

# STORIO AC ARDDANGOS BWYD OER



Mae'n bwysig oeri bwyd yn gywir i atal bacteria niweidiol rhag tyfu.

PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
<p>Mae'n rhaid cadw rhai bwydydd yn oer er mwyn eu cadw'n ddiogel e.e.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>bwyd â dyddiad 'defnyddio erbyn'</li> <li>bwyd sy'n nodi ar y label bod angen ei gadw yn yr oergell</li> <li>bwyd sy'n barod i'w fwyta fel salad, cig wedi'i goginio, brechdanau a phwdinau</li> </ul>	<p>Os na chaiff y mathau hyn o fwydydd eu cadw'n ddigon oer gallai bacteria niweidiol dyfu.</p>	
<p>Dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar ble i leoli offer oeri, sut i'w defnyddio a sut i'w cynnal.</p>	<p>Mae'n bwysig defnyddio'r offer yn gywir er mwyn gwneud yn siŵr bod y bwyd yn cael ei gadw'n ddigon oer.</p> <p>O leoli offer yn wael, e.e. ger drysau, gwresogyddion neu mewn golau haul uniongyrchol, gall eu hatal rhag gweithio'n effeithiol.</p>	<p>Ydych chi'n dilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar gyfer defnyddio eich offer arddangos a storio bwyd oer?</p> <p>Ydw      Nac ydw</p> <p>Os nad ydych chi'n dilyn y cyfarwyddiadau, beth ydych chi'n ei wneud?</p>
<p>Rhowch fwyd oer mewn oergell neu offer addas arall cyn gynted ag y caiff ei ddsbarthu.</p> <p>Os ydych chi'n casglu bwyd o siopau neu gyflenwyr eich hun, gwnewch yn siŵr ei fod yn cael ei gadw ar y tymheredd iawn wrth ei gludo a rhowch y bwyd yn yr oergell cyn gynted ag sy'n bosibl.</p>	<p>Os bydd bwyd oer yn mynd yn rhy gynnes, gallai bacteria niweidiol dyfu.</p>	<p>Ydych chi'n rhoi bwyd oer mewn oergell neu uned arddangos bwyd oer cyn gynted ag y caiff ei ddsbarthu neu ei gasglu?</p> <p>Ydw      Nac ydw</p> <p>Os nad ydych chi'n gwneud hyn, beth ydych chi'n ei wneud?</p> <p>Os ydych chi'n casglu bwyd o'r siopau eich hun, beth ydych chi'n ei wneud i gadw'r bwyd ar y tymheredd cywir wrth i chi ei gludo?</p>
<p>Mae'n rhaid i chi beidio â gwerthu bwyd cyn iddo basio ei ddyddiad 'defnyddio erbyn' a naill ai ei daflu neu ei wahanu oddi wrth fwydydd eraill.</p> <p>Yn ddelfrydol, dylid cael gwared â bwydydd wedi'u nodi â dyddiad 'ar ei orau cyn' ac 'ar ei orau cyn diwedd' o'r man gwerthu erbyn diwedd y diwrnod hwnnw.</p> <p>Darllenwch y dull diogel 'Rheoli stoc' yn yr adran Rheoli i gael rhagor o wybodaeth am ddyddiadau ar fwyd.</p>	<p>Mae'n anghyfreithlon gwerthu bwyd ar ôl ei ddyddiad 'defnyddio erbyn'. Efallai na fydd yn ddiogel i'w fwyta.</p> <p>Pan fydd bwyd wedi mynd heibio'r dyddiad 'ar ei orau cyn' efallai na fydd cystal i'w fwyta e.e. gallai'r blas neu'r ansawdd newid.</p>	<p>Sut ydych chi'n cadw cofnod o bryd y dylid tynnu bwyd oddi ar y silffoedd?</p>





PWYNT DIOGELWCH	PAM?
Sicrhewch fod pob darn o offer ar y tymheredd cywir cyn i chi roi bwyd oer ynddynt. Darllenwch yr adran 'Gwneud yn siŵr' isod.  Dylech arddangos cynhyrchion mewn ffordd sy'n caniatáu i aer symud ac nid uwchben llinellau llwytho.	Os byddwch yn gorlwytho offer a bod bwyd uwchben llinellau llwytho efallai na fydd y bwyd yn cael ei gadw'n ddigon oer.
Dylech storio ac arddangos cig, dofednod, pysgod ac wyau amrwd ar wahân i fwydydd eraill.	Mae hyn yn helpu i atal bacteria niweidiol ac alergenau rhag lledaenu o fwydydd amrwd i fwydydd parod i'w bwyta.

### MEDDYLIWCH DDWYWAITH!

Cofiwch, os bydd cwsmer yn penderfynu peidio â phrynu cynnyrch wedi'i oeri neu'i rewi, dylech ei roi yn ôl yn yr offer oeri neu rewi ar unwaith.

Cofiwch chwilio'n rheolaidd am unrhyw fwydydd wedi'u hoeri neu'u rhewi y mae cwsmeriaid wedi'u gadael yn y lle anghywir. Os nad ydych yn siŵr am ba mor hir y mae bwyd wedi bod allan o'r offer oeri neu rewi, taflwch y bwyd.

GWNEUD YN SIŴR	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
Argymhellir bod oergelloedd ac offer arddangos bwyd oer yn cael eu gosod ar dymheredd o 5°C neu is.  Mae hyn yn sicrhau bod bwyd oer yn cael ei gadw ar dymheredd o 8°C neu is. Mae hwn yn ofyniad cyfreithiol yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, ac fe'i hargymhellir yn yr Alban.  Dylech edrych ar dymheredd eich oergelloedd a'ch offer arddangos bwyd oer o leiaf unwaith y dydd gan ddechrau pan fyddwch yn cynnal eich gwiriadau agor (darllenwch yr adran 'Rheoli').  I sicrhau bod yr offer yn gweithio'n gywir, dylech wirio'r tymheredd rhwng y pecynnau bwyd oer gan ddefnyddio prôb tymheredd glân wedi'i ddiheintio.	Bydd gan rai peiriannau sgrin ddigidol neu ddeial i ddangos ar ba dymheredd y mae wedi'i osod. Gallwch ddefnyddio hwn i wirio beth yw tymheredd eich offer.  Os byddwch chi'n gwneud hyn, dylech fynd ati'n rheolaidd i wirio bod y tymheredd a ddangosir ar y sgrin/deial yn gywir drwy ddefnyddio thermometr oergell neu brôb tymheredd. Sut ydych chi'n gwirio tymheredd eich offer oeri?  <b>Oergell:</b> Sgrin ddigidol                      Thermometr deial                      Thermometr yr oergell Rhwng bwydydd wedi'u hoeri gan ddefnyddio prôb tymheredd  <b>Uned arddangos bwyd oer:</b> Sgrin ddigidol                      Thermometr deial                      Thermometr yr oergell Rhwng bwydydd wedi'u hoeri gan ddefnyddio prôb tymheredd  Os nad ydych chi'n gwneud hyn, beth ydych chi'n ei wneud?

BETH I'W WNEUD OS AIFF PETHAU O CHWITH	SUT I ATAL HYN RHAG DIGWYDD ETO
<ul style="list-style-type: none"> <li>Os bydd eich oergell neu'ch offer arddangos yn torri, defnyddiwch offer arall, neu symudwch y bwyd i ardal oer.</li> <li>Gwiriwch dymheredd y bwyd gan ddefnyddio prôb tymheredd glân wedi'i ddiheintio ac os nad yw'n oer, taflwch y bwyd.</li> </ul> <p>Os na allwch chi wneud hyn, cysylltwch â Thîm Iechyd yr Amgylchedd eich awdurdod lleol.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Edrychwch i weld beth y gallwch chi ei wneud i storio ac arddangos bwyd wedi'i oeri'n fwy diogel, gan ddefnyddio blaen y daflen hon.</li> <li>Gwnewch yn siŵr bod yr offer yn cael ei brofi'n rheolaidd ac edrychwch i weld a yw'n gweithio'n iawn fel rhan o'ch gwiriadau agor.</li> <li>Ewch ati i wella hyfforddiant staff ar y dull diogel hwn.</li> <li>Ewch ati i wella'r drefn o oruchwylio staff.</li> </ul>

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

