




CADW BWYD YN BOETH



Mae'n bwysig iawn eich bod yn cadw bwyd yn boeth nes y caiff ei weini er mwyn atal bacteria niweidiol rhag tyfu.

PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
Os bydd angen i chi gadw bwyd yn boeth cyn ei weini, dylech ddefnyddio offer addas i wneud hynny.	Mae'n anodd cadw bwyd ar dymheredd cyson, diogel, heb offer addas. Bain-marie  Crochan cawl 	Ydych chi'n cadw bwyd yn boeth? Ydw Nac ydw Pa offer ydych chi'n ei ddefnyddio?
Cynheswch offer cadw bwyd yn boeth ymlaen llaw cyn rhoi unrhyw fwyd ynddo.	Gall rhoi bwyd mewn offer oer olygu na fydd yn cadw'r bwyd yn ddigon poeth i atal bacteria niweidiol rhag tyfu.	
Rhaid coginio bwyd yn drylwyr nes ei fod yn stemio'n boeth cyn ei roi mewn offer cadw bwyd yn boeth.	Pwrpas yr offer hwn yw cadw bwyd yn boeth. Ni ddylid ei ddefnyddio i goginio neu ailgynhesu bwyd. 	Ydych chi'n gwneud hyn? Ydw Nac ydw
Os ydych yn cynnig gwasanaeth dosbarthu bwyd, gwnewch yn siŵr bod y bwyd yn cael ei gadw'n dwym neu'n oer nes bod y gyrrwr neu'r cwsmer yn ei gasglu. Gwnewch yn siŵr bod y bwyd hefyd yn cael ei gadw'n boeth neu'n oer nes ei fod yn cyrraedd cartref y cwsmer. Mae'n syniad da defnyddio bag neu focs wedi'i inswleiddio a sicrhau bod caead ar y bwyd nes ei fod yn cyrraedd y cartref.	Os nad yw bwyd yn cael ei gadw'n boeth neu'n oer, gall bacteria niweidiol dyfu ynddo. Bydd defnyddio bag neu focs wedi'i inswleiddio yn helpu i gadw'r bwyd ar dymheredd cywir ac yn ei gyflwr gorau.	Sut ydych chi'n cadw bwyd ar y tymheredd cywir cyn iddo gyrraedd eich cwsmer?

MEDDYLIWCH DDWYWAITH!

Rhaid cadw bwyd poeth ar dymheredd o 63°C neu uwch (gydag ambell i eithriad).

Wrth arddangos bwyd poeth, e.e. mewn bwffe, dylech ddefnyddio offer cadw bwyd yn boeth addas i gadw'r bwyd ar dymheredd uwch na 63°C. Os nad yw hyn yn bosibl, gallwch dynnu'r bwyd allan o hwn i'w arddangos am hyd at ddwy awr. Dim ond unwaith y gallwch wneud hyn.

Dylai bwyd na chaiff ei ddefnyddio o fewn dwy awr naill ai gael ei ailgynhesu tan ei fod yn stemio'n boeth a'i roi yn ôl yn yr offer cadw bwyd yn boeth neu gael ei oeri cyn gynted ag sy'n bosibl i 8°C neu is. Os yw'r bwyd wedi bod allan am fwy na dwy awr, dylech ei daflu. Cofiwch gadw'r bwyd ar dymheredd diogel nes y caiff ei ddefnyddio.

Os ydych yn cymryd bwyd allan o'r offer cadw bwyd yn boeth i'w arddangos, cofiwch beidio â chymysgu bwyd newydd â bwyd sydd eisoes yn cael ei arddangos. Gallai hyn olygu bod bwyd hyn yn cael ei adael allan am rhy hir.



GWIRIO

Ar ôl coginio, cadwch y bwyd ar dymheredd o 63°C neu uwch nes y caiff ei weini.



Sut ydych chi'n gwneud hyn?

BETH I'W WNEUD OS AIFF PETHAU O CHWITH



Os nad yw pryd yn ddigon poeth ar unrhyw adeg yn ystod y broses o gadw bwyd yn boeth:

- ail-gynheswch y bwyd nes ei fod ar dymheredd diogel a'i roi yn ôl yn yr offer cadw bwyd yn boeth (dim ond unwaith dylech wneud hyn), neu
- oerwch y bwyd yn ddiogel (darllenwch y dull diogel 'Oeri bwyd poeth' yn yr adran Oeri) a'i ailgynhesu yn hwyrach cyn ei weini

Os na allwch wneud yr un o'r ddau beth hyn, taflwch y bwyd.

Cofiwch fod angen gofal ychwanegol ar rai bwydydd. Darllenwch y dull diogel 'Bwydydd sydd angen gofal ychwanegol'.

SUT I ATAL HYN RHAG DIGWYDD ETO

- Sicrhewch fod eich offer yn gweithio'n iawn.
- Adolygwch eich dull diogel 'Cadw bwyd yn boeth'. Ceisiwch ddefnyddio tymheredd uwch neu ddogneau llai o fwyd.
- Ewch ati i hyfforddi staff unwaith eto ar y dull diogel hwn.
- Cymerwch gamau ychwanegol i oruchwylio staff.

PROFI

Defnyddiwch brôb tymheredd wedi'i ddiheintio i brofi bod eich dull yn cadw bwyd ar dymheredd diogel o 63°C neu uwch. (Darllenwch y dull 'Profi' yn yr adran Rheoli i gael cyngor ar ddefnyddio probau yn ddiogel.)

Nodwch beth aeth o'i le a sut aethoch chi i'r afael â'r sefyllfa yn eich dyddiadur.

