

## DULL DIOGEL:


# PROFI – STORIO BWYD WEDI'I OERI A BWYD WEDI'I REWI



Efallai yr hoffech ddefnyddio prôb tymheredd wedi'i ddiheintio i brofi bod eich dulliau yn ddiogel. Gallwch gofnodi manylion y gwiriadau hyn yn yr adran Profi: Cofnodion.

DULL DIOGEL	BETH I'W WNEUD?	SUT I WNEUD HYN
Storio ac arddangos bwyd wedi'i oeri a bwyd wedi'i rewi	<p>Mae'r dulliau diogel 'Storio ac arddangos bwyd oer' a 'Storio ac arddangos bwyd wedi'i rewi' yn yr adran 'Oeri' yn sôn am sut i gadw bwyd wedi'i oeri ac wedi'i rewi yn ddiogel.</p> <p>Argymhellir bod oergelloedd ac offer arddangos bwyd oer yn cael eu gosod ar 5°C neu is.</p> <p>O wneud hyn, mae'n sicrhau bod bwyd wedi'i oeri yn cael ei gadw ar 8°C neu is. Mae hwn yn ofyniad cyfreithiol yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, ac fe'i hargymhellir yn yr Alban.</p> <p>Mae'n arfer da cadw bwyd wedi'i rewi ar -18°C neu'n oerach.</p>	<p>I weld a yw bwyd ar dymheredd o 8°C neu is, defnyddiwch brôb tymheredd glân wedi'i ddiheintio. Defnyddiwch y prôb fel bod ei flaen yng nghanol y bwyd (neu'r rhan fwyaf trwchus).</p> <p>Hefyd, darllenwch yr adran 'Sut i ddefnyddio'r prôb' isod. Pan fyddwch chi'n defnyddio prôb i brofi cynhyrchion wedi'u pecynnu fel hyn, bydd angen i chi eu tynnu oddi ar y silffoedd a'u taflu gan y bydd y deunydd pecynnu wedi'i ddifrodi.</p> <p>I wirio tymheredd yr aer yn eich oergell, eich rhewgell neu eich uned arddangos, gosodwch eich prôb tymheredd y tu mewn i'r offer ac arhoswch am ddarlleniad pendant.</p>

## DEFNYDDIO PROBAU TYMHEREDD

MATH O BRÔB	BLE I DDEFNYDDIO'R PRÔB	SUT I DDEFNYDDIO'R PRÔB
<b>Thermomedr digidol</b> 	Ar y cyfan, mae'r rhain yn hawdd i'w defnyddio ac yn fanwl gywir. Gellir eu defnyddio gyda llawer o fwydydd a rhwng pecynnau o fwyd, ond nid ydynt yn addas i'w rhoi yn y popty.	Dylech chi lanhau a diheintio'r prôb cyn ei ddefnyddio. Arhoswch nes bydd y darlleniad yn un pendant. Glanhewch y prôb yn drylwyr a'i ddiheintio cyn ei ddefnyddio eto. Mae hyn yn helpu i atal croeshalogi.
<b>Thermomedr is-goch</b> 	Caiff y mathau hyn o brobau eu defnyddio i brofi'r tymheredd ar y tu allan i fwyd oer wrth eu dosbarthu neu yn yr oergell neu'r rhewgell.  Ni chewch eu defnyddio i wirio'r tymheredd yng nghanol bwyd wedi'i goginio, bwyd wedi'i ailgynhesu na bwyd sy'n oeri.	Pwyntiwch y prôb at arwyneb y bwyd gan osgoi unrhyw ddeunydd pecynnu adlewyrchol neu labeli gludiog (gan fod y rhain yn rhoi darlleniad anghywir).  Os yw'r tymheredd yn ymddangos yn uchel, defnyddiwch thermomedr digidol glân wedi'i ddiheintio i gadarnhau'r darlleniad.

