrth goginio - Peidiwch a bod ofn gofyn am help wrth y staff os nad ydych yn siŵr am unrhyw beth wrth goginio.
- Meddyginiaeth – Os oes angen triniaeth feddygol ar unrhyw gystadleuydd yn ystod y gystadleuaeth, cyfrifoldeb y cystadleuydd yw sicrhau bod y feddyginiaeth berthnasol ar gael. Dylai'r cystadleuydd, neu oedolyn penodedig, weini'r feddyginiaeth.
- Ni ddylid cyffwrdd ag unrhyw offer trydanol gyda dwylo gwlyb neu seimllyd (llithrig).
- Ymarfer – Dylid ymarfer cyn y gystadleuaeth i sicrhau eich bod yn osgoi anhawsterau neu broblemau wrth wneud y prydau yn ystod y gystadleuaeth.
- Rheolaeth Amser – Dylid sicrhau rheolaeth amser drwy gynllunio trefn coginio a gweini'r prydau o flaen llaw

COGURDD BLWYDDYN 4, 5 a 6 – Rownd Ysgol

Brechdan agored

- Bydd gofyn i'r cystadleuwr baratoi brechdan agored i **1 person**.
- Defnyddiwch un tafell (slice) o fara yn unig
- Gall fod yn syml gyda chynhwysion traddodiadol neu yn fwy dyfeisgar
- Cynhwysion – **bydd rhaid i chi ddod a'ch cynhwysion eich hun** ar gyfer pob rownd. Peidiwch a defnyddio cnau o unrhyw fath yn eich ryseitiau yn ystod pob rownd
- **45 munud** i greu brechdan agored gyda **15 munud** i baratoi o flaen llaw (gosod offer/cynhywsion ar y ddesg a phwyso cynhwysion **yn unig**)

COGURDD BLWYDDYN 4, 5 a 6 – Rownd Rhanbarthol a Chenedlaethol

Brecwast Sawrus

Rhaid cyflwyno'r un rysáit yn y Rownd Rhanbarthol a'r Rownd Cenedlaethol

- Bydd gofyn i'r cystadleuwr baratoi Brecwast Sawrus i **1 person**
- Croeso i chi greu brecwast o'ch dewis sy'n cynnwys cig, llysieuol, fegan – mae e lan i chi!
- Cynhwysion – **bydd rhaid i chi ddod a'ch cynhwysion eich hun** ar gyfer pob rownd. Peidiwch a defnyddio cnau o unrhyw fath yn eich ryseitiau yn ystod y rowndiau
- **45 munud** i greu brecwast gyda **15 munud** i baratoi o flaen llaw (gosod offer/cynhywsion ar y ddesg a phwyso cynhwysion yn unig)
- **Ni ddylid paratoi unrhyw gynhwysyn o flaen llaw cyn y rowndiau.**

Meini Prawf

Byddwch yn cael eich beirniadu ar –

- Paratoi (defnyddio'r 15 munud yn effeithlon. Gosod offer/cynhwysion a mesur cynhwysion **yn unig**)
- Trefn a Rheolaeth Amser
- Hylendid a Diogelwch Bwyd
- Pryd gorffenedig (Blas a Chyflwyniad y bwyd ar y plât)

Ni fydd addurniadau bwrdd ac ategolion yn cael eu beirniadu

Tip

- Ystyriwch sut y byddwch yn gweini'r brecwast, mae edrychiad y pryd yn bwysig.

COGURDD BLWYDDYN 7, 8 a 9 – Rownd Ysgol

Pryd o fwyd ar gyfer dathliad blynyddol

- Bydd gofyn i'r cystadleuwr baratoi pryd o fwyd sawrus ar gyfer dathliad blynyddol i 1 person
- Gall fod yn bryd o fwyd i ddathlu Penblwydd, Pasg, Nadolig, Dydd Gŵyl Dewi neu unrhyw ddathliad blynyddol arall sy'n digwydd ar draws y byd!
- Cynhwysion – **bydd rhaid i chi ddod a'ch cynhwysion eich hun ar gyfer pob rownd.** Peidiwch a defnyddio cnau o unrhyw fath yn eich ryseitiau
- **60 munud** i greu pryd ar gyfer dathliad blynyddol gyda **15 munud** i baratoi o flaen llaw (gosod offer/cynhwysion ar y ddesg a pwyso cynhwysion yn unig)
- **Ni ddylid paratoi unrhyw gynhwysyn o flaen llaw cyn y rowndiau.**

COGURDD BLWYDDYN 7, 8 a 9 – Rownd Rhanbarthol a Chenedlaethol

Pryd o fwyd ar gyfer dathliad blynyddol

Rhaid cyflwyno'r un rysâit ymhob rownd

- Yr un briff a'r uchod

Meini Prawf

- Paratoi (defnyddio'r 15 munud yn effeithlon. Gosod offer/cynhwysion a mesur cynhwysion **yn unig**)
- Paratoi bwyd / Sgiliau a Thechnegau Coginio
- Trefn a Rheolaeth Amser
- Hylendid a Diogelwch Bwyd
- Pryd gorffennedig (Blas a Chyflwyniad y bwyd ar y plât)

Ni fydd addurniadau bwrdd ac ategolion yn cael eu beirniadu

Tip

- Ystyriwch edrychiad y pryd, mae'n bwysig bod y bwyd yn edrych yn ddeniadol

COGURDD BLWYDDYN 10 – 13 – Rownd Rhanbarthol a Chenedlaethol

3 platiad o Tapas

Rhaid cyflwyno'r un rysáit yn y Rownd Rhanbarthol a'r Rownd Cenedlaethol

- Mae'r gystadleuaeth yma ar gyfer disgyblion ysgol yn unig. Nid oes modd i fyfyrwyr coleg i gystadlu yn y gystadleuaeth yma
- Bydd gofyn i'r cystadleuwr baratoi 3 platiad bach o Tapas i **1 person**
- Does dim angen iddo fod yn gymhleth ond dangos dealltwriaeth o flasau a chynhwysion.
- Bydda'n fentrus a meddwl tu allan i'r bocs!
- Cynhwysion – **bydd rhaid i chi ddod a'ch cynhwysion eich hun** ar gyfer pob rownd. Peidiwch a defnyddio cnau o unrhyw fath yn eich ryseitiau yn ystod y rowndiau
- **60 munud** i greu y 3 platiad bach gyda **15 munud** i baratoi o flaen llaw (gosod offer/cynhwysion ar y ddesg a phwyso cynhwysion **yn unig**)
- **Ni ddylid paratoi unrhyw gynhwysyn o flaen llaw cyn y rowndiau.**

Meini Prawf

- Paratoi (defnyddio'r 15 munud yn effeithlon. Gosod offer/cynhwysion a mesur cynhwysion **yn unig**)
- Paratoi bwyd / Sgiliau a Thechnegau Coginio
- Trefn a Rheolaeth Amser
- Hylendid a Diogelwch Bwyd
- Pryd gorffennedig gosod (Blas a Chyflwyniad y bwyd ar y plât)

Ni fydd addurniadau bwrdd ac ategolion yn cael eu beirniadu

Tip

- Dyma gyfle i chi arddangos eich sgiliau drwy goginio 3 platiad sy'n blasus ac yn ddeniadol. Cymerwch eich amser i ymchwilio, ac arbrofwch cyn dewis eich 3 platiad terfynol.

How to compete?

- Become a member of the Urdd by going on the Porth website - <https://porth.urdd.cymru/>
- Register to compete via Porth in the correct age category before the deadline.
Regional round dates will vary from area to area.

CogUrdd
registration
closing date -
20th of October

Order of competition

- A School Round is organised by your School or Adran for the Yr.4, 5 and 6 and Yr.7, 8 and 9 before the **20th of October 2025**. It is the responsibility of the school or adran to arrange a location and judge for this round. School Round winners will compete in the Regional Round.
- The Regional Round is organised by your local Urdd Community Officer before the **5th of December 2025** for Yr 4, 5 and 6, Yr 7, 8 and 9 and Yr 10-13.
- In regions where up to 5 schools compete, 2 competitors from each school are allowed to attend the regional round. When there are 6 or more schools, only 1 of each school is allowed. If there are more schools than workstations at the location, the Urdd Officer will need to hold two sessions.
- Winners of all Regional Rounds are invited to compete in the CogUrdd National Round during Eisteddfod yr Urdd Ynys Mon, between **May 23rd and May 29th, 2026**.

Age Category	Round	What to cook?
Year 4 - 6	School	Open sandwich
Year 4 - 6	Regional	Savoury Breakfast for 1
Year 4 - 6	National	Savoury Breakfast for 1
Year 7 - 9	School	A dish that celebrates an annual event
Year 7 - 9	Regional	A dish that celebrates an annual event
Year 7 - 9	National	A dish that celebrates an annual event
Year 10 – 13	Regional + National	3 plates of Tapas

Safety Considerations for Teachers / Community Officers

- Cooking Site – Each school/centre hosting a CogUrdd round must complete a detailed Risk Assessment of the cooking site
- Equipment - An adult must supervise competitors as they use sharp or electrical equipment during cooking. **Every competitor must bring their own equipment with them to every round.** Knives will need to be provided by the School at the School Round.
- Accident – In accordance with guidance contained in the Risk Assessment it must be ensured that a standard First Aid box is on hand.

The Recipes

- It is the competitor's responsibility to provide ingredients for every round of the CogUrdd competition.
- Allergies – Competitors will not be allowed to cook with any type of nuts. Also, competitors will need to fill in a medical form beforehand if they reach the National round. This will be sent to you by email.

Competition Rules

- Time – Up to **45 minutes** are allowed to complete the cooking task for age category Yrs. 4, 5 and 6 and up to **60 minutes** for Yrs. 7, 8 and 9 and Yrs. 10 – 13. An additional **15 minutes** are allowed at the beginning of the task to set equipment and measure ingredients **only**.
- Preparation – No ingredient should be prepared in advance
- Cleanliness - The cooking area must be washed and kept tidy for the duration of the competition
- Final Presentation – The judge will make his/her decision based solely on the quality and presentation of the food on the plate. Accessories or table settings will not be judged.
- Remember to wear an apron to every round

Instructions for competitors – 'Top Tips'

- Safety – Attention should be always paid to food safety and sanitation. Be safe and be aware of others around you
- Sanitation – Wash your hands regularly, before and during food preparation
- Disorder – Do not compete if you feel unwell on competition day
- Cut/Slice – Always use correct cutting/slicing techniques
- PAT Test – All electrical equipment that you bring to the national round will need to have been PAT tested, not older than 6 years old and in good working order.
- Storage – Ensure care when storing raw and cooked ingredients and take purposeful steps of avoiding cross-infection by transferring harmful bacteria from meat or fish to other foods
- Help in cooking – Don't be afraid to ask for help from the supervisors if you are not sure about anything when cooking.
- Medication – If any competitor requires medical treatment during the competition, it is the competitor's responsibility to make the relevant medication available. The contestant, or an assigned adult should serve the medication.
- No electrical equipment should be touched with wet or slippery hands.
- Practise – Practising before the competition is important to ensure that you avoid difficulties or problems doing the task during the competition.
- Time Management – Time management should be ensured by planning a cooking routine and serving the meals in advance

YEAR 4, 5 AND 6 COGURDD – School Round

Open Sandwich

- Competitors will be expected to prepare an open sandwich for **1 person**
- Use one slice of bread only
- The open sandwich can be simple with traditional ingredients or you can be more creative with the flavours
- Ingredients – **you will need to bring your own ingredients to every round.** Do not use nuts in your recipe for any of the rounds
- You're given **45 minutes** to create the open sandwich with **15 minutes** to prepare beforehand (set your equipment and ingredients on your worktop and weigh ingredients **only**)

YEAR 4, 5 AND 6 COGURDD – Regional and National Round

Savoury Breakfast

Competitors will need to present the same recipe in the Regional and the National Round

- Competitors will be expected to prepare a savoury breakfast for **1 person**
- Competitors are welcome to include meat, or make a vegetarian/vegan dish
- Ingredients – **you will need to bring your own ingredients to every round.** Do not use nuts in your recipe for any of the rounds
- You're given **45 minutes** to create the breakfast with **15 minutes** to prepare beforehand (set your equipment and ingredients on your worktop and weigh ingredients **only**)
- **No ingredient should be prepared in advance. It can cause the competitor to lose marks**

Criteria

- Preparation (using the 15 minutes before the competition to set out the ingredients/equipment and weigh any ingredients **only**)
- Food preparation / Cooking Skills and Techniques
- Organisational skills and time management
- Hygiene and Food Safety
- Finished meal (Taste and Presentation of food on plate)

Table decorations and accessories will not be judged

Tip

- Consider how you will serve the dish; appearance is important

Year 7, 8 and 9 COGURDD – School Round

A dish that celebrates an annual event

- Competitors will be expected to prepare a savoury dish that celebrates an annual event for **1 person**
- The dish can be a celebration of a Birthday, Christmas, Easter, St David's Day or any other annual celebration that happens in the world!
- Ingredients – **You will need to bring your own ingredients for every round.** Do not use nuts in your recipes in any of the rounds
- Competitors will have **60 minutes** to prepare the meal with **15 minutes** to prepare beforehand (set your equipment and ingredients on your worktop and weigh ingredients **only**)
- You are NOT permitted to prepare anything beforehand. **Competitors will lose marks if they have prepared any of their ingredients before the round**

Year 7, 8 and 9 COGURDD – Regional and National Round

A dish that celebrates an annual event

Competitors will need to present the same recipe in every round

- The same brief as above

Criteria

- Preparation (using the 15 minutes before the competition to set out the ingredients/equipment and weigh any ingredients **only**)
- Food preparation / Cooking Skills and Techniques
- Organisational skills and time management
- Hygiene and Food Safety
- Finished meal (Taste and Presentation of food on plate)

Table decorations and accessories will not be judged

Tip

- Think how you will present the dish, it's important that the food looks appealing

YEAR 10 – 13 COGURDD – Regional and National Round

3 plates of Tapas

The same recipe must be submitted in the Regional Round and National Round.

- This competition is for School students only, College students are not permitted to compete in this particular competition
- Competitors will need to prepare 3 small plates of Tapas for **1 person**
- It doesn't need to be complicated but show an understanding of flavours and ingredients.
- Be bold and think outside the box!
- Ingredients – **You will need to bring your own ingredients to every round.** Do not use nuts in your recipes in any of the rounds
- Competitors will have **60 minutes** to prepare the dish with **15 minutes** to prepare beforehand (set your equipment and ingredients on your worktop and weigh ingredients **only**)
- You are NOT permitted to prepare anything before the round. **Competitors will lose marks if they have prepared any of their ingredients beforehand**

Criteria

- Preparation (using the 15 minutes before the competition to set out the ingredients/equipment and weigh any ingredients **only**)
- Food preparation / Cooking Skills and Techniques
- Organisational skills and time management
- Hygiene and Food Safety
- Finished meal (Taste and Presentation of food on plate)

Table decorations and accessories will not be judged

Tip

- This is an opportunity for you to showcase your skills by cooking a delicious meal. Take your time to research recipes and experiment before deciding on your 3 small plates.