

.....

Bwyd a Chi 2:

.....

Prif Ganfyddiadau

Cylch 3



Ionawr 2022

Awduron: Dr Beth Armstrong, Lucy King, Robin Clifford, Mark Jitlal, Ayla Ibrahim Jarchlo.

<https://doi.org/10.46756/sci.fsa.ejl793>

Cynnwys

Rhestr o'r ffigurau	4
Crynodeb Gweithredol	6
Trosolwg o Bwyd a Chi 2	6
Crynodeb o'r prif ganfyddiadau	7
Bwyd y gallwn ymddiried ynddo	7
Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi	7
Pryderon am fwyd	7
Mynediad at gyflenwad bwyd sicr	8
Siopa am fwyd a labelu bwyd	8
Llwyfannau ar-lein	9
Ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd ac arferion bwyta	9
Diolchiadau	10
Cyflwyniad	11
Yr Asiantaeth Safonau Bwyd: rôl, cylch gwaith a chyfrifoldebau	11
Bwyd a Chi 2	11
Bwyd a Chi 2: Cylch 3	12
Dehongli'r canfyddiadau	13
Cynlluniau cyhoeddi yn y dyfodol	13
Pennod 1: Bwyd y gallwn ymddiried ynddo	15
Cyflwyniad	15
Hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd	15
Hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd	17
Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi	19
Ymddiriedaeth mewn gwyddoniaeth	23
Pennod 2: Pryderon am fwyd	27
Cyflwyniad	27
Pryderon cyffredin	27
Pennod 3: Mynediad at gyflenwad bwyd sicr	33
Cyflwyniad	33

Mynediad at gyflenwad bwyd sicr	34
Defnyddio banc bwyd	37
Prydau ysgol, clybiau prydau, a thalebau Cychwyn Iach	38
Pennod 4: Siopa am fwyd a labelu bwyd	40
Cyflwyniad	40
Pwy sy'n gyfrifol am siopa am fwyd a ble mae'r ymatebwyr yn prynu bwyd?	41
Beth mae'r ymatebwyr yn chwilio amdano pan fyddan nhw'n prynu bwyd?	43
Hyder o ran labelu alergenau	51
Pennod 5: Llwyfannau ar-lein	53
Cyflwyniad	53
Pa lwyfannau ar-lein a ddefnyddir i archebu bwyd neu ddiod ar-lein?	53
Pa mor aml mae ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfannau ar-lein?	57
Pa fathau o fwyd a diod y mae ymatebwyr yn eu harchebu trwy wahanol lwyfannau ar-lein?	59
Ymwybyddiaeth o'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd a'i ddefnydd ar lwyfannau ar-lein	60
Gorsensitifrwydd i fwyd a defnyddio llwyfannau ar-lein	63
Pennod 6: Ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd ac arferion bwyta	65
Cyflwyniad	65
Pa fathau o fwyd y mae ymatebwyr yn eu bwyta?	67
Newidiadau i arferion bwyta	72
Atodiad A: Bwyd a Chi 2: Cylch 3	75
Cefndir	75
Methodoleg	75
Termau technegol a diffiniadau	78
Cyfeiriadau	79

Rhestr o'r ffigurau

- Ffigur 1: Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn hyderus bod y rheiny sy'n rhan o'r gadwyn cyflenwi bwyd yn sicrhau bod bwyd yn ddiogel i'w fwyta. 18
- Ffigur 2. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn gwybod o leiaf rywfaint am yr ASB. 21
- Ffigur 3. Byddai'r rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn ymddiried mwy mewn sefydliad pe bai'n seilio ei benderfyniadau a chyngor ar dystiolaeth wyddonol ac yn sicrhau bod y dystiolaeth wyddonol sy'n sail i benderfyniadau ar gael yn agored, a phe bai'n defnyddio cyngor arbenigol annibynnol i lywio penderfyniadau. 25
- Ffigur 4. Y deg pryder mwyaf cyffredin am fwyd a fynegwyd 63yn 63ddigymell gan y rheiny a nododd fod ganddynt bryder am fwyd. 28
- Ffigur 5. Y deg pryder mwyaf cyffredin mewn perthynas â bwyd. 29
- Ffigur 6. Roedd ymatebwyr yn bryderus iawn am les anifeiliaid yn y broses cynhyrchu bwyd. 31
- Ffigur 7. Mae mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn debyg ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon. 34
- Ffigur 8. Roedd cyflenwad bwyd sicr yn fwy cyffredin ymhlith oedolion hŷn. 35
- Ffigur 9. Roedd cyflenwad bwyd sicr yn fwy cyffredin mewn cartrefi ag incwm uwch. 36
- Ffigur 10. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn prynu bwyd o archfarchnadoedd neu archfarchnadoedd bach tua unwaith yr wythnos neu'n amlach. 42
- Ffigur 11. Yr wybodaeth 'ar ei orau cyn' a 'defnyddio erbyn' yw'r wybodaeth y bydd yr ymatebwyr yn chwilio amdani amlaf wrth brynu bwyd. 43
- Ffigur 12. Deunydd pecynnu bwyd yw'r ffactor mwyaf cyffredin y credir ei fod yn cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd. 48
- Ffigur 13. Label ffermio maes i ddangos bod cig, wyau a chynhyrchion llaeth yn bodloni safonau lles anifeiliaid uchel yw'r label y chwilir amdano amlaf. 50
- Ffigur 14. Roedd yr ymatebwyr yn fwyaf tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod gan ddefnyddio gwefan bwyty, siop tecawê neu gaffi. 54

Ffigur 15. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfan ar-lein tua unwaith y mis neu'n llai aml.	57
Ffigur 16. Mae'r math o fwyd neu ddiod a archebir amlaf yn amrywio yn ôl llwyfan ar-lein	59
Ffigur 17. Roedd cyfran debyg o'r ymatebwyr yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd.	61
Ffigur 18. Roedd bron i ddwy ran o dair o'r ymatebwyr yn coginio prydau o'r cychwyn bob dydd neu'r rhan fwyaf o ddiwrnodau.	65
Ffigur 19. Roedd dwy ran o dair o'r ymatebwyr yn bwyta prydau iachus y rhan fwyaf o ddiwrnodau neu'n amlach.	67
Ffigur 20. Roedd tua chwarter yr ymatebwyr wedi bwyta dau ddogyn o ffrwythau.	68
Ffigur 21. Mae tua 1 o bob 10 ymatebydd yn bwyta croen banana tua unwaith yr wythnos neu'n amlach.	70
Ffigur 22. Y deg newid mwyaf cyffredin i arferion bwyta dros y 12 mis diwethaf.	72

Crynodeb Gweithredol

Trosolwg o Bwyd a Chi 2

Mae Bwyd a Chi 2 yn arolwg 'Ystadegyn Swyddogol' wedi'i gomisiynu gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB) a gynhelir ddwywaith y flwyddyn. Mae'r arolwg yn mesur yr wybodaeth, yr agweddau a'r ymddygiadau o ran diogelwch bwyd a materion bwyd eraill ymhlith oedolion yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon fel y'u cofnodir gan y defnyddwyr eu hunain.

Cynhaliwyd gwaith maes ar gyfer Bwyd a Chi 2: Cylch 3 rhwng Ebrill a 25 Mehefin 2021. Cafodd yr arolwg 'gwthio i'r we' (*push-to-web*) ei gwblhau gan gyfanswm o 6,271 o oedolion o 4,338 o gartrefi (sef cyfradd ymateb o 31%) ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon (gweler Atodiad A am ragor o wybodaeth am y fethodoleg).

Cynhaliwyd yr arolwg hwn yn ystod y pandemig Covid-19 ac felly mae'n cofnodi agweddau ac ymddygiadau mewn amgylchiadau anarferol sydd wedi cael effaith sylweddol ar sut a ble mae pobl yn prynu ac yn bwyta bwyd, ac ar lefelau ansicrwydd cyflenwad bwyd aelwydydd.

Ymhlith y modiwlau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn mae 'Bwyd y gallwn ymddiried ynddo', 'Pryderon am fwyd', 'Mynediad at gyflenwad bwyd sicr', 'Siopa am fwyd a labelu bwyd', 'Llwyfannau ar-lein' ac 'Ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd ac arferion bwyta'.

Crynodeb o'r prif ganfyddiadau

Bwyd y gallwn ymddiried ynddo

Hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd

- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (90%) eu bod yn hyderus bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta.
- Dywedodd mwy nag o 8 o bob 10 (83%) o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir.

Hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd

- Dywedodd bron i dri chwarter o'r ymatebwyr (73%) fod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd.
- Roedd yr ymatebwyr yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder mewn ffermwyr (87%), a siopau ac archfarchnadoedd (83%) nag mewn siopau tecawê (56%), a gwasanaethau dosbarthu bwyd (41%).

Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi

- Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (90%) wedi clywed am yr ASB.
- Dywedodd tri chwarter (75%) o'r ymatebwyr a oedd yn gwybod o leiaf rywfaint am yr ASB eu bod yn ymddiried ynddi i sicrhau bod bwyd yn ddiogel ac yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label.
- Dywedodd mwy nag 8 o bob 10 (83%) o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus y gellir dibynnu ar yr ASB (neu'r adran lywodraethol sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd) i ddiogelu'r cyhoedd rhag risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd; roedd 77% yn hyderus bod yr ASB wedi ymrwmo i gyfathrebu'n agored â'r cyhoedd ynghylch risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd, ac roedd 80% yn hyderus bod yr ASB yn cymryd camau priodol pan gaiff risg sy'n gysylltiedig â bwyd ei nodi.

Pryderon am fwyd

- Nid oedd gan y mwyafrif o'r ymatebwyr (80%) unrhyw bryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta, a dim ond 20% o'r ymatebwyr a nododd fod ganddyn nhw bryder.
- Gofynnwyd i'r ymatebwyr â phryder esbonio'n gryno eu pryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Roedd y pryderon mwyaf cyffredin yn ymwneud â maeth ac iechyd (38%), a dulliau cynhyrchu bwyd (33%).
- Gofynnwyd i'r holl ymatebwyr ddweud a oedd ganddyn nhw bryderon am ystod o faterion sy'n gysylltiedig â bwyd, gan ddewis o blith rhestr o opsiynau. Roedd y pryderon mwyaf cyffredin yn ymwneud â faint o siwgr sydd mewn bwyd (63%), a gwastraff bwyd (61%).

Mynediad at gyflenwad bwyd sicr

- Ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 85% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â chyflenwad bwyd sicr (72% sicrwydd uchel, 13% sicrwydd ymylol) a chafodd 15% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â chyflenwad bwyd ansicr (9% ansicr, 6% ansicr iawn).
- Roedd lefelau'r mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn debyg ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon. Roedd gan dros dri chwarter yr ymatebwyr gyflenwad bwyd sicr (h.y. roedd ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr neu ymylol) yng Nghymru (82%), Lloegr (85%) a Gogledd Iwerddon (84%). Roedd gan oddeutu 1 o bob 6 ymatebydd gyflenwad bwyd ansicr (h.y. roedd ganddyn nhw gyflenwad bwyd ansicr neu ansicr iawn) yng Nghymru (18%), Lloegr (15%) a Gogledd Iwerddon (16%).

Siopa am fwyd a labelu bwyd

O ble mae'r ymatebwyr yn prynu bwyd?

- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod wedi prynu bwyd o archfarchnad neu archfarchnad fach tua unwaith yr wythnos neu'n amlach). Fel arfer, bydd yr ymatebwyr yn defnyddio siopau cyfleus (siopau lleol/cornel, siopau papurau newydd, siopau garej) a siopau annibynnol (siopau llyisiau a ffrwythau, cigyddion, siopau bara, gwerthwyr pysgod) 2-3 gwaith y mis neu'n llai aml).
- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod nhw'n gwirio'r dyddiad 'defnyddio erbyn' (84%) neu'r dyddiad 'ar ei orau cyn' (82%) wrth brynu bwyd.

Hyder o ran labelu alergenau

- Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (83%) sy'n siopa am fwyd ac yn ystyried rhywun ag alergedd neu anoddefiad bwyd yn hyderus bod yr wybodaeth a ddarperir ar labeli bwyd yn eu galluogi i nodi bwydydd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol.
- Roedd yr ymatebwyr a oedd yn prynu bwyd rhydd yn fwy hyderus o ran nodi'r bwydydd hyn wrth siopa mewn archfarchnad (71%), wrth brynu bwyd o archfarchnad ar-lein (69%) ac wrth siopa mewn siopau bwyd annibynnol (67%). Fodd bynnag, roedd yr ymatebwyr yn llai hyderus wrth brynu bwyd o farchnadoedd neu stondinau bwyd (57%).

Llwyfannau ar-lein

- Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (60%) eu bod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy wefan bwyty, siop tecawê neu gaffi. Roedd tua hanner (52%) yr ymatebwyr wedi archebu bwyd neu ddiod trwy gwmni archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats) ac roedd 30% wedi archebu trwy farchnad ar-lein (er enghraifft Amazon, Gumtree, Etsy). Roedd llai o ymatebwyr wedi archebu bwyd neu ddiod trwy'r cyfryngau cymdeithasol (er enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor) (14%) neu ap rhannu bwyd (er enghraifft Olio, Too Good To Go) (8%).

Ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd ac arferion bwyta

- Roedd arferion bwyta'r rhan fwyaf o'r ymatebwyr wedi newid yn ystod y 12 mis diwethaf, gyda dim ond 19% o'r ymatebwyr yn dweud nad oedd eu harferion bwyta wedi newid o gwbl. Roedd y newidiadau mwyaf cyffredin yn ymwneud â'r hyn roedd ymatebwyr yn ei fwyta, ac ymhle (57% yn bwyta allan yn llai aml, 55% yn bwyta gartref yn amlach, 50% yn coginio gartref yn amlach, a 39% yn bwyta llai o fwyd tecawê).

Diolchiadau

Yn gyntaf oll, rydym ni'n diolch i'r holl ymatebwyr am roi o'u hamser i gymryd rhan yn yr arolwg.

Hoffem ddiolch i dîm Ipsos MORI a wnaeth gyfraniad sylweddol i'r prosiect, yn enwedig David Candy, Charlie Peto, Christy Lai, Kathryn Gallop, Kelly Ward, Sally Horton, Hannah Hossein-Ali, a Patten Smith.

Hoffem ddiolch i weithgor yr ASB, yr Uned Iaith Gymraeg, a'n cydweithwyr yn yr ASB – Joanna Disson a Clifton Gay.

Yn olaf, diolch i'n cynghorwyr allanol – yr Athro George Gaskell, yr Athro Anne Murcott, a Joy Dobbs am eu cyfarwyddyd a'u harweiniad gwerthfawr.

Awduron: Dr Beth Armstrong, Lucy King, Robin Clifford, Mark Jitlal, Ayla Ibrahimi Jarchlo.

Cyflwyniad

Yr Asiantaeth Safonau Bwyd: rôl, cylch gwaith a chyfrifoldebau

Mae'r Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB) yn adran annibynnol ar y llywodraeth sy'n gweithio i ddiogelu iechyd y cyhoedd a buddiannau ehangach defnyddwyr mewn perthynas â bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon ¹. Cenhadaeth gyffredinol yr ASB yw sicrhau bod gennym 'fwyd y gallwn ymddiried ynddo'. Nod a gweledigaeth yr ASB yw sicrhau bod bwyd yn ddiogel a'i fod yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label, fel bod defnyddwyr yn gallu gwneud dewisiadau gwybodus am beth i'w fwyta. Yng Ngogledd Iwerddon, mae'r ASB yn gyfrifol am bolisi maeth ac mae ganddi'r nod ychwanegol o sicrhau bod defnyddwyr yn gallu cael mynediad at ddeiet fforddiadwy, nawr ac yn y dyfodol.

Bwriedir i arolwg Bwyd a Chi 2 fonitro cynnydd yr ASB yn erbyn y nodau hyn a llywio penderfyniadau polisi drwy fynd ati'n rheolaidd i fesur yr wybodaeth, yr agweddau a'r ymddygiadau o ran diogelwch bwyd a materion bwyd eraill a gofnodir gan ddefnyddwyr eu hunain yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

Bwyd a Chi 2

Comisiynwyd Ipsos MORI gan yr ASB i lunio a chynnal arolwg newydd, 'Bwyd a Chi 2', ddwywaith y flwyddyn, a hynny ar-lein yn bennaf.

¹ Yn yr Alban, mae'r swyddfa anweinidogol, [Safonau Bwyd yr Alban](#), yn gyfrifol am sicrhau bod bwyd yn ddiogel i'w fwyta, sicrhau bod defnyddwyr yn gwybod beth maen nhw'n ei fwyta, a gwella maeth.

Mae arolwg Bwyd a Chi 2 yn disodli arolwg Bwyd a Chi yr ASB a gynhaliwyd wyneb yn wyneb (2010-2018)², Arolwg Tracio Agweddau'r Cyhoedd (2010-2019) ac Arolwg Tracio Agweddau Defnyddwyr y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd (2014-2019). Gan fod cynnwys y cwestiynau, y dull cyflwyno a'r dull ymateb yn wahanol, ni ddylid cymharu'r arolygon cynharach hyn ag arolwg Bwyd a Chi 2 yn uniongyrchol. Ceir rhagor o wybodaeth am yr hanes a'r fethodoleg yn Atodiad A.

Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Casglwyd data Bwyd a Chi 2: Cylch 3 rhwng Ebrill a Mehefin 2021. Cwblhawyd yr arolwg gan 6,271 o oedolion o 4,338 o aelwydydd ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon (cyfradd ymateb gyffredinol o 31%).

Casglwyd data Bwyd a Chi 2: Cylch 3 yn ystod y pandemig COVID-19, a gafodd effaith sylweddol ar y gymdeithas, yr economi, ac ar fywydau beunyddiol pawb. Cafodd y pandemig COVID-19 effaith eang ar fynediad at gyflenwad bwyd sicr yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon. Disgwylir i'r pandemig COVID-19 fod wedi effeithio ar lefel y mynediad at gyflenwad bwyd sicr a gofnodwyd gan y rheiny a ymatebodd i arolwg Bwyd a Chi 2³.

Arolwg sy'n seiliedig ar fodiwlau yw Bwyd a Chi 2. Mae'n cynnwys modiwlau 'craidd' sy'n cael eu cynnwys ym mhob cylch, modiwlau 'cylchdro' sy'n cael eu hailadrodd bob

² Mae'r arolwg Bwyd a Chi wedi bod yn Ystadegyn Swyddogol ers 2014.

³Arolwg tracio defnyddwyr COVID-19 (2021), ASB [Food in a pandemic \(2021\) ASB](#). Life under Covid-19: Food waste attitudes and behaviours in 2020 (2021), WRAP. State of hunger: Building the evidence on poverty, destitution, and food insecurity in the UK (2021). Yr Ymddiriedolaeth Trussell.

Family Resources Survey (FRS): financial year 2021 to 2020 (2021). DWP. Mae'r Arolwg o Adnoddau Teulu yn gofyn i'r ymatebwyr roi gwybod am eu profiadau o ddiffyg mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn ystod y 30 diwrnod diwethaf, felly ni ellir cymharu'r ymatebion ag arolwg Bwyd a Chi 2.

blwyddyn neu bob dwy flynedd, a modiwlau 'unigryw' sy'n cael eu cynnwys unwaith yn unig. Ymhlith y modiwlau a gyflwynir yn yr adroddiad hwn mae 'Bwyd y gallwn ymddiried ynddo' (craidd), 'Pryderon am fwyd' (craidd), 'Mynediad at gyflenwad bwyd' (cylchdro), 'Siopa am fwyd a labelu bwyd' (cylchdro), 'Llwyfannau Ar-lein' (cylchdro) ac 'Ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd ac arferion bwyta' (cylchdro).

Mae'r adroddiad hwn yn cyflwyno prif ganfyddiadau arolwg Bwyd a Chi 2: Cylch 3. Nid yw'r holl gwestiynau a ofynnir yn arolwg Cylch 3 wedi'u cynnwys yn yr adroddiad. Mae'r canlyniadau llawn ar gael yn y [tablau data a'r set ddata lawn, sydd wedi'u hamgáu](#).

Dehongli'r canfyddiadau

I dynnu sylw at y gwahaniaethau allweddol rhwng is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill, dim ond pan fo'r gwahaniaeth absoliwt yn 10 pwynt canran neu ragor ac yn ystadegol arwyddocaol ar y lefel 5% ($p < 0.05$) y byddwn fel arfer yn tynnu sylw at wahaniaethau yn y proffiliau ymateb. Fodd bynnag, mae rhai gwahaniaethau rhwng is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill wedi'u cynnwys pan fo'r gwahaniaeth yn llai na 10 pwynt canran, a hynny pan dybir bod y canfyddiad yn nodedig neu'n ddiddorol. Rhoddir seren ddwbl (**) i nodi'r gwahaniaethau hyn.

Mae'r adroddiad yn cyflwyno rhai o'r gwahaniaethau rhwng rhai is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill yn y boblogaeth. Mewn rhai achosion, nid oedd yn bosib cynnwys data pob is-grŵp, ond mae'r data hyn ar gael yn y [set ddata lawn a'r tablau data](#).

Darperir gwybodaeth bwysig am bob cwestiwn yr adroddir amdano yn y troednodiadau, gan gynnwys:

- Geiriad y cwestiwn (cwestiwn) a'r opsiynau o ran ymateb (ymateb).
- Nifer yr ymatebwyr y cyflwynwyd y cwestiwn iddynt, a disgrifiad o'r ymatebwyr a atebodd y cwestiwn (sylfaen = N).
- Mae 'Pwysig' yn tynnu sylw at bwyntiau pwysig i'w hystyried wrth ddehongli'r canlyniadau.

Cynlluniau cyhoeddi yn y dyfodol

Ymhlith y modiwlau y disgwylir adrodd amdany'n nhw yn adroddiad Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 4 mae 'Bwyd y gallwn ymddiried ynddo' (craidd), 'Pryderon am fwyd' (craidd), 'Bwyta allan a bwyd tecawê' (cylchdro), 'Bwyta gartref' (cylchdro), a 'Mynediad at gyflenwad bwyd sicr' (cylchdro). Fodd bynnag, bydd y canfyddiadau a gaiff eu cynnwys yn yr adroddiadau am brif ganfyddiadau Bwyd a Chi 2 yn ymateb i faterion ac arsylwadau sy'n dod i'r amlwg y bernir eu bod yn newydd neu'n ddiddorol. Bydd cyfres o adroddiadau eilaidd yn trin a thrafod modiwlau allweddol mewn mwy o fanylder.

Pennod 1: Bwyd y gallwn ymddiried ynddo

Cyflwyniad

Cenhadaeth gyffredinol yr ASB yw sicrhau bod gennym 'fwyd y gallwn ymddiried ynddo'. Sefydlwyd yr ASB yn 2000 yn dilyn sawl brigiad amlwg o achosion o salwch a gludir gan fwyd. Yn ogystal â diogelu pobl, mae'r ASB hefyd yn ceisio lleihau baich economaidd salwch a gludir gan fwyd a chefnogi'r economi a masnach trwy sicrhau bod gan fwyd enw da o ran diogelwch a dilysrwydd yn y DU a thramor. Rydyn ni'n gyfrifol am y systemau sy'n rheoleiddio busnesau bwyd, ac rydyn ni ar flaen y gad o ran mynd i'r afael â throseddau bwyd.

Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o hyder ymatebwyr mewn diogelwch a dilysrwydd bwyd, a'u hymwybyddiaeth o'r ASB a'u hymddiriedaeth ynddi.

Hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd

Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr fod ganddyn nhw hyder o ran diogelwch a dilysrwydd bwyd. Dywedodd 90% o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta, a dywedodd 83% o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir⁴.

⁴ Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi... A) bod y bwyd rydych chi'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta. B) bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir (er enghraifft, cynhwysion, gwybodaeth am faeth, gwlad tarddiad). Ymatebion: Yn hyderus iawn, Yn weddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Mae'n amrywio, Ddim yn gwybod. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr. Pwysig: Cyfeirir at ymatebwyr 'Hyderus iawn' neu 'Weddol hyderus' fel rhai hyderus.

Roedd hyder o ran diogelwch bwyd yn amrywio rhwng gwahanol categorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd ymatebwyr 55 oed neu'n hŷn (er enghraifft, 95% o'r rheiny 75 oed a hŷn) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta nag ymatebwyr rhwng 16 a 24 oed (82%).
- NS-SEC⁵: roedd ymatebwyr mewn rhai grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 92% o'r rheiny mewn galwedigaethau canolradd) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta nag ymatebwyr a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (82%), a myfyrwyr amser llawn (81%).
- Mynediad at gyflenwad bwyd sicr: roedd ymatebwyr â chyflenwad bwyd sicr iawn (93%), ymylol (87%) neu ansicr (86%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta nag oedd ymatebwyr â chyflenwad bwyd ansicr iawn (78%)**.
- Grŵp ethnig: Dywedodd 93% o ymatebwyr gwyn eu bod yn hyderus bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta, o gymharu â 77% o ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig.

Roedd hyder yng nghywirdeb yr wybodaeth ar labeli bwyd yn amrywio rhwng gwahanol categorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd ymatebwyr 25 oed neu'n hŷn (er enghraifft, 88% o'r rheiny rhwng 55 a 64 oed) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir nag ymatebwyr rhwng 16 a 24 oed (72%).
- NS-SEC: roedd ymatebwyr mewn grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 85% o'r rheiny mewn galwedigaethau goruchwylio a thechnegol is) ac ymatebwyr a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (81%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir, o gymharu â myfyrwyr amser llawn (71%).

⁵[System ddsbarthu yw Dosbarthiad Economaidd-gymdeithasol Ystadegau Gwladol](#) (NS-SEC) sy'n awgrymu sefyllfa economaidd-gymdeithasol unigolion ar sail statws galwedigaeth a chyflogaeth.

- Mynediad at gyflenwad bwyd sicr: roedd ymatebwyr â chyflenwad bwyd sicr iawn (87%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir nag oedd ymatebwyr â chyflenwad bwyd ansicr iawn (76%).
- Grŵp ethnig: roedd ymatebwyr gwyn (85%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir, o gymharu ag ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (72%).
- Cyfrifoldeb dros siopa: roedd ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am siopa am fwyd (84%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn hyderus bod yr wybodaeth ar labeli bwyd yn gywir, o gymharu â'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa am fwyd (74%).

Hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd

Dywedodd bron i dri chwarter o'r ymatebwyr (73%) fod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd⁶.

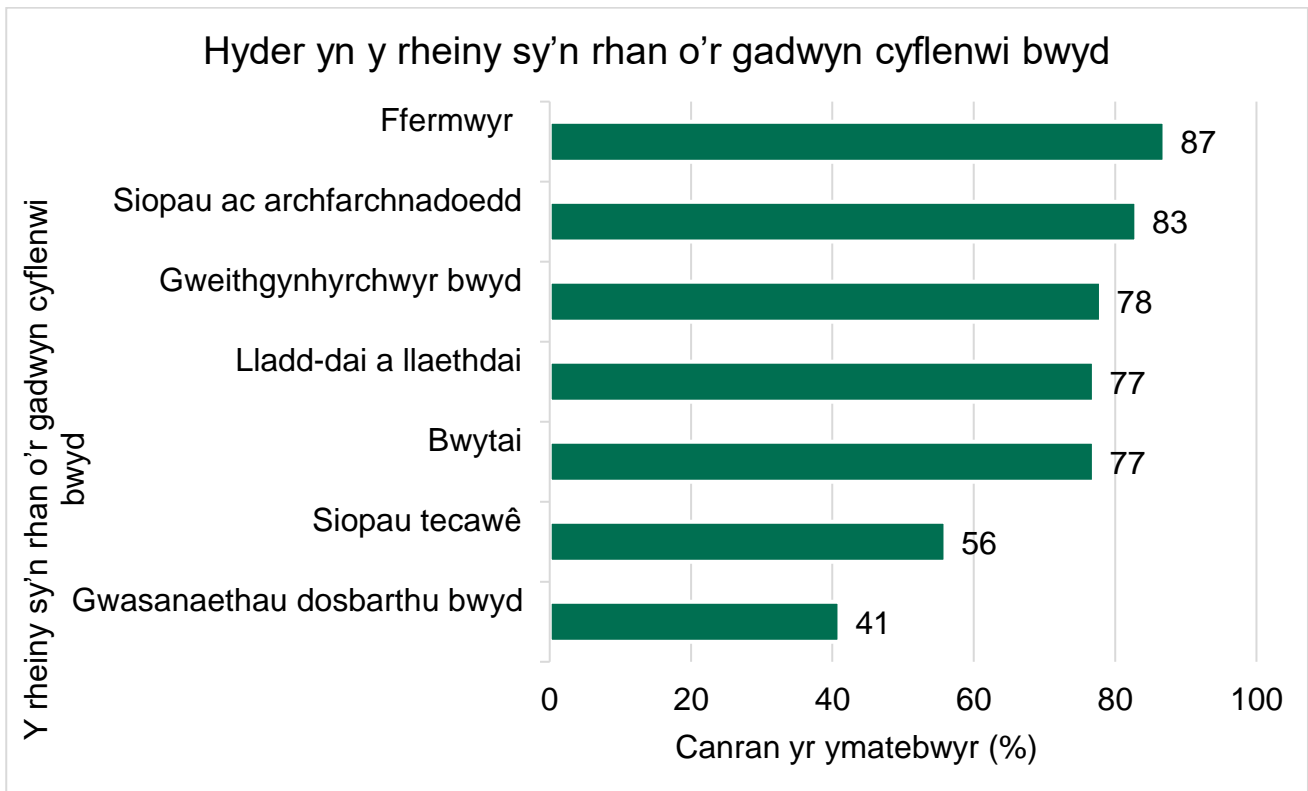
Roedd hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd yn amrywio rhwng gwahanol categorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd oedolion hŷn yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd o gymharu ag oedolion iau. Er enghraifft, dywedodd 82% o'r ymatebwyr 75 oed a hŷn fod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd, o gymharu â 59% o'r rheiny rhwng 16 a 24 oed.
- NS-SEC: roedd ymatebwyr mewn grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 78% o'r rheiny mewn galwedigaethau goruchwylio a thechnegol is) ac ymatebwyr a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (73%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd, o gymharu â myfyrwyr amser llawn (54%).

⁶ Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi yn y gadwyn cyflenwi bwyd? Hynny yw, yr holl brosesau sy'n gysylltiedig â dod â bwyd i'ch bwrdd. Ymatebion: Yn hyderus iawn, Yn weddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Mae'n amrywio, Ddim yn gwybod. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr. Pwysig: Cyfeirir at ymatebwyr 'Hyderus iawn' neu 'Weddol hyderus' fel rhai hyderus.

- Mynediad at gyflenwad bwyd sicr: roedd ymatebwyr â chyflenwad bwyd sicr iawn (76%) yn fwy tebygol o nodi bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd nag oedd ymatebwyr â chyflenwad bwyd ansicr iawn (63%).
- Grŵp ethnig: roedd ymatebwyr gwyn (76%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw hyder yn y gadwyn cyflenwi bwyd nag ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (63%).

Ffigur 1: Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn hyderus bod y rheiny sy'n rhan o'r gadwyn cyflenwi bwyd yn sicrhau bod bwyd yn ddiogel i'w fwyta.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa mor hyderus oedden nhw bod y rheiny sydd â rhan allweddol yn y gadwyn cyflenwi bwyd yn sicrhau bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta. Roedd yr ymatebwyr yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw

hyder mewn ffermwyr (87%) a siopau ac archfarchnadoedd (83%) nag mewn siopau tecawê (56%), a gwasanaethau dosbarthu bwyd (41%), (Ffigur 1)⁷.

Ymwybyddiaeth o'r ASB ac ymddiriedaeth a hyder ynddi

Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (90%) wedi clywed am yr ASB⁸. Gofynnwyd i ymatebwyr a oedd gwybod o leiaf rywfaint am yr ASB i ba raddau maen nhw'n ymddiried

⁷ Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi bod... A) Ffermwyr, B) Lladd-dai a llaethdai, C) Gwneuthurwyr bwyd, er enghraifft ffatrioedd, D) Siopau ac archfarchnadoedd, E) Bwytai, F) Siopau tecawê, G) Gwasanaethau dosbarthu bwyd, er enghraifft Just Eat, Deliveroo, Uber Eats... yn y DU (ac Iwerddon) yn sicrhau bod y bwyd rydych chi'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta. Ymatebion: Yn hyderus iawn, Yn weddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Mae'n amrywio, Ddim yn gwybod. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr. Pwysig: Cyfeirir at ymatebwyr 'Hyderus iawn' neu 'Weddol hyderus' fel rhai hyderus.

⁸ Cwestiwn: Pa rai o'r cyrff canlynol, os o gwbl, ydych chi wedi clywed amdany'n nhw? Dewiswch bob un sy'n berthnasol. Ymateb: Yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB), (Lloegr) Iechyd Cyhoeddus Lloegr (PHE), (Lloegr) Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig (DEFRA), (Lloegr) Asiantaeth yr Amgylchedd(Cymru a Lloegr) yr Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (HSE), (Cymru) Iechyd Cyhoeddus Cymru (PHW), (Cymru) Cyfoeth Naturiol Cymru, (Gogledd Iwerddon) Asiantaeth Iechyd y Cyhoedd (PHA), (Gogledd Iwerddon) Adran Amaethyddiaeth, yr Amgylchedd a Materion Gwledig (DAERA), (Gogledd Iwerddon) Gweithrediaeth Iechyd a Diogelwch Gogledd Iwerddon (HSENI), (Gogledd Iwerddon) Safefood. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein. Pwysig: Roedd yr holl ddefnyddwyr a gymerodd ran yn yr arolwg wedi cael gwahoddiad i gymryd rhan yn yr arolwg gan Ipsos MORI, a oedd yn sôn am yr ASB. Os na chafwyd ymateb, mae'n dangos nad oedd yr ymatebydd wedi clywed am y sefydliad neu nad oedd wedi ateb y cwestiwn.

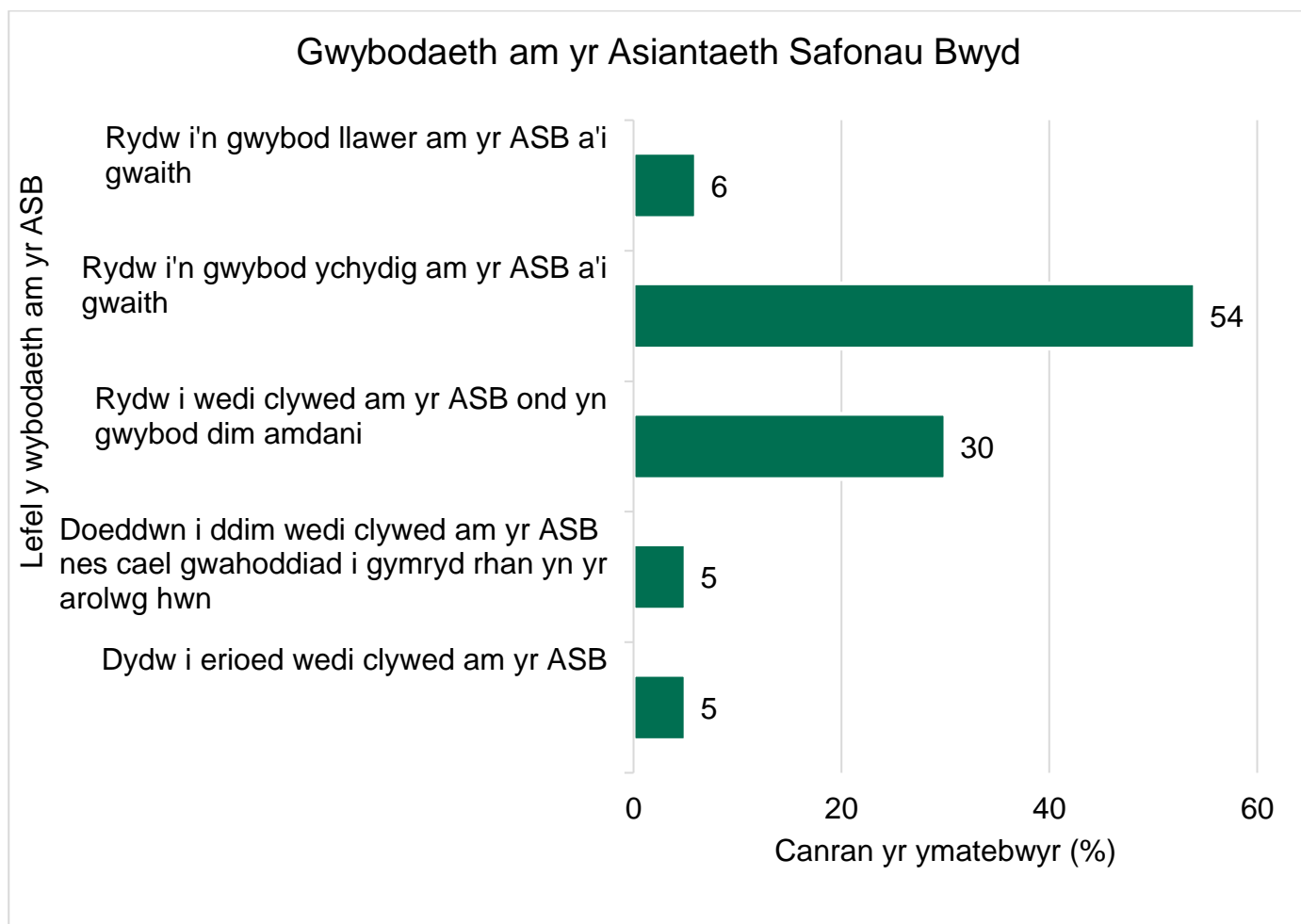
ynddi i gyflawni ei gwaith. Dywedodd 75% o'r ymatebwyr hyn eu bod yn ymddiried yn yr ASB i sicrhau bod 'bwyd yn ddiogel ac yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label'⁹.

Roedd ymwybyddiaeth o'r ASB yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd ymatebwyr hyn yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB nag ymatebwyr iau. Er enghraifft, dywedodd 97% o'r rheiny rhwng 65 a 74 oed eu bod yn gwybod am yr ASB, o'u cymharu â 79% o'r rheiny rhwng 16 a 24 oed.
- NS-SEC: roedd ymatebwyr mewn rhai grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 94% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol, a phroffesiynol) yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB nag ymatebwyr a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (69%), a myfyrwyr amser llawn (79%).
- Grŵp ethnig: roedd ymatebwyr gwyn (93%) yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB o gymharu ag ymatebwyr Asiaidd neu Asiaidd Prydeinig (81%).
- Cyfrifoldeb dros goginio: roedd ymatebwyr sy'n gyfrifol am goginio (91%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod wedi clywed am yr ASB na'r rheiny nad ydyn nhw'n coginio (76%).
- Cyfrifoldeb dros siopa am fwyd: roedd yr ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am siopa am fwyd (92%) yn fwy tebygol o fod wedi clywed am yr ASB na'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa am fwyd (76%).

⁹ Cwestiwn: I ba raddau ydych chi'n ymddiried yn yr Asiantaeth Safonau Bwyd, neu ddim yn ymddiried ynddi, i gyflawni ei gwaith? Hynny yw, sicrhau bod bwyd yn ddiogel ac yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label. Ymatebion: Rydw i'n ymddiried yn fawr ynddi, Rydw i'n ymddiried ynddi, Dydw i ddim yn ymddiried ynddi y naill ffordd neu'r llall, Dydw i ddim yn ymddiried ynddi, Dydw i ddim yn ymddiried ynddi o gwbl, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 3833, yr holl ymatebwyr sy'n gwybod llawer neu ychydig am yr ASB a'i gwaith. Pwysig: Cyfeirir at 'Rydw i'n ymddiried yn fawr ynddi' ac 'Rydw i'n ymddiried ynddi' fel ymddiried.

Ffigur 2. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn gwybod o leiaf rywffaint am yr ASB.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Dywedodd mwyafrif o'r ymatebwyr eu bod yn gwybod o leiaf rywffaint am yr ASB; dywedodd 6% eu bod yn gwybod llawer am yr ASB a'i gwaith; a dywedodd 54% eu bod yn gwybod ychydig am yr ASB a'i gwaith. Dywedodd llai na thraean o'r ymatebwyr nad oedden nhw'n gwybod fawr ddim, os o gwbl, am yr ASB; dywedodd 30% eu bod wedi clywed am yr ASB ond nad oedden nhw'n gwybod unrhyw beth amdani. Nid oedd 5%

wedi clywed am yr ASB cyn iddyn nhw gael gwahoddiad i gymryd rhan yn arolwg Bwyd a Chi 2; ac nid oedd 5% wedi clywed am yr ASB (Ffigur 2)¹⁰.

Roedd gwybodaeth am yr ASB yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd ymatebwyr rhwng 35 a 74 oed (er enghraifft, 71% o'r rheiny rhwng 65 a 74 oed) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB, o gymharu ag ymatebwyr iau (45% o'r rheiny rhwng 16 a 24 oed; 55% o'r rheiny rhwng 25 a 34 oed) neu'r ymatebwyr hynaf (48% o'r rheiny 75 oed a hŷn).
- Incwm blynyddol aelwydydd: roedd ymatebwyr ag incwm dros £64,000 (er enghraifft, 70% o'r rheiny ag incwm rhwng £64,000 a £95,999) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB, o gymharu â'r rheiny ag incwm llai nag £19,000 (55%).
- NS-SEC: roedd ymatebwyr mewn rhai grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 68% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol, a phroffesiynol) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB na'r rheiny a oedd mewn grwpiau galwedigaethau eraill (er enghraifft, 50% o'r rheiny mewn galwedigaethau gwaith lled-ailadroddus ac ailadroddus), y rheiny sydd wedi bod yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu nad oedden nhw erioed wedi gweithio (39%), neu fyfyrwyr amser llawn (48%).
- Gwlad: roedd ymatebwyr yng Nghymru (67%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB na'r rheiny yng Ngogledd Iwerddon (56%). Dywedodd chwech ym mhob deg (60%) ymatebydd yn Lloegr eu bod yn gwybod am yr ASB.

¹⁰ Cwestiwn: Faint, os o gwbl, ydych chi'n ei wybod am yr Asiantaeth Safonau Bwyd, sydd hefyd yn cael ei galw'n yr ASB? Ymateb: Rydw i'n gwybod llawer am yr Asiantaeth Safonau Bwyd a'i gwaith, Rydw i'n gwybod ychydig am yr Asiantaeth Safonau Bwyd a'i gwaith, Rydw i wedi clywed am yr ASB ond dydw i ddim yn gwybod dim amdani, Doeddwn i ddim wedi clywed am yr ASB nes imi gael gwahoddiad i gymryd rhan yn yr arolwg hwn, Dydw i erioed wedi clywed am yr ASB. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr. Pwysig: Roedd yr holl ddefnyddwyr a gymerodd ran yn yr arolwg wedi cael gwahoddiad i gymryd rhan yn yr arolwg, a oedd yn sôn am yr ASB.

- Cyfrifoldeb dros goginio: roedd yr ymatebwyr sy'n gyfrifol am goginio (62%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB na'r rheiny nad ydyn nhw'n coginio (39%).
- Cyfrifoldeb dros siopa: roedd yr ymatebwyr sy'n gyfrifol am siopa (62%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am yr ASB na'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa (42%).

Dyweddodd mwy nag 8 o bob 10 (83%) o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus y gellir dibynnu ar yr ASB (neu'r adran lywodraethol sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd) i ddiogelu'r cyhoedd rhag risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd (fel gwenwyn bwyd neu adweithiau alergaidd a achosir gan fwyd); roedd 77% yn hyderus bod yr ASB wedi ymrwmo i gyfathrebu'n agored â'r cyhoedd ynghylch risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd, ac roedd 80% yn hyderus bod yr ASB yn cymryd camau priodol pan gaiff risg sy'n gysylltiedig â bwyd ei nodi¹¹.

Ymddiriedaeth mewn gwyddoniaeth

Mae'r wybodaeth a'r dystiolaeth ddiweddaraf yn sail i waith yr ASB, gan gynnwys cyngor arbenigol annibynnol¹².

¹¹ Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi y gellir dibynnu ar yr Asiantaeth Safonau Bwyd/yr asiantaeth lywodraethol sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon... A) i ddiogelu'r cyhoedd rhag risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd (fel gwenwyn bwyd neu adweithiau alergaidd a achosir gan fwyd). B) ei bod wedi ymrwmo i gyfathrebu'n agored â'r cyhoedd am risgiau sy'n gysylltiedig â bwyd. C) ei bod yn cymryd camau priodol pan gaiff risg sy'n gysylltiedig â bwyd ei phennu? Ymatebion: Yn hyderus iawn, Yn weddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Ddim yn gwybod. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr. Pwysig: Cyfeirir at ymatebwyr 'hyderus iawn' a 'gweddol hyderus' fel rhai hyderus. Gofynnwyd i ymatebwyr a oedd yn gwybod ychydig, neu ddim o gwbl, am yr ASB am 'yr adran lywodraethol sy'n gyfrifol am ddiogelwch bwyd'; gofynnwyd i'r rheiny a oedd yn gwybod o leiaf rywfaint am yr ASB am yr ASB.

¹² [Bwyd y gallwn ymddiried ynddo, ASB.](#)

Gofynnwyd i'r ymatebwyr beth oedden nhw'n credu yr oedd yr ASB yn ei ystyried fwyaf wrth wneud penderfyniadau polisi, gan ddewis o restr o opsiynau. Roedd bron i hanner (44%) yr ymatebwyr yn credu bod yr ASB yn ystyried tystiolaeth wyddonol wrth wneud penderfyniadau polisi. Roedd llai o ymatebwyr yn credu bod yr ASB yn ystyried busnes a diwydiant (24%), barn y cyhoedd (21%) a safbwynt y llywodraeth (20%)¹³.

Er mwyn mesur ymddiriedaeth mewn gwyddoniaeth, gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor hyderus oeddent bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir. Dywedodd mwy nag 8 o bob 10 (83%) o'r ymatebwyr eu bod yn hyderus bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir¹⁴.

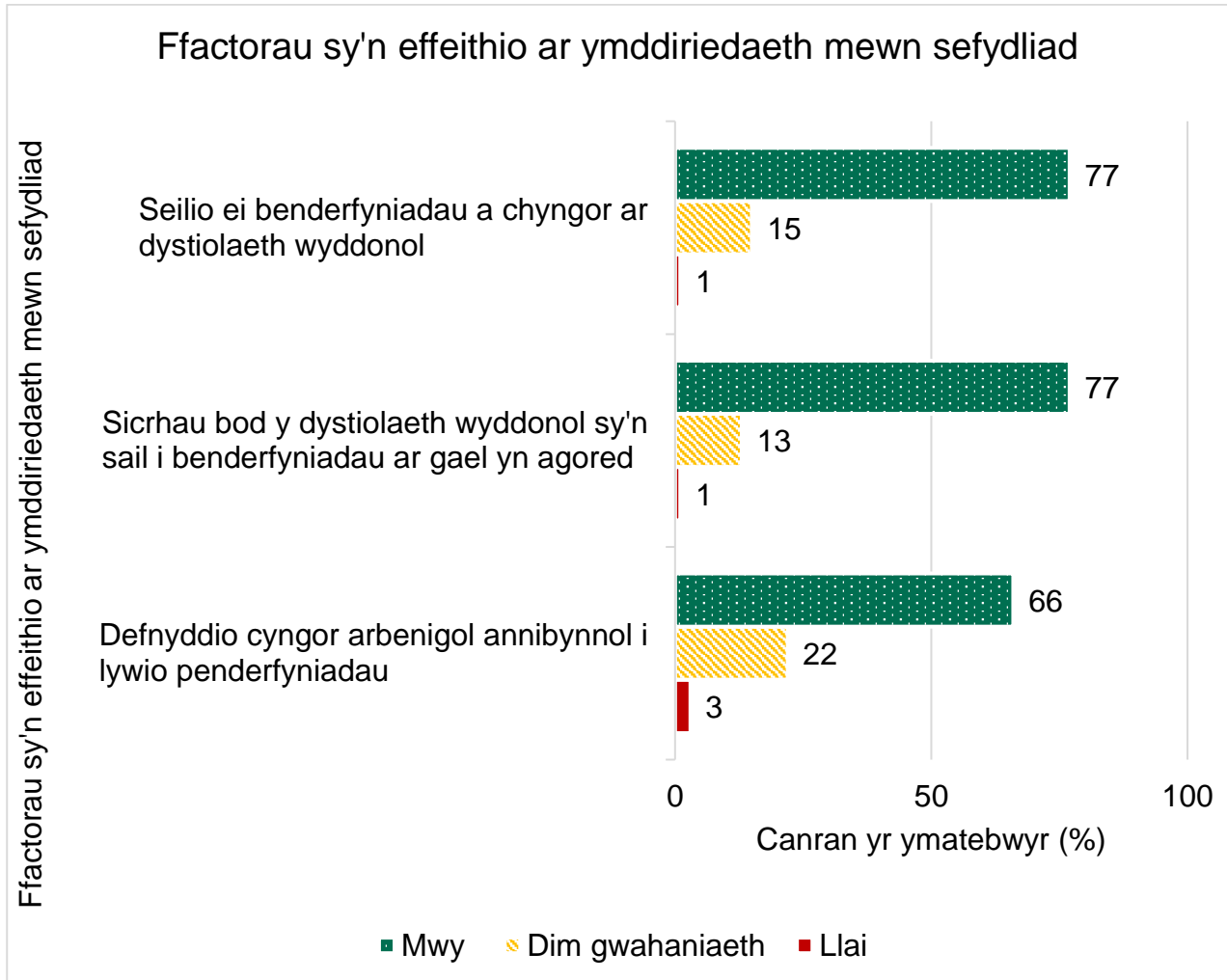
Roedd hyder mewn ymchwil wyddonol yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd ymatebwyr rhwng 65 a 74 oed (89%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir, o gymharu â'r rheiny rhwng 16 a 24 oed (78%).
- NS-SEC: roedd ymatebwyr mewn grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 85% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol, a phroffesiynol) a myfyrwyr amser llawn (84%) yn fwy tebygol o fod yn hyderus bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir nag ymatebwyr a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (61%).

¹³ Cwestiwn: Pa rai o'r canlynol, os o gwbl, ydych chi'n credu y mae'r Asiantaeth Safonau Bwyd yn eu hystyried wrth wneud penderfyniadau polisi? Ymatebion: Barn y cyhoedd, Safbwynt y llywodraeth, Tystiolaeth wyddonol, Busnes a diwydiant, Llywodraeth leol, Dim un o'r rhain, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein sy'n gwybod llawer neu ychydig am yr ASB a'i gwaith.

¹⁴ Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi bod ymchwil wyddonol yn arwain at gasgliadau cywir? Ymatebion: Yn hyderus iawn, Yn weddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein. Pwysig: Cyfeirir at ymatebwyr 'hyderus iawn' a 'gweddol hyderus' fel rhai hyderus.

Ffigur 3. Byddai'r rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn ymddiried mwy mewn sefydliad pe bai'n seilio ei benderfyniadau a chyngor ar dystiolaeth wyddonol ac yn sicrhau bod y dystiolaeth wyddonol sy'n sail i benderfyniadau ar gael yn agored, a phe bai'n defnyddio cyngor arbenigol annibynnol i lywio penderfyniadau.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i ymatebwyr pa ffactorau, o restr benodol, a fyddai'n gwneud iddyn nhw ymddiried mwy mewn sefydliad a pha rai fyddai'n gwneud iddynt ymddiried llai. Nododd dros dri chwarter (77%) o'r ymatebwyr y bydden nhw'n ymddiried mwy mewn sefydliad (h.y., 'Ymddiried llawer mwy mewn sefydliad' neu 'Ymddiried ychydig yn fwy mewn

sefydliad') pe bai'n seilio ei benderfyniadau a chynghor ar dystiolaeth wyddonol¹⁵. Dywedodd dros dri chwarter (77%) o'r ymatebwyr y bydden nhw'n ymddiried mwy mewn sefydliad pe bai'n sicrhau bod y dystiolaeth wyddonol sy'n sail i unrhyw benderfyniadau ar gael yn agored¹⁶. Dywedodd dros ddwy ran o dair (66%) o'r ymatebwyr y bydden nhw'n ymddiried mwy mewn sefydliad pe bai'n defnyddio cynghor arbenigol annibynnol i lywio unrhyw benderfyniadau (Ffigur 3)¹⁷.

¹⁵ Cwestiwn: Pe bai sefydliad yn seilio ei benderfyniadau a'i gynghor ar dystiolaeth wyddonol, a fyddai hyn yn gwneud i chi...? Ymatebion: Ymddiried llawer mwy yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn fwy yn y sefydliad, Ymddiried llawer llai yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn llai yn y sefydliad, Ni fyddai'n gwneud unrhyw wahaniaeth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

¹⁶ Cwestiwn: Pe bai sefydliad yn sicrhau bod y dystiolaeth wyddonol sy'n sail i unrhyw benderfyniadau ar gael yn agored, a fyddai hyn yn gwneud i chi...? Ymatebion: Ymddiried llawer mwy yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn fwy yn y sefydliad, Ymddiried llawer llai yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn llai yn y sefydliad, Ni fyddai'n gwneud unrhyw wahaniaeth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

¹⁷ Cwestiwn: Pe bai sefydliad yn defnyddio cynghor arbenigol annibynnol i lywio unrhyw benderfyniadau, a fyddai hyn yn gwneud i chi...? Ymatebion: Ymddiried llawer mwy yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn fwy yn y sefydliad, Ymddiried llawer llai yn y sefydliad, Ymddiried ychydig yn llai yn y sefydliad, Ni fyddai'n gwneud unrhyw wahaniaeth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

Pennod 2: Pryderon am fwyd

Cyflwyniad

[Cenhadaeth gyffredinol](#) yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB) yw sicrhau bod gennym 'fwyd y gallwn ymddiried ynddo'. Amcan a gweledigaeth yr ASB yw sicrhau bod bwyd yn ddiogel i'w fwyta ac ei fod yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label. Nod yr ASB yw sicrhau bod defnyddwyr yn gallu gwneud dewisiadau gwybodus ynghylch beth i'w fwyta, ymddiried bod y bwyd maen nhw'n ei brynu yn ddiogel i'w fwyta, a chael mynediad at ddeiet fforddiadwy, nawr ac yn y dyfodol¹⁸.

Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o bryderon ymatebwyr am fwyd a sut mae'r rhain yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl.

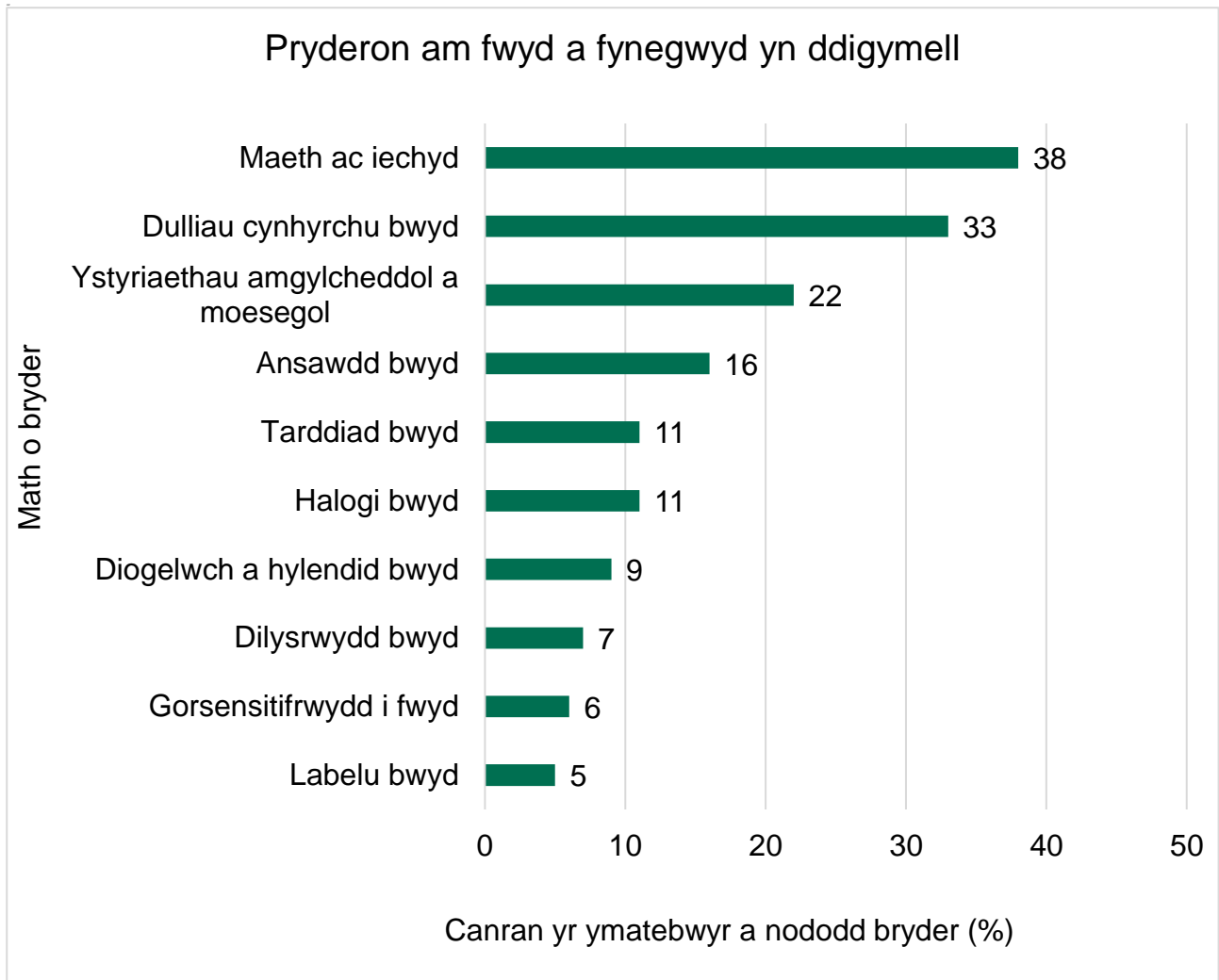
Pryderon cyffredin

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud a oedd ganddyn nhw unrhyw bryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Nid oedd gan y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (80%) unrhyw bryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta, a dim ond 20% o'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddyn nhw bryder¹⁹.

¹⁸ Nid yw'r ASB yn gyfrifol am bolisi maeth yng Nghymru a Lloegr, dim ond yng Ngogledd Iwerddon.

¹⁹ Cwestiwn: Oes gennych chi unrhyw bryderon am y bwyd rydych chi'n ei fwyta?
Ymatebion: Oes, Nac oes. Sylfaen = 6271, yr holl ymatebwyr.

Ffigur 4. Y deg pryder mwyaf cyffredin am fwyd a fynegwyd yn ddigymell gan y rheiny a nododd fod ganddynt bryder am fwyd.



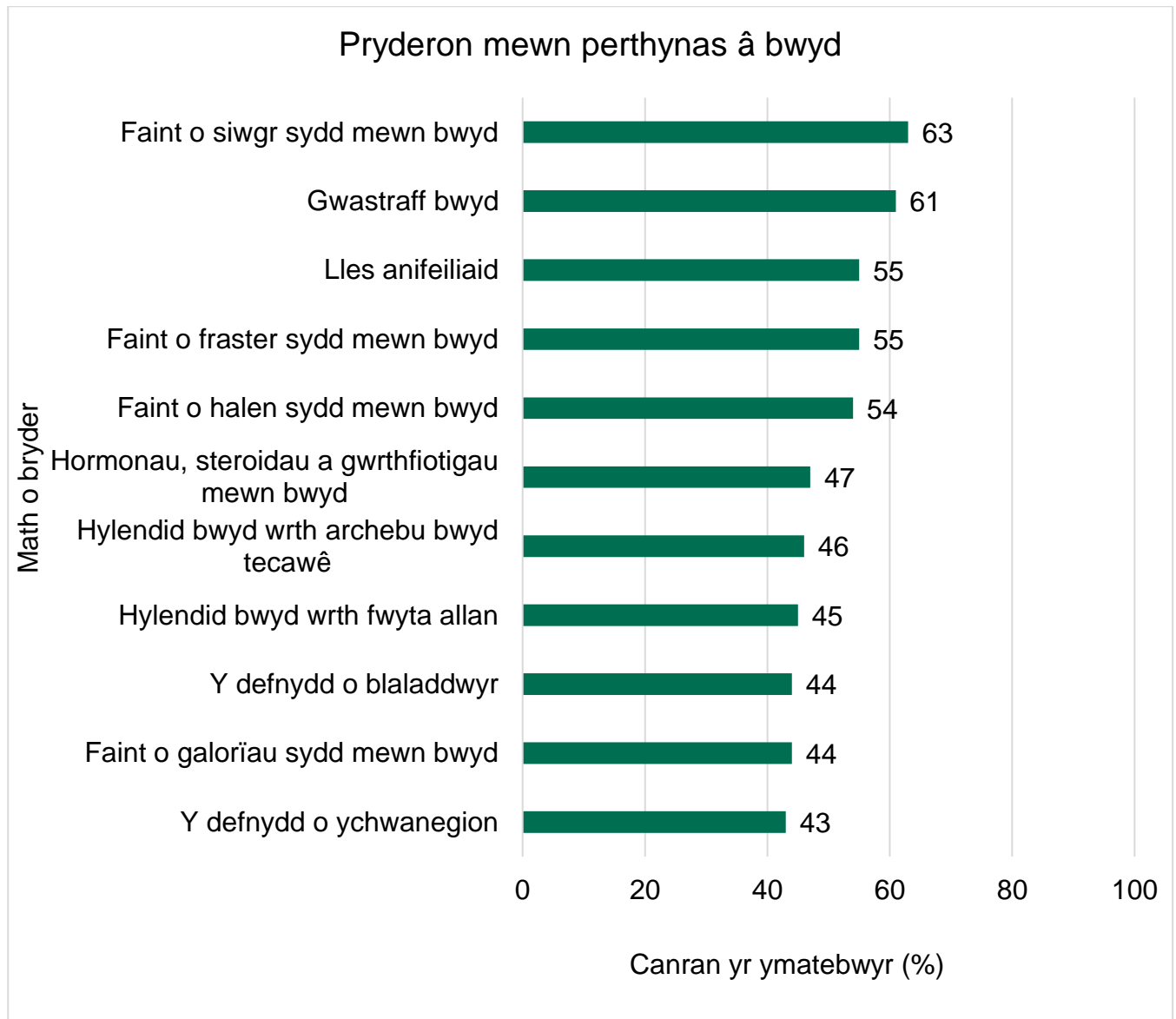
Ffynhonnell Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd fod ganddyn nhw bryder esbonio'n gryno eu pryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Roedd y pryder mwyaf cyffredin yn ymwneud â maeth ac iechyd (38%), a oedd yn cynnwys gordewdra a/neu fwyta'n iachus, faint o siwgr sydd mewn bwyd, a bwyd wedi'i brosesu fel bwyd sothach.

Roedd y pryder mwyaf cyffredin ond un yn ymwneud â dulliau cynhyrchu bwyd (33%), a oedd yn cynnwys defnyddio plaladdwyr a neu/wrtaith i dyfu bwyd, ychwanegion fel

cyffeithyddion a lliwiau bwyd mewn cynhyrchion bwyd, a sut mae bwyd wedi cael ei gynhyrchu neu ei brosesu (Ffigur 4)²⁰.

Ffigur 5. Y deg pryder mwyaf cyffredin mewn perthynas â bwyd.

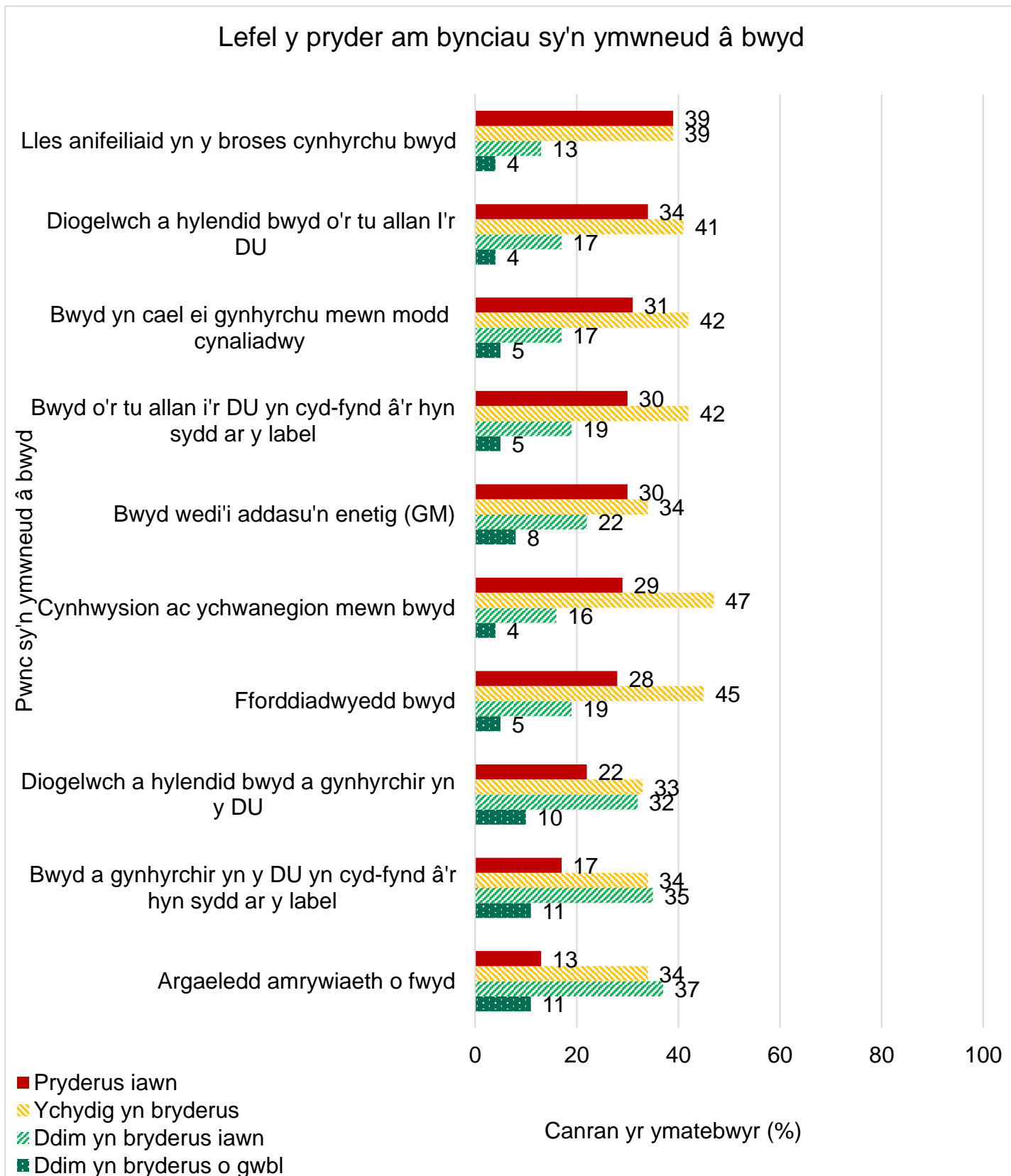


²⁰ Cwestiwn: Beth yw eich pryderon am y bwyd rydych chi'n ei fwyta? Ymatebion: [Testun agored]. Sylfaen = 1247, pob ymatebydd a oedd â phryderon am y bwyd maen nhw'n ei fwyta. Pwysig: Mae ymatebion ychwanegol ar gael yn y tablau data a'r [set ddata lawn](#). Cafodd yr ymatebion eu codio gan Ipsos MORI – gweler yr [Adroddiad Technegol](#) i gael rhagor o fanylion.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud a oedd ganddyn nhw bryderon am ystod o faterion sy'n gysylltiedig â bwyd, gan ddewis o blith rhestr o opsiynau. Roedd y pryderon mwyaf cyffredin yn ymwneud â faint o siwgr sydd mewn bwyd (63%), a gwastraff bwyd (61%) (Ffigur 5). Roedd ychydig dros hanner yr ymatebwyr yn pryderu am les anifeiliaid (55%), faint o fraster sydd mewn bwyd (55%) a faint o halen sydd mewn bwyd (54%) (Ffigur 5)²¹

²¹ Cwestiwn: A oes gennych chi bryderon am unrhyw un o'r canlynol? Ymatebion: Faint o siwgr sydd mewn bwyd, Gwastraff bwyd, Lles anifeiliaid, Hormonau, steroidau a gwrthfotigau mewn bwyd, Faint o halen sydd mewn bwyd, Faint o fraster sydd mewn bwyd, Gwenwyn bwyd, Hylendid bwyd wrth fwyta allan, Hylendid bwyd wrth archebu bwyd tecawê, Y defnydd o blaladdwyr, Twyll neu droseddau bwyd, Y defnydd o ychwanegion (er enghraifft, cyffeithyddion a lliwiau bwyd), Prisiau bwyd, Bwydydd a addaswyd yn enetig (GM), Halogiad cemegol o du'r amgylchedd, Milltiroedd bwyd, Nifer y calorïau mewn bwyd, Gwybodaeth am alergenau mewn bwyd, Coginio'n ddiogel gartref, Dim un o'r rhain, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

Ffigur 6. Roedd ymatebwyr yn bryderus iawn am les anifeiliaid yn y broses cynhyrchu bwyd.



Gofynnwyd i ymatebwyr nodi i ba raddau yr oedden nhw'n pryderu am nifer o faterion penodol sy'n ymwneud â bwyd. Roedd ymatebwyr yn fwyaf tebygol o nodi lefel uchel o bryder am les anifeiliaid yn y broses cynhyrchu bwyd (39%), diogelwch a hylendid bwyd o'r tu allan i'r DU (34%), a bwyd yn cael ei gynhyrchu mewn modd cynaliadwy (31%) (Ffigur 6)²².

²² Cwestiwn: Gan feddwl am fwyd yn y Deyrnas Unedig [yng Ngogledd Iwerddon: yn y Deyrnas Unedig ac Iwerddon] heddiw, pa mor bryderus ydych chi, os o gwbl, am bob un i'r pynciau canlynol? A) Fforddiadwyedd bwyd B) Diogelwch a hylendid bwyd a gynhyrchir [yng Nghymru a Lloegr: yn y DU; yng Ngogledd Iwerddon: yn y DU ac Iwerddon] C) Diogelwch a hylendid bwyd o'r tu allan i [yng Nghymru a Lloegr: yn y DU; yng Ngogledd Iwerddon: yn y DU ac Iwerddon] D) Bwyd a gynhyrchir yn [yng Nghymru a Lloegr: yn y DU; yng Ngogledd Iwerddon: yn y DU ac Iwerddon] yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label E) Bwyd o'r tu allan i [yng Nghymru a Lloegr: y DU; yng Ngogledd Iwerddon: y DU ac Iwerddon] yn cyd-fynd â'r hyn sydd ar y label F) Bwyd yn cael ei gynhyrchu mewn modd cynaliadwy G) Argaeledd amrywiaeth eang o fwyd H) Lles anifeiliaid yn y broses cynhyrchu bwyd I) Cynhwysion ac ychwanegion mewn bwyd J) Bwyd sydd wedi'i addasu'n enetig (GM). Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr.

Pennod 3: Mynediad at gyflenwad bwyd sicr

Cyflwyniad

Mae'r bennod hon yn adrodd am lefel y mynediad at gyflenwad bwyd sicr yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, a sut roedd mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl.

“Ceir cyflenwad bwyd sicr pan fo gan bawb, ar bob adeg, fynediad ffisegol ac economaidd at fwyd digonol, diogel a maethlon sy'n bodloni eu hanghenion deietegol a'u dewisiadau bwyd ar gyfer byw bywyd actif ac iach”. *Uwchgynhadledd Bwyd y Byd, 1996,*

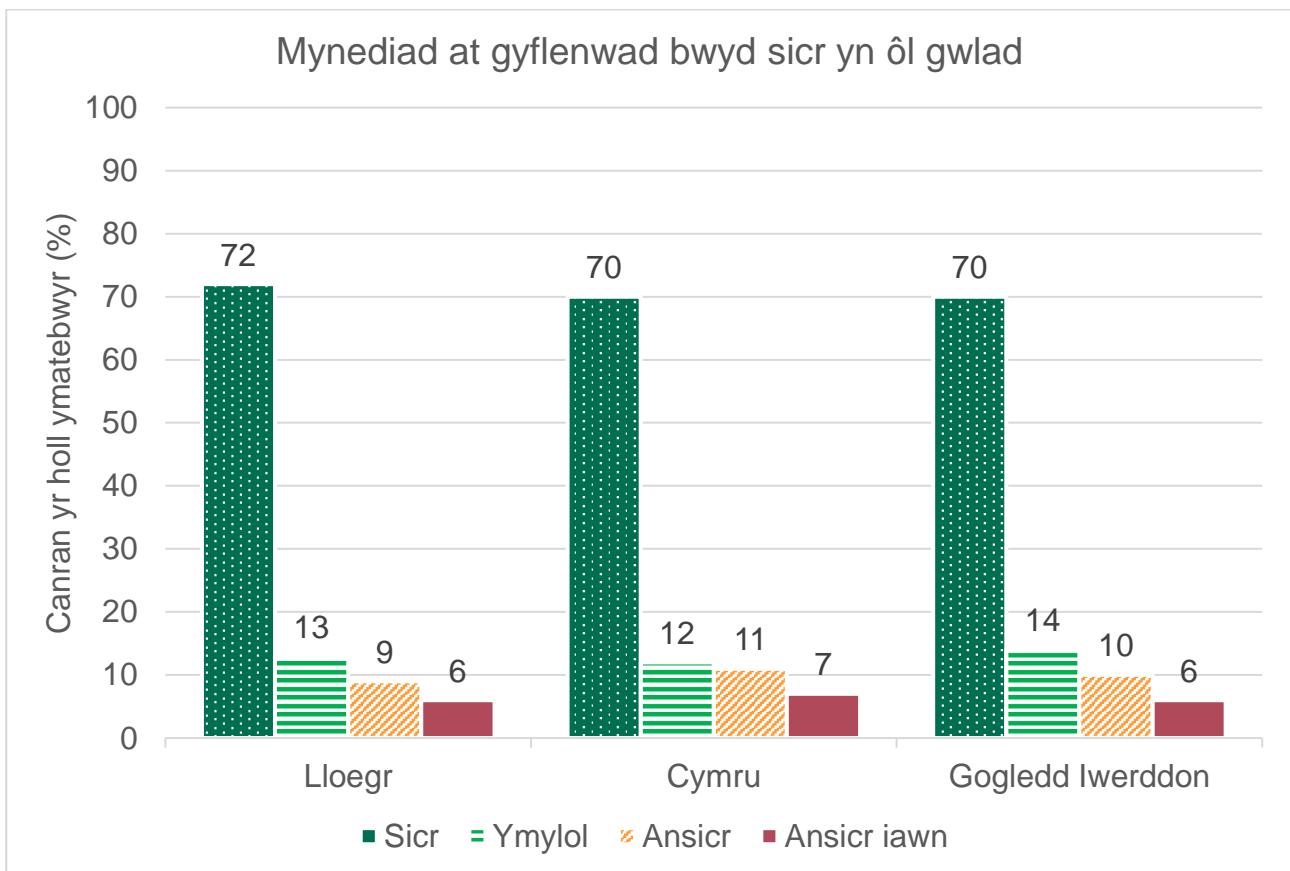
[Mae Bwyd a Chi 2 yn defnyddio Modiwl Arolwg Mynediad Oedolion at Gyflenwad Bwyd Sicr yr Unol Daleithiau](#) a luniwyd gan Adran Amaethyddiaeth yr Unol Daleithiau (USDA) i fesur mynediad defnyddwyr at gyflenwad bwyd sicr.

Ceir rhagor o wybodaeth am sut y caiff mynediad at gyflenwad bwyd sicr ei fesur, a sut y caiff dosbarthiadau eu neilltuo a'u diffinio, yn Atodiad A, ac [ar wefan Mynediad at Gyflenwad Bwyd Sicr yr USDA](#).

Mynediad at gyflenwad bwyd sicr

Ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon, cafodd 85% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â chyflenwad bwyd sicr (72% yn sicr iawn, 13% yn ymylol), a chafodd 15% o'r ymatebwyr eu dosbarthu fel pobl â chyflenwad bwyd ansicr (9% yn ansicr, 6% yn ansicr iawn)²³.

Ffigur 7. Mae mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn debyg ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

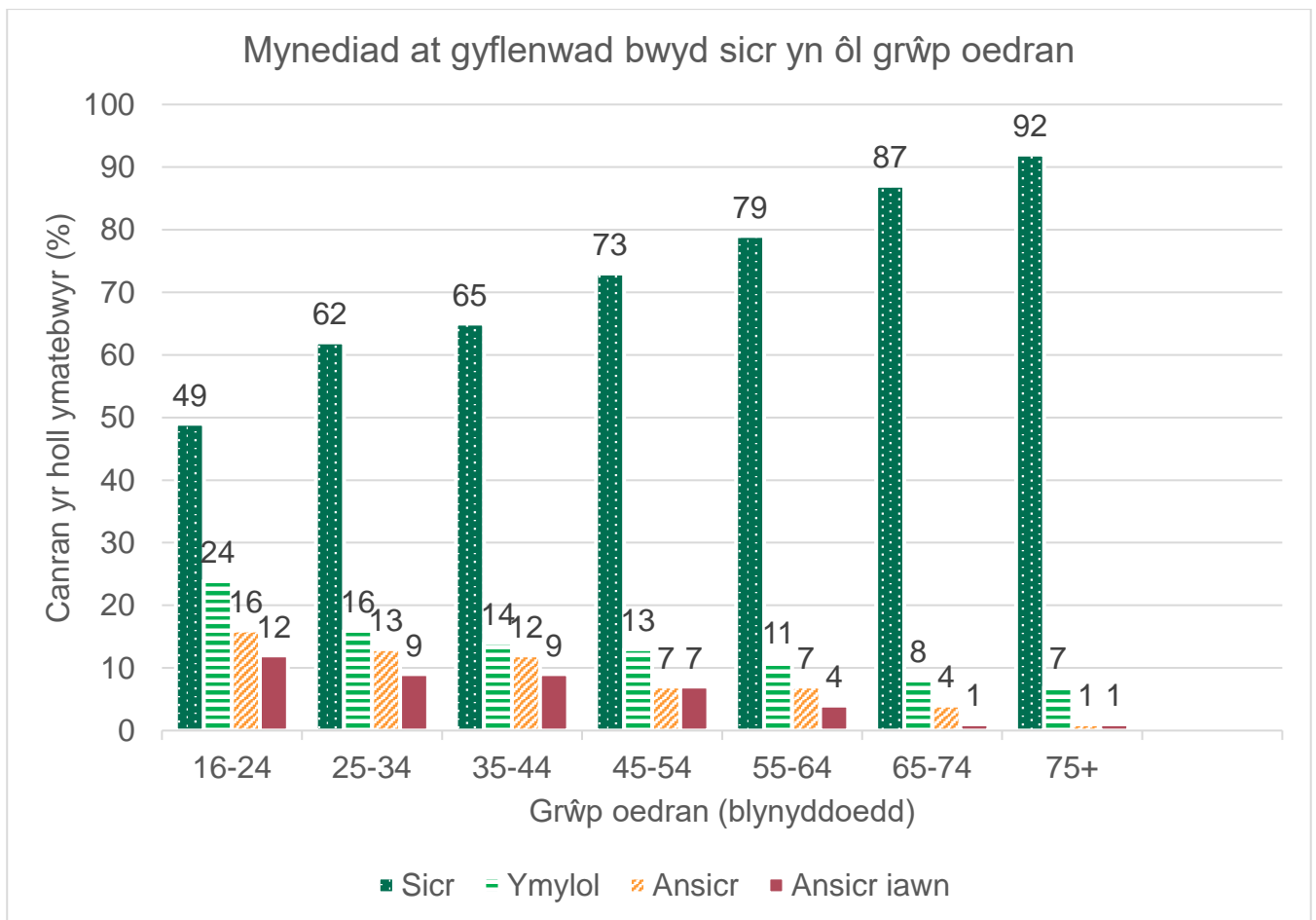


Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

²³ Cwestiwn/Ymatebion: Newidyn deilliedig, gweler [canllawiau yr USDA ar Fynediad at Gyflenwad Bwyd Sicr](#) a'r [Adroddiad Technegol](#). Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr. Pwysig: Gweler Atodiad A am wybodaeth am ddsbarthiadau a diffiniadau lefelau'r mynediad at gyflenwad bwyd sicr.

Roedd lefelau'r mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn debyg ledled Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon**. Roedd gan dros dri chwarter yr ymatebwyr gyflenwad bwyd sicr (h.y. roedd ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr iawn neu ymylol) yng Nghymru (82%), Lloegr (85%) a Gogledd Iwerddon (84%). Roedd gan oddeutu 1 o bob 6 ymatebydd gyflenwad bwyd ansicr (h.y. roedd ganddyn nhw gyflenwad bwyd ansicr neu ansicr iawn) yng Nghymru (18%), Lloegr (15%) a Gogledd Iwerddon (16%) (Ffigur 7).

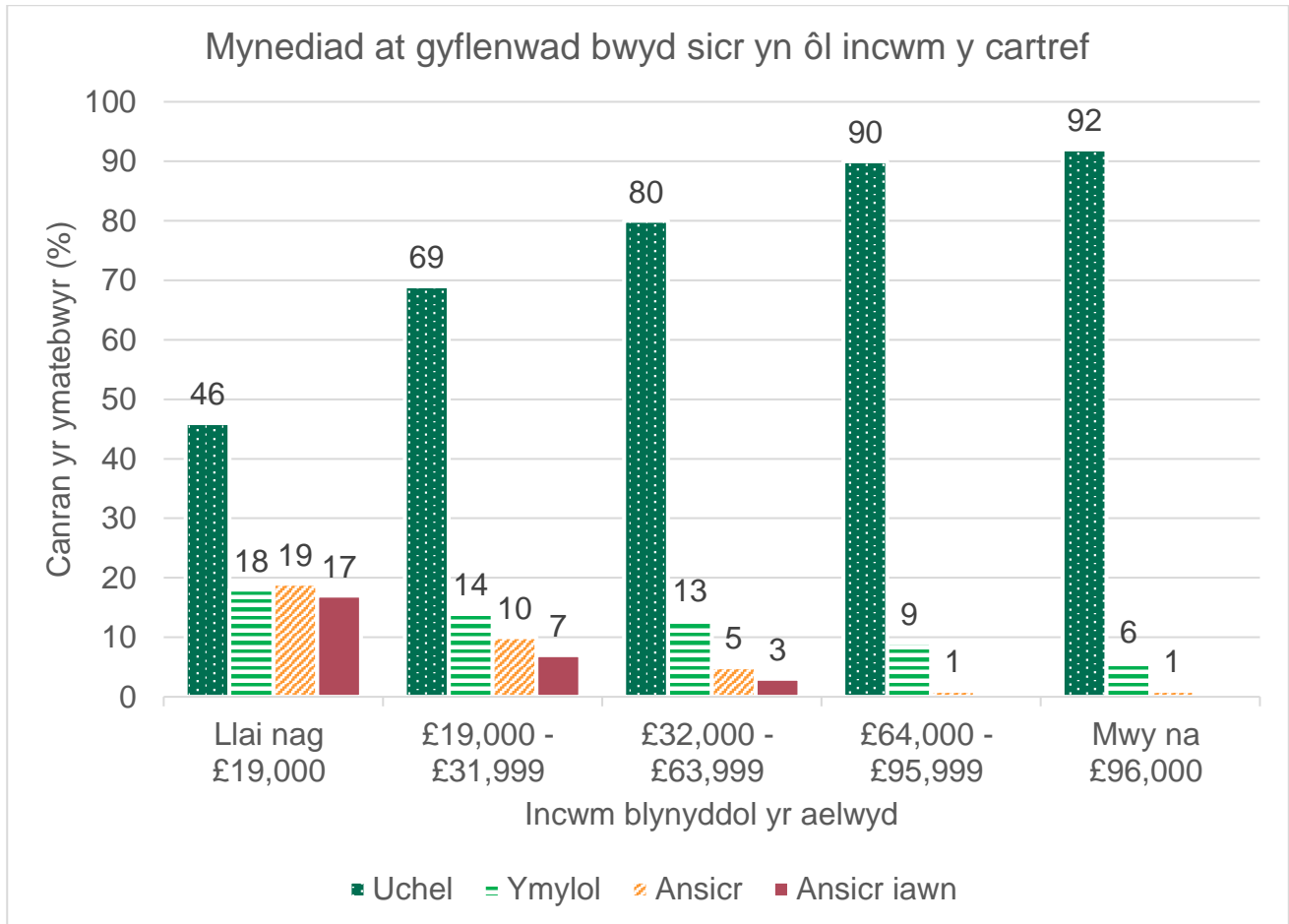
Ffigur 8. Roedd cyflenwad bwyd sicr yn fwy cyffredin ymhlith oedolion hŷn.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Roedd mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn amrywio yn ôl grŵp oedran gydag oedolion hŷn yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr ac yn llai tebygol o ddweud bod ganddyn nhw gyflenwad bwyd ansicr nag oedolion iau (Ffigur 8).

Ffigur 9. Roedd cyflenwad bwyd sicr yn fwy cyffredin mewn cartrefi ag incwm uwch.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Roedd mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn gysylltiedig ag incwm yr aelwyd. Roedd ymatebwyr ag incwm uwch yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr na'r rheiny ag incwm is. Er enghraifft, nododd 92% o ymatebwyr ag incwm dros £96,000 fod ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr, o gymharu â 46% o'r rheiny ag incwm llai nag £19,000 (Ffigur 9). Nododd dros draean (36%) o'r rheiny ag incwm aelwyd blynyddol o lai nag £19,000 fod ganddyn nhw gyflenwad bwyd ansicr neu ansicr iawn.

Roedd lefel gofnodedig y mynediad at gyflenwad bwyd sicr hefyd yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Plant yn y cartref: dywedodd 87% o'r cartrefi heb blant fod ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr o gymharu â 16% o'r cartrefi â phlant o dan 16 oed**.
- Statws cyflogaeth: roedd ymatebwyr a oedd wedi ymddeol (97%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr o gymharu â'r rheiny a oedd yn gweithio (86%) a'r rheiny nad oeddent yn gweithio (67%).
- NS-SEC: roedd cyflenwad bwyd sicr yn fwy tebygol o gael ei nodi gan ymatebwyr yn y rhan fwyaf o grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 91% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol, a phroffesiynol), o gymharu â'r rheiny mewn galwedigaethau gwaith lled-ailadroddus ac ailadroddus (73%), a myfyrwyr amser llawn (79%). Y rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (52%) oedd leiaf tebygol o fod â chyflenwad bwyd sicr.
- Cyflwr iechyd hirdymor: roedd ymatebwyr nad oedd ganddyn nhw gyflwr iechyd hirdymor (89%) yn fwy tebygol o ddweud bod ganddyn nhw gyflenwad bwyd sicr o gymharu â'r rheiny â chyflwr iechyd hirdymor (77%).

Defnyddio banc bwyd

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ydyn nhw, neu unrhyw un arall yn eu cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (95%) nad oedden nhw wedi defnyddio banc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf; nododd 4% o'r ymatebwyr eu bod nhw wedi²⁴.

Gofynnwyd i ymatebwyr a oedd wedi derbyn parcel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr arall nodi pa mor aml yr oedden nhw wedi derbyn parcel bwyd yn ystod y 12 mis diwethaf. O blith yr ymatebwyr hyn, roedd bron i draen (30%) wedi cael parcel bwyd ar un achlysur yn unig yn ystod y 12 mis diwethaf; roedd 46% wedi cael parcel bwyd ar fwy

²⁴ Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, a ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall?

Ymatebion: Ydw/Ydyn, Nac ydw/Nac ydyn, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr.

nag un achlysur ond yn llai aml na phob mis; ac roedd 10% wedi cael parcel bwyd bob mis neu'n amlach²⁵.

Prydau ysgol, clybiau prydau, a thalebau Cychwyn Iach

Gofynnwyd i ymatebwyr â phlant rhwng 7 a 15 oed yn eu cartref a yw eu plant yn cael prydau ysgol am ddim. Dywedodd y rhan fwyaf (81%) o'r ymatebwyr a oedd â phlentyn/plant rhwng 7 a 15 oed yn eu cartref nad oedd y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim. Nododd oddeutu un o bob chwech (16%) o'r ymatebwyr fod y plentyn/plant yn cael prydau ysgol am ddim²⁶.

Gofynnwyd i ymatebwyr â phlant rhwng 5 ac 15 oed yn eu cartref a oedd y plant hyn wedi cymryd rhan mewn clwb ysgol lle darparwyd pryd o fwyd yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (82%) nad oedd y plentyn/plant yn eu cartref wedi mynychu un o'r clybiau hyn yn ystod y 12 mis diwethaf. Dywedodd mwy nag 1 o bob 10 (11%) o'r ymatebwyr fod y plentyn/plant yn eu cartref wedi mynychu clwb brecwast cyn ysgol; dywedodd 6% fod y plentyn/plant wedi cymryd rhan mewn clwb ar ôl

²⁵ Cwestiwn: Pa mor aml yn ystod y 12 mis diwethaf ydych chi, neu unrhyw un arall yn eich cartref, wedi cael parcel bwyd am ddim gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall? Ymatebion: Dim ond unwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Ddwy neu dair gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Pedair i chwe gwaith yn ystod y flwyddyn ddiwethaf, Fwy na chwe gwaith ond nid pob mis, Bob mis neu'n amlach, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 297, yr holl ymatebwyr a nododd fod rhywun yn eu cartref wedi defnyddio banc bwyd neu fwyd brys neu wedi cael parcel bwyd gan fanc bwyd neu ddarparwr bwyd brys arall yn ystod y 12 mis diwethaf.

²⁶ Cwestiwn: A yw unrhyw plentyn yn cael prydau ysgol am ddim? Ymatebion : Ydyn, Nac ydyn, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 1057, yr holl ymatebwyr a oedd â phlentyn/plant rhwng 7 a 15 oed yn byw yn y cartref. Pwysig: Casglwyd data rhwng 28 Ebrill a 25 Mehefin 2021, yn rhannol yn ystod gwyliau Pasg ysgolion er i hyn amrywio yn ôl ardal) ac yn ystod y pandemig COVID-19. Gallai hyn fod wedi dylanwadu ar yr ymatebion a gafwyd.

ysgol lle cawsant bryd o fwyd; a dywedodd 5% fod y plentyn/plant wedi cymryd rhan mewn clwb cinio a gweithgareddau a gynhaliwyd yn ystod gwyliau ysgol²⁷.

Gofynnwyd i ymatebwyr a oedd â phlant rhwng 0 a 4 oed yn eu cartref neu a oedd yn feichiog a ydynt yn cael talebau [Cychwyn Iach](#). Dywedodd mwyafrif o'r ymatebwyr (87%) nad ydyn nhw'n cael talebau Cychwyn Iach; fe wnaeth 10% o'r ymatebwyr ddweud eu bod yn cael y talebau hyn²⁸.

²⁷ Cwestiwn: A wnaeth eich plentyn/unrhyw un o'r plant yn eich cartref fynd i unrhyw un o'r canlynol yn ystod y 12 mis diwethaf? Ymatebion: Clwb brechwast cyn ysgol, Clwb ar ôl ysgol lle cawsant bryd o fwyd (te/cinio), Clwb cinio a gweithgareddau a oedd yn cael ei gynnal yn ystod gwyliau ysgol yn unig, Dim un o'r rhain, Ddim yn gwybod.

Sylfaen = 1186, yr holl ymatebwyr â phlentyn/plant rhwng 5 a 15 oed yn y cartref.

²⁸ Cwestiwn: Ydych chi'n cael talebau Cychwyn Iach ar eich cyfer chi eich hunan neu ar gyfer eich plant? Ymatebion : Ydw, Nac ydw, Ddim yn gwybod, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 588, yr holl ymatebwyr a ymatebodd ar-lein sy'n feichiog neu sydd â phlentyn/plant rhwng 0 a 4 oed yn eu cartref, a phawb a lenwodd yr holiadur papur sydd â phlentyn/plant rhwng 0 a 4 oed yn byw yn eu cartref.

Pennod 4: Siopa am fwyd a labelu bwyd

Cyflwyniad

Mae rheoleiddio labelu bwyd yn fater cymhleth, ac mae labelu bwyd yn rhan o gylch gwaith nifer o gyrrff, a'r rheiny'n amrywio rhwng [Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon](#).

Mae'r ASB yn gyfrifol am yr agweddau hynny ar labelu bwyd sy'n ymwneud â diogelwch bwyd ac alergenau yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon. Yn ogystal, mae'r ASB yng Nghymru yn gyfrifol am labelu bwyd sy'n ymwneud â safonau cyfansoddiad bwyd a'r wlad tarddiad. Mae'r ASB yng Ngogledd Iwerddon yn gyfrifol am labelu bwyd mewn perthynas â safonau cyfansoddiad bwyd, gwlad tarddiad, a maeth²⁹.

Mae [Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig](#) (Defra) â rôl bwysig mewn perthynas â chynhyrchu bwyd, ac mae'n gyfrifol am agweddau ar labelu bwyd, fel cyfansoddiad a tharddiad.

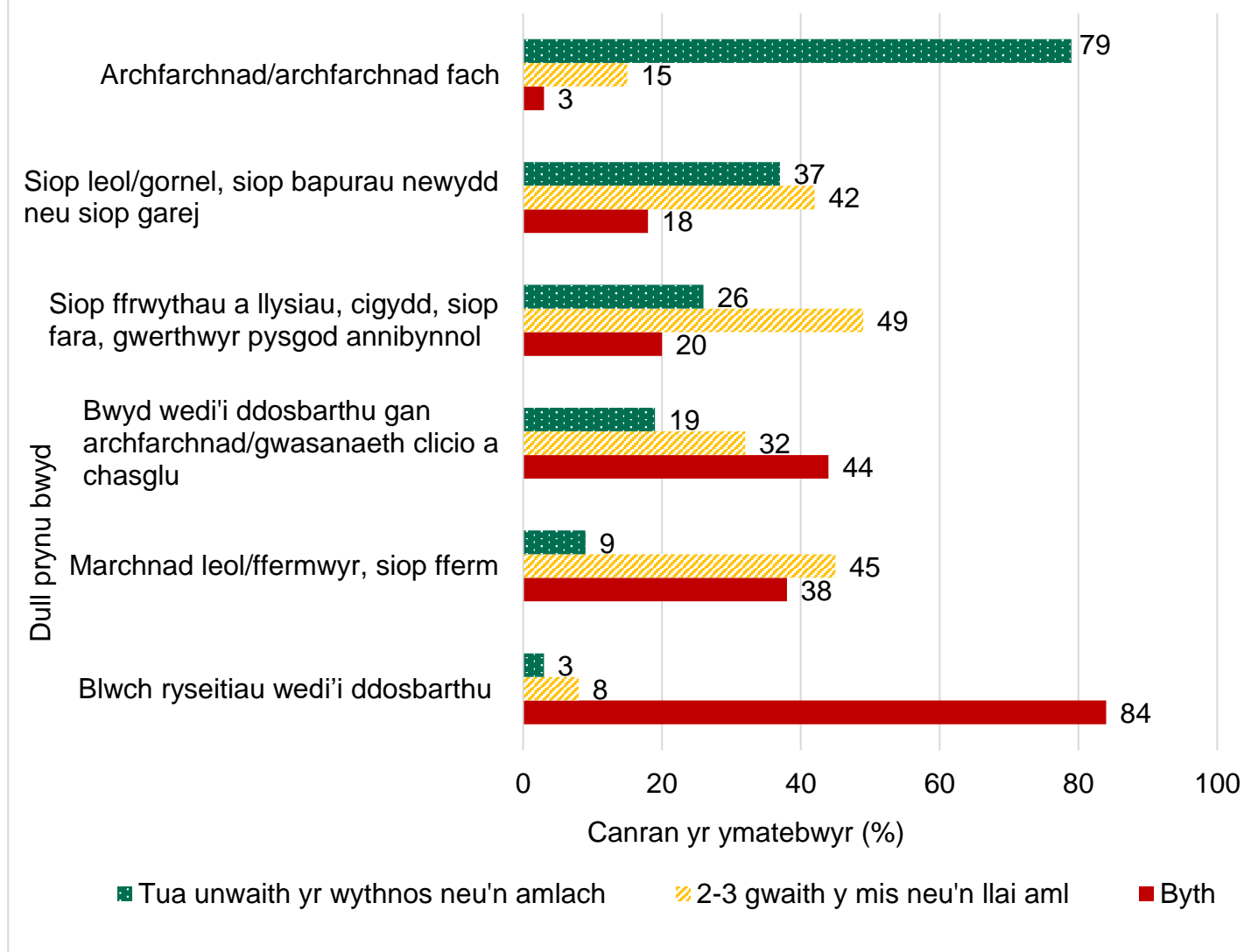
Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o brynu bwyd, yr hyn y mae'r ymatebwyr yn chwilio amdano pan fyddan nhw'n siopa, a hyder mewn labelu alergenau. Cyd-ariannodd Defra gwestiynau yn y bennod hon sy'n ymwneud â tharddiad bwyd, cynaliadwyedd, a lles anifeiliaid.

²⁹ Mae safonau maeth a labelu bwyd o ran maeth yn rhan o gylch gwaith yr Adran Iechyd a Gofal Cymdeithasol yn Lloegr, a Llywodraeth Cymru yng Nghymru.

Pwy sy'n gyfrifol am siopa am fwyd a ble mae'r ymatebwyr yn prynu bwyd?

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pwy yn eu cartref oedd yn siopa am fwyd fel arfer. Roedd menywod (56%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwneud y cyfan neu'r rhan fwyaf o'r siopa am fwyd, o gymharu â dynion (28%). Roedd y rheiny rhwng 16 a 24 oed (16%) yn llai tebygol o ddweud eu bod wedi gwneud y cyfan neu'r rhan fwyaf o'r siopa am fwyd, o gymharu ag oedolion hŷn, er enghraifft

O ble mae'r ymatebwyr yn prynu bwyd?



51% o'r rheiny rhwng 45 a 54 oed³⁰.

Ffigur 10. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn prynu bwyd o archfarchnadoedd neu archfarchnadoedd bach tua unwaith yr wythnos neu'n amlach.

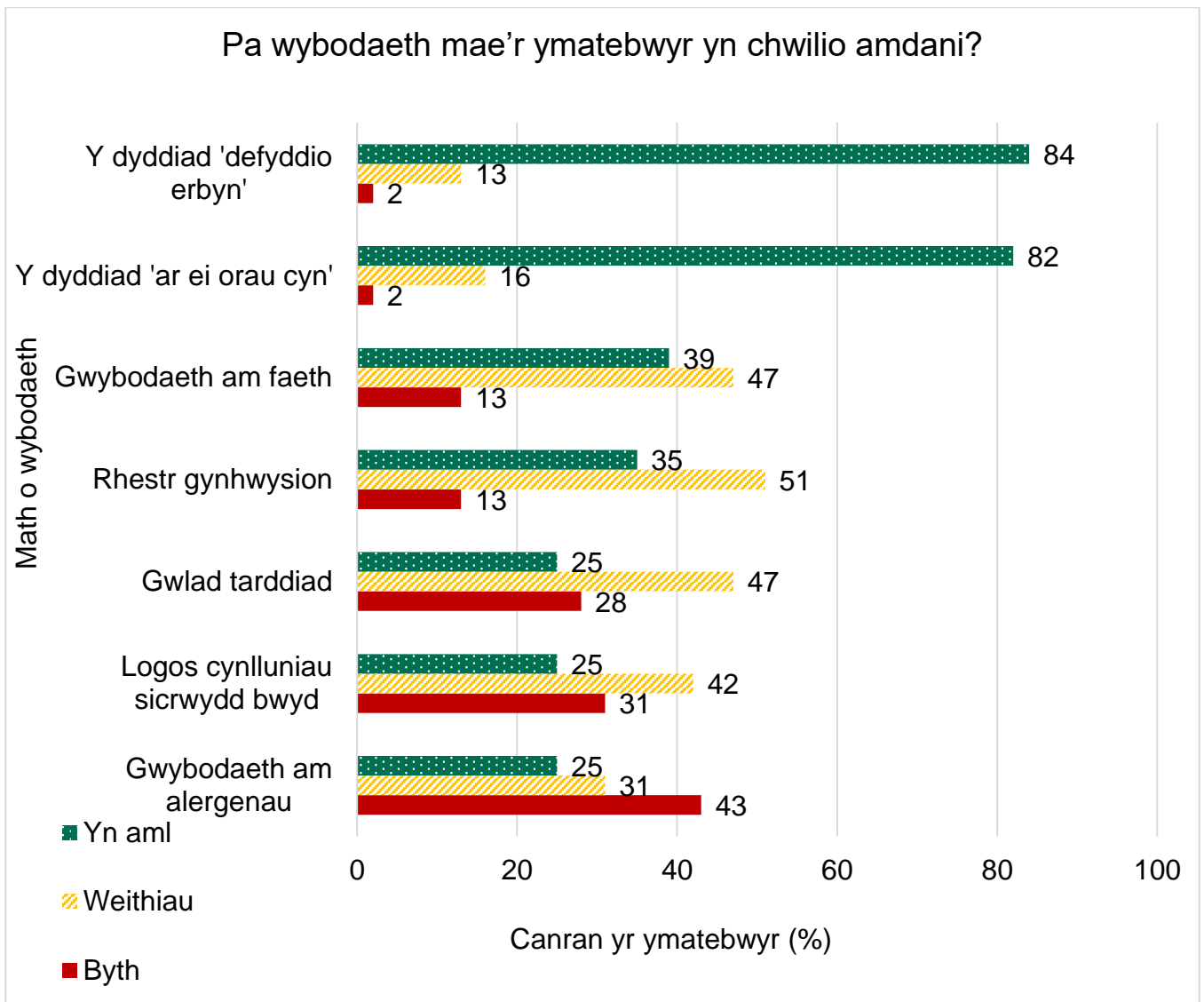
³⁰ Cwestiwn: Pwy sydd fel arfer yn siopa am fwyd i'ch cartref? Cofiwch gynnwys siopa am fwyd ar-lein ac yn y siop ei hun. Ymatebion: Fi sy'n gwneud y siopa i gyd, neu'r rhan fwyaf ohono, Rwy'n rhannu'r cyfrifoldeb â rhywun arall, Mae rhywun arall yn fy nghartref yn ei wneud, Mae rhywun arall y tu allan i'm cartref yn ei wneud (e.e. perthynas neu ofalwr), Mae pob person yn siopa am ei fwyd ei hunan, Ddim yn gwybod Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud ble a pha mor aml y maen nhw'n prynu bwyd. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn prynu bwyd o archfarchnad neu archfarchnad fach tua unwaith yr wythnos neu'n amlach (79%). Dywedodd yr ymatebwyr eu bod yn prynu bwyd o siopau annibynnol (siopau llysiau a ffrwythau, cigyddion, siopau bara, a siopau pysgod) (49%) 2-3 gwaith y mis neu'n llai aml (Ffigur 10)³¹.

Beth mae'r ymatebwyr yn chwilio amdano pan fyddan nhw'n prynu bwyd?

Ffigur 11. Yr wybodaeth 'ar ei orau cyn' a 'defnyddio erbyn' yw'r wybodaeth y bydd yr ymatebwyr yn chwilio amdani amlaf wrth brynu bwyd.

³¹ Cwestiwn: Pa mor aml, os o gwbl, ydych chi yn... A) Siopa am fwyd mewn archfarchnad (gan gynnwys archfarchnadoedd bach fel Metro/Local). B) Siopa am fwyd mewn siop ffrwythau a llysiau, cigyddion siop fara neu siop bysgod annibynnol? C) Siopa am fwyd mewn siopau lleol/cornel, siopau papurau newydd neu siopau garej. D) Cael bwyd wedi'i gludo i'ch cartref o archfarchnad. E) Siopa am fwyd mewn marchnad leol, marchnad ffermwyr neu siop fferm. F) Cael blwch ryseitiau wedi'i ddsbarthu (fel Hello Fresh, Gousto). Ymatebion: Bob dydd, Bron bob dydd, 2-3 gwaith yr wythnos, Tua unwaith yr wythnos, 2-3 gwaith y mis, Tua unwaith y mis, Llai nag unwaith y mis, Byth, Methu cofio. Sylfaen = 6271, yr holl ymatebwyr a ymatebodd ar-lein sy'n ysgwyddo o leiaf rywfaint o'r cyfrifoldeb dros siopa am fwyd ar gyfer eu cartref.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa wybodaeth maen nhw'n chwilio amdani wrth brynu bwyd. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr eu bod yn aml (h.y. 'bob amser' neu 'y rhan fwyaf o'r amser') yn chwilio am y dyddiad 'defnyddio erbyn' (84%) neu'r dyddiad 'ar ei orau cyn' (82%) wrth brynu bwyd. Dywedodd yr ymatebwyr eu bod yn edrych ar yr wybodaeth am faeth (47%), y rhestr gynhwysion (51%), logos cynlluniau sicrwydd bwyd (42%) a'r wlad tarddiad (47%) yn achlysurol (h.y. 'tua hanner yr amser' neu'n achlysurol).

Yr wybodaeth am alergenau oedd yn cael ei gwirio leiaf aml (Ffigur 11).³² Fodd bynnag, roedd ymatebwyr ag alergedd bwyd (57%) neu anoddefiad bwyd (38%) yn fwy tebygol o chwilio am wybodaeth am alergenau'n aml wrth siopa am fwyd o gymharu â'r rheiny heb orsensitifrwydd i fwyd (21%).

Gofynnwyd i'r ymatebwyr beth yn eu barn nhw oedd bwysicaf wrth benderfynu pa fwyd i'w brynu, gan ddewis o restr o opsiynau. Y nodwedd fwyaf cyffredin y soniodd yr ymatebwyr amdani oedd pris neu werth am arian (48%), ansawdd (41%), a ffresni (34%). Soniodd chwarter yr ymatebwyr am iechyd (25%) a blas (25%). Soniodd 21% o'r ymatebwyr am ddyddiadau 'defnyddio erbyn' a/neu ba mor hir y bydd y bwyd yn cadw³³.

Pan ofynnwyd iddynt pa wybodaeth maen nhw'n ei defnyddio i farnu ansawdd bwyd o blith rhestr o opsiynau, dywedodd yr ymatebwyr eu bod yn defnyddio ffresni (58%), blas (40%), ac ymddangosiad (40%) amlaf i farnu ansawdd bwyd. Dywedodd llai o'r ymatebwyr eu bod yn barnu ansawdd bwyd yn ôl cynhwysion (28%), pris (25%), brand

³² Cwestiwn: Wrth siopa am fwyd, pa mor aml, os o gwbl, ydych chi'n edrych ar... A) Dyddiadau 'defnyddio erbyn'. B) Dyddiadau 'ar ei orau cyn'. C) Y rhestr gynhwysion. D) Gwybodaeth am alergenau. E) Gwybodaeth am faeth. F) Gwlad tarddiad (o ba wlad mae'n dod). G) Logos cynlluniau sicrwydd bwyd. Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o'r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4014, pob un a ymatebodd ar-lein sy'n ysgwyddo o leiaf rywfaint o'r cyfrifoldeb dros siopa am fwyd ar gyfer eu cartref. Pwysig: Cyfeirir at 'Bob amser', 'Y rhan fwyaf o'r amser' fel aml; a 'Tua hanner yr amser', 'Weithiau' fel achlysurol.

³³ Cwestiwn: Beth sydd bwysicaf i chi pan fyddwch chi'n dewis pa fwydydd i'w prynu? Ymatebion: Pris/Gwerth am arian, Ansawdd, Ffresni, Blas, Ymddangosiad y bwyd, lachusrwydd, Dyddiad 'defnyddio erbyn'/pa mor hir y bydd y bwyd yn cadw, Gwlad tarddiad, Cynhwysion, A yw'n foesebol neu'n eco-gyfeillgar, Dulliau ffermio e.e. organig neu ffermio maes, Sut mae'n cael ei wneud neu sut mae'n cael ei gynhyrchu, Dewis/argaeledd/amrywiaeth, Prynu beth mae fy nghartref/plant eisiau, Ymddiriedaeth yn y cyflenwr, Diogelwch y cynnyrch, Cyfleustra/pa mor hawdd yw ei goginio neu ei baratoi, Arall. Sylfaen = 5724, pob un a ymatebodd ar-lein ac ymatebwyr post yng Nghymru neu Loegr. Pwysig: Mae ymatebion ychwanegol ar gael yn y [set ddata lawn a'r tablau](#).

(23%), lles anifeiliaid (17%) a gwlad tarddiad (14%). Cynlluniau sicrwydd (11%), effaith amgylcheddol (8%) a chyfleustra (3%) a ddefnyddir leiaf gan yr ymatebwyr wrth farnu ansawdd bwyd³⁴.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr am eu safbwyntiau ar les anifeiliaid, tarddiad bwyd, ac effaith amgylcheddol bwyd. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr ei bod yn bwysig prynu cig, wyau a llaeth sy'n cael eu cynhyrchu yn unol â safonau lles anifeiliaid uchel (91%), cefnogi ffermwyr a chynhyrchwyr Prydain (89%), a phrynu bwyd ag effaith amgylcheddol isel (85%)³⁵.

Roedd pwysigrwydd prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Incwm blynyddol aelwydydd: roedd ymatebwyr ag incwm dros £64,000 (er enghraifft, 93% o'r rheiny ag incwm o £96,000 neu drosodd) yn fwy tebygol o ystyried bod prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn bwysig, o gymharu â'r rheiny ag incwm llai nag £19,000 (82%).
- NS-SEC: roedd ymatebwyr yn y rhan fwyaf o grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 89% o'r rheiny mewn galwedigaethau rheoli, gweinyddol, a phroffesiynol) a myfyrwyr amser llawn (83%) yn fwy tebygol o ystyried bod prynu bwyd sydd ag effaith

³⁴ Cwestiwn: Beth ydych chi'n ei ddefnyddio i farnu ansawdd bwyd? Ymatebion: Blas, Ymddangosiad, Gwlad tarddiad, Cyfleustra, Cynhwysion, Lles anifeiliaid, Ffresni, Cynlluniau sicrwydd, Brand, Pris, Effaith amgylcheddol, Arall. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

³⁵ Cwestiwn: Pa mor bwysig yw hi i chi eich bod... A) Yn cefnogi ffermwyr a chynhyrchwyr bwyd Prydain (yng Ngogledd Iwerddon: y Deyrnas Unedig ac Iwerddon). B) Yn prynu cig, wyau a llaeth sy'n cael eu cynhyrchu yn unol â safonau lles anifeiliaid uchel. C) Yn prynu bwyd sy'n cael effaith isel ar yr amgylchedd. Ymatebion: Pwysig iawn, Ychydig yn bwysig, Ddim yn bwysig iawn, Ddim yn bwysig o gwbl, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 5724, pob un a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd yr holiadur post yng Nghymru neu yn Lloegr.

amgylcheddol isel yn bwysig nag ymatebwyr a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (68%).

- Cyfrifoldeb dros goginio: roedd ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am goginio (86%) yn fwy tebygol o ystyried bod prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn bwysig, o gymharu â'r rheiny nad ydyn nhw'n coginio (67%).
- Cyfrifoldeb dros siopa: roedd ymatebwyr a oedd yn gyfrifol am siopa (86%) yn fwy tebygol o ystyried bod prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel yn bwysig, o gymharu â'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa (75%).

Gofynnwyd i'r ymatebwyr ddweud pa mor aml maen nhw'n chwilio am wybodaeth am effaith bwyd ar yr amgylchedd ac am les anifeiliaid wrth siopa. Dywedodd bron i draean (32%) o'r ymatebwyr eu bod yn aml yn chwilio am wybodaeth am yr effaith ar yr amgylchedd wrth brynu bwyd a dywedodd 40% o'r ymatebwyr eu bod yn aml yn chwilio am wybodaeth am les anifeiliaid³⁶.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi pa mor aml, lle bo'n bosib, y maen nhw'n prynu bwyd a gynhyrchwyd ym Mhrydain sydd â gwybodaeth am les anifeiliaid neu sydd ag effaith amgylcheddol isel. Mae bron i ddwy ran o dair (64%) o'r ymatebwyr yn aml (h.y. bob amser neu'r rhan fwyaf o'r amser) yn prynu bwyd a gynhyrchwyd ym Mhrydain; mae 64% yn aml yn prynu cig, wyau a llaeth sydd â gwybodaeth am les anifeiliaid; ac mae 45% yn

³⁶ Cwestiwn: Wrth brynu bwyd, pa mor aml ydych chi'n gwneud y canlynol... A) Chwilio am wybodaeth am les anifeiliaid. B) Chwilio am wybodaeth am yr effaith ar yr amgylchedd.

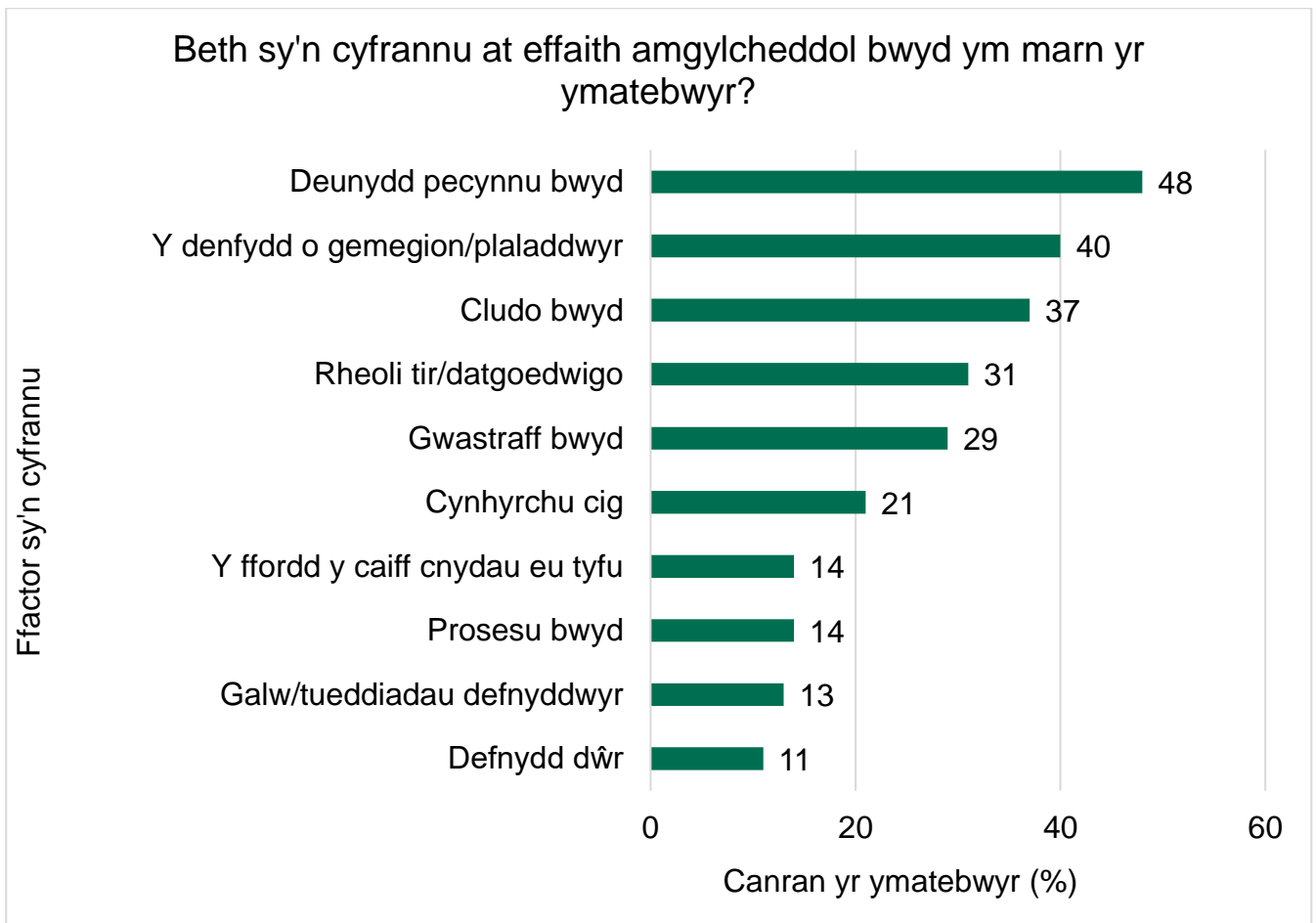
Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o'r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 5724, pob un a ymatebodd ar-lein, a'r rheiny a atebodd yr holiadur post yng Nghymru neu yn Lloegr. Pwysig: Cyfeirir at ymatebion 'Bob amser' ac 'Y rhan fwyaf o'r amser' fel 'aml'.

aml yn prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel³⁷. Roedd traean (33%) yr ymatebwyr o'r farn bod cig, wyau a chynhyrchion llaeth yn dangos digon o wybodaeth am les anifeiliaid, ac roedd 21% o'r farn bod cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith ar yr amgylchedd³⁸.

Ffigur 12. Deunydd pecynnu bwyd yw'r ffactor mwyaf cyffredin y credir ei fod yn cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd.

³⁷ Cwestiwn: Pa mor aml ydych chi'n gwneud y canlynol, lle bo'n bosib? A) Prynu bwyd a gynhyrchwyd ym Mhrydain [yng Ngogledd Iwerddon: 'y DU ac Iwerddon']? B) Prynu cig, wyau a llaeth sydd â gwybodaeth am les anifeiliaid? C) Prynu bwyd sydd ag effaith amgylcheddol isel? Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o'r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 5724, pob un a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd yr holiadur post yng Nghymru neu yn Lloegr. Pwysig: Cyfeirir at ymatebion 'Bob amser' ac 'Y rhan fwyaf o'r amser' fel 'aml'.

³⁸ Cwestiwn: I ba raddau ydych chi'n cytuno neu'n anghytuno â'r datganiadau canlynol? Mae cig, wyau a chynhyrchion llaeth yn dangos digon o wybodaeth am les anifeiliaid. B) Mae cynhyrchion bwyd yn dangos digon o wybodaeth am eu heffaith amgylcheddol. Ymatebion: Cytuno'n gryf, Cytuno, Ddim yn cytuno nac yn anghytuno, Anghytuno, Anghytuno'n gryf, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

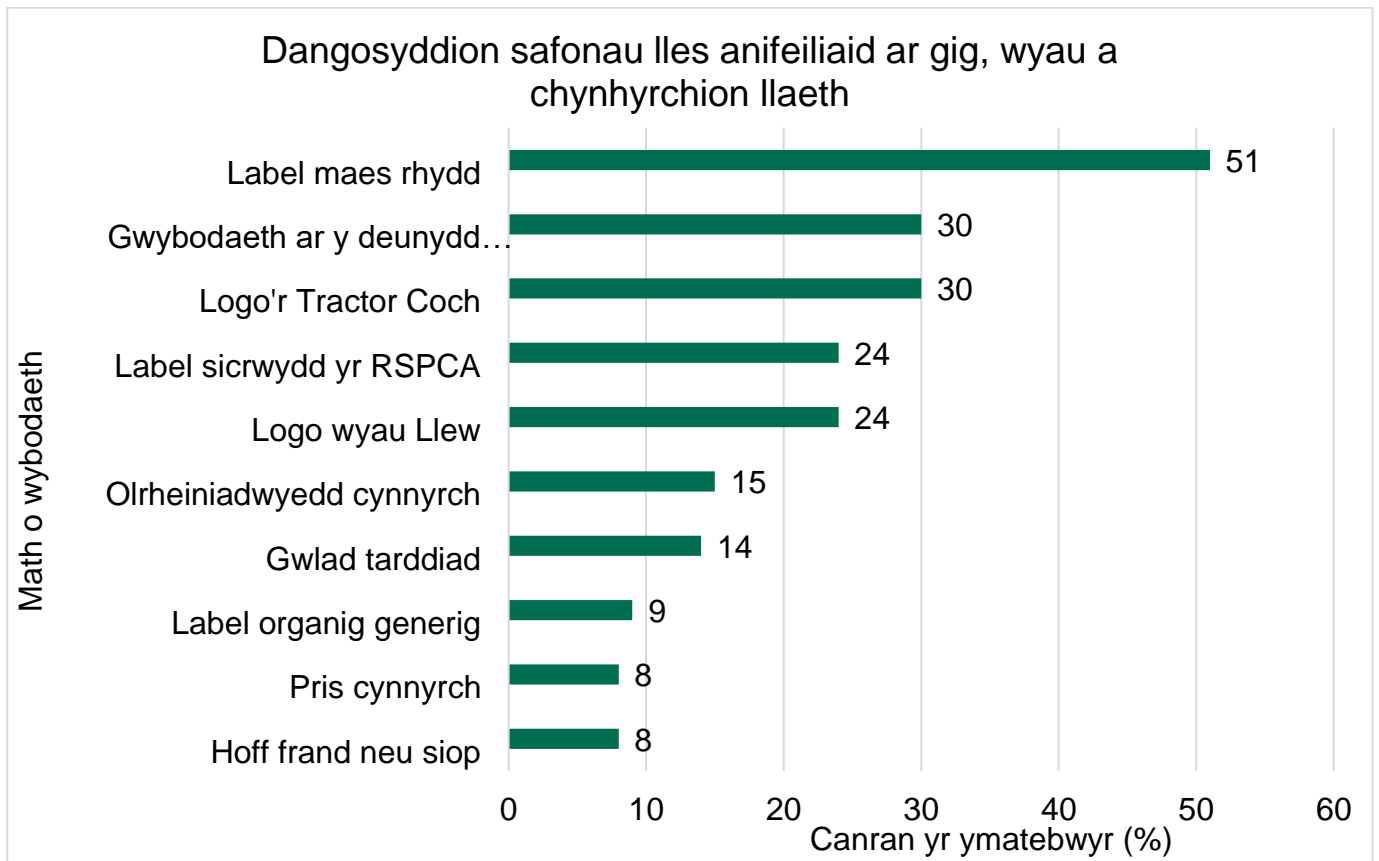


Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr beth, o blith rhestr o opsiynau, sy'n cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd yn eu barn nhw. Y ffactor mwyaf cyffredin a nodwyd ganddyn nhw fel un sy'n cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd oedd deunydd pecynnu (48%). Nodwyd hefyd ddefnydd cemegion a phlaladdwyr (40%), cludo bwyd (37%), rheoli tir a /neu ddatgoedwigo (31%), gwastraff bwyd (29%), a chynhyrchu cig (21%) fel ffactorau sy'n cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd (Ffigur 12)³⁹.

³⁹ Cwestiwn: Beth ydych chi'n meddwl sy'n cyfrannu at effaith amgylcheddol bwyd? Ymatebion: Deunydd pecynnu bwyd, Cemegion neu blaladdwyr, Cludo bwyd, Rheoli tir/datgoedwigo, Gwastraff bwyd, Cynhyrchu cig, Y ffordd y caiff cnydau eu tyfu, Prosesu bwyd, Galw/tueddiadau defnyddwyr, Defnydd dŵr, Arall, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 5724, pob un a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd yr holiadur post yng Nghymru neu yn Lloegr. Pwysig: Mae ymatebion ychwanegol ar gael yn y [set ddata lawn a'r tablau](#).

Ffigur 13. Label ffermio maes i ddangos bod cig, wyau a chynhyrchion llaeth yn bodloni safonau lles anifeiliaid uchel yw'r label y chwilir amdano amlaf.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr beth, o blith rhestr opsiynau, a fyddai'n dangos a yw cynnyrch sy'n cynnwys cig, wyau neu laeth wedi'i gynhyrchu yn unol â safonau uchel o ran lles anifeiliaid. Y dangosydd mwyaf cyffredin a grybwyllwyd oedd label ffermio maes (51%).

Nodwyd bod gwybodaeth ar ddeunydd pecynnu (30%) neu logo'r Tractor Coch (30%) (Ffigur 13)⁴⁰ yn ddangosyddion eraill ar gyfer safonau lles anifeiliaid.

Hyder o ran labelu alergenau

Gofynnwyd i'r ymatebwyr sy'n siopa am fwyd gan ystyried rhywun sydd ag alergedd neu anoddefiad bwyd pa mor hyderus oedden nhw fod yr wybodaeth a ddarperir ar labeli bwyd yn caniatáu iddyn nhw adnabod bwydydd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol. Yn gyffredinol, dywedodd 83% o'r ymatebwyr fod ganddyn nhw hyder yn yr wybodaeth a ddarperir⁴¹.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor hyderus oedden nhw o ran nodi bwydydd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol pan fyddan nhw'n prynu bwydydd sy'n cael eu gwerthu'n rhydd, fel mewn siop fara neu o gownter deli. Roedd yr ymatebwyr oedd yn prynu bwyd rhydd yn fwy hyderus o ran nodi'r bwydydd hyn wrth siopa mewn archfarchnad (71%), wrth brynu bwyd o archfarchnad ar-lein (69%) ac wrth siopa mewn siopau bwyd annibynnol (67%). Fodd bynnag,

⁴⁰ Cwestiwn: Beth fyddai'n dangos i chi a yw cynnyrch sy'n cynnwys cig, wyau neu laeth wedi'i gynhyrchu yn unol â safonau uchel o ran lles anifeiliaid? Ymatebion: Label ffermio maes, Gwybodaeth ar ddeunydd pecynnu, Gwlad tarddiad, Olrheiniadwyedd cynnyrch, Hoff frand neu siop, Ymddangosiad y cynnyrch, Pris cynnyrch, Label organig generig, Logo'r Tractor Coch, Label sicrwydd yr RSPCA, Logo wyau Llew, Logo Cymdeithas y Pridd, Logo'r Cyngor Stiwardiaeth Forol (MSC), Logo/ardystiad arall [testun agored], Arall [testun agored], Ddim yn gwybod. Sylfaen = 5724, pob un a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a atebodd yr holiadur post yng Nghymru neu yn Lloegr. Pwysig: Mae ymatebion ychwanegol ar gael [yn y set ddata lawn a'r tablau](#).

⁴¹ Cwestiwn: Pa mor hyderus ydych chi bod yr wybodaeth sydd ar labeli bwyd yn golygu y byddwch chi'n gallu nodi bwyd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol i chi neu aelod arall o'ch cartref? Ymatebion: Yn hyderus iawn, Yn weddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Mae'n amrywio o le i le, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 2619, yr holl ymatebwyr sy'n ystyried eu gofynion dietegol eu hunain/rhywun arall yn eu cartref wrth siopa. Pwysig: Cyfeirir at ymatebwyr 'hyderus iawn' a 'gweddol hyderus' fel rhai 'hyderus'.

roedd yr ymatebwyr yn llai hyderus wrth brynu bwyd o farchnadoedd neu stondinau bwyd (57%)⁴².

⁴² Cwestiwn: Wrth brynu bwyd sy'n cael ei werthu'n rhydd (e.e. mewn siop fara neu o gownter deli), pa mor hyderus ydych chi y byddwch chi'n gallu nodi bwyd a fydd yn achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol i chi neu aelod arall o'ch cartref? Meddyliwch am fwyd sy'n cael ei werthu'n rhydd o'r ffynonellau canlynol ... A) Archfarchnadoedd (yn y siop). B) Archfarchnadoedd (ar-lein). C) Siopau bwyd annibynnol. D) Marchnadoedd/stondinau bwyd. Ymatebion: Yn hyderus iawn, Yn weddol hyderus, Ddim yn hyderus iawn, Ddim yn hyderus o gwbl, Mae'n amrywio o le i le, Ddim yn gwybod. Sylfaen A = 2498, B = 2055, C = 2371, D = 2243, yr holl ymatebwyr sy'n ystyried eu gofynion dietegol eu hunain/rhywun arall yn eu cartref wrth siopa, ac eithrio 'Dydw i ddim yn prynu bwyd o'r manau hyn' / 'Dydw i ddim yn prynu bwyd rhydd'. Pwysig: Cyfeirir at ymatebwyr 'hyderus iawn' a 'gweddol hyderus' fel rhai hyderus. Cyfeirir at ymatebwyr sydd 'ddim yn hyderus iawn' a 'ddim yn hyderus o gwbl' fel 'ddim yn hyderus'.

Pennod 5: Llwyfannau ar-lein

Cyflwyniad

Mae llwyfan gwerthu bwyd ar-lein yn fusnes technoleg sy'n hwyluso cyfnewid bwyd rhwng gwerthwyr a defnyddwyr. Gofynnodd Bwyd a Chi 2 i'r ymatebwyr am eu defnydd ar wahanol fathau o lwyfannau ar-lein sy'n galluogi trafodion sy'n ymwneud â bwyd a'u profiadau ohonyn nhw. Gofynnwyd cwestiynau am ystod o fformatau mewn perthynas â'r llwyfannau hyn yn Bwyd a Chi 2, fel busnesau bwyd a gwefannau dosbarthu bwyd, apiau rhannu bwyd, a marchnadoedd cyfryngau cymdeithasol.

Rhaid i unrhyw fusnes sy'n gwerthu bwyd ar-lein, gan gynnwys busnesau dosbarthu bwyd, gael ei gofrestru fel busnes bwyd⁴³. Mae'r ASB yn darparu canllawiau ar gyfer busnesau bwy sy'n defnyddio llwyfannau ar-lein⁴⁴. Gallai swyddog diogelwch bwyd o'r awdurdod lleol arolygu busnes i sicrhau ei fod yn dilyn cyfraith hylendid bwyd fel bod y bwyd yn ddiogel i'w fwyta.

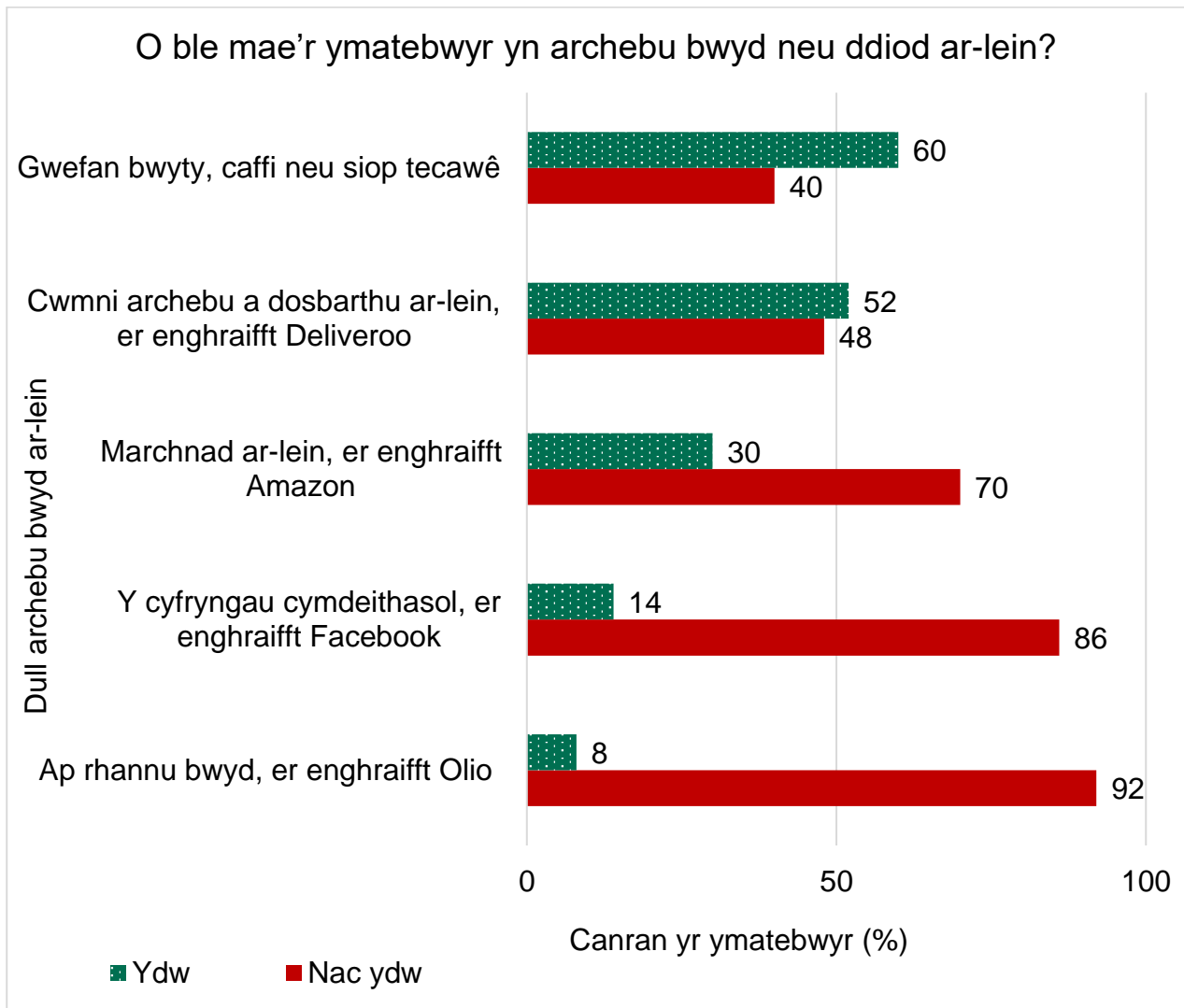
Maer bennod hon yn rhoi trosolwg o ddefnydd yr ymatebwyr o lwyfannau ar-lein, gan gynnwys pa mor aml mae pobl yn defnyddio llwyfannau ar-lein i brynu bwyd a diod, a'r mathau o fwyd a diod mae pobl yn eu harchebu trwy'r llwyfannau hyn. Mae hefyd yn darparu gwybodaeth am ymwybyddiaeth pobl a'u defnydd o sgoriau hylendid bwyd a gwybodaeth am alergenau ar lwyfannau ar-lein.

Pa lwyfannau ar-lein a ddefnyddir i archebu bwyd neu diod ar-lein?

⁴³[Cyngor i fusnesau sy'n gwerthu bwyd ar-lein, ASB. Rheoliad \(UE\) Senedd a Chyngor Ewrop Rhif 178/2002, 28 Ionawr 2002.](#)

⁴⁴[Gwerthu o bell, archebu trwy'r post a dosbarthu, ASB. Diogelwch bwyd ar gyfer dosbarthu bwyd, ASB.](#)

Ffigur 14. Roedd yr ymatebwyr yn fwyaf tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod gan ddefnyddio gwefan bwyty, siop tecawê neu gaffi.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi a oedden nhw erioed wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein trwy nifer o wahanol lwyfannau. Dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (60%) eu bod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy wefan bwyty, siop tecawê neu gaffi. Roedd tua hanner (52%) yr ymatebwyr wedi archebu bwyd neu ddiod trwy gwmni archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats) ac roedd 30% wedi archebu trwy farchnad ar-lein (er enghraifft Amazon, Gumtree, Etsy). Roedd llai o ymatebwyr wedi archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfannau'r cyfryngau cymdeithasol (er

enghraifft, Facebook, Instagram, Nextdoor) (14%) neu ap rhannu bwyd (er enghraifft Olio, Too Good To Go) (8%) (Ffigur 14)⁴⁵.

Roedd defnyddio marchnadoedd ar-lein i archebu bwyd neu ddiod yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd oedolion 44 oed neu'n iau (er enghraifft, 42% o'r rheiny rhwng 35 a 44 oed) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na'r rheiny dros 55 oed (er enghraifft, 11% o'r rheiny 75 oed a hŷn).
- Plant yn y cartref: roedd y rheiny â phlant dan 6 oed yn eu cartref (39%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na'r rheiny heb blant o dan 6 oed yn eu cartref (29%).
- Mynediad at gyflenwad bwyd sicr: roedd ymatebwyr yn y categorïau ymylol (38%), ansicr (42%) neu ansicr iawn (39%) o ran mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na'r rheiny â chyflenwad bwyd sicr iawn (26%).
- Cyfrifoldeb dros goginio: roedd y rheiny sy'n coginio (31%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na'r rheiny nad ydyn nhw byth yn coginio (18%).
- Cyfrifoldeb dros siopa: roedd y rheiny sy'n siopa am fwyd (31%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod o farchnad ar-lein na'r rheiny nad ydyn nhw byth yn siopa am fwyd (20%).

Roedd defnyddio'r cyfryngau cymdeithasol i archebu bwyd neu ddiod yn amrywio rhwng gwahanol gategoriâu o bobl yn y ffyrdd canlynol:

⁴⁵ Cwestiwn: Ydych chi erioed wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein trwy...? A) Gwefan bwyty, caffi neu siop tecawê ei hun. B) Cwmni archebu a dosbarthu ar-lein, er enghraifft Just Eat, Deliveroo, Uber Eats ac ati. C) Marchnad ar-lein, er enghraifft Amazon, Gumtree, Etsy, ac ati D) Y cyfryngau cymdeithasol, er enghraifft Facebook, Instagram, Nextdoor, ac ati. E) Ap rhannu bwyd, er enghraifft Olio neu Too Good to Go, ac ati. Ymatebion: Ydw, Nac ydw. Sylfaen = 6271, yr holl ymatebwyr.

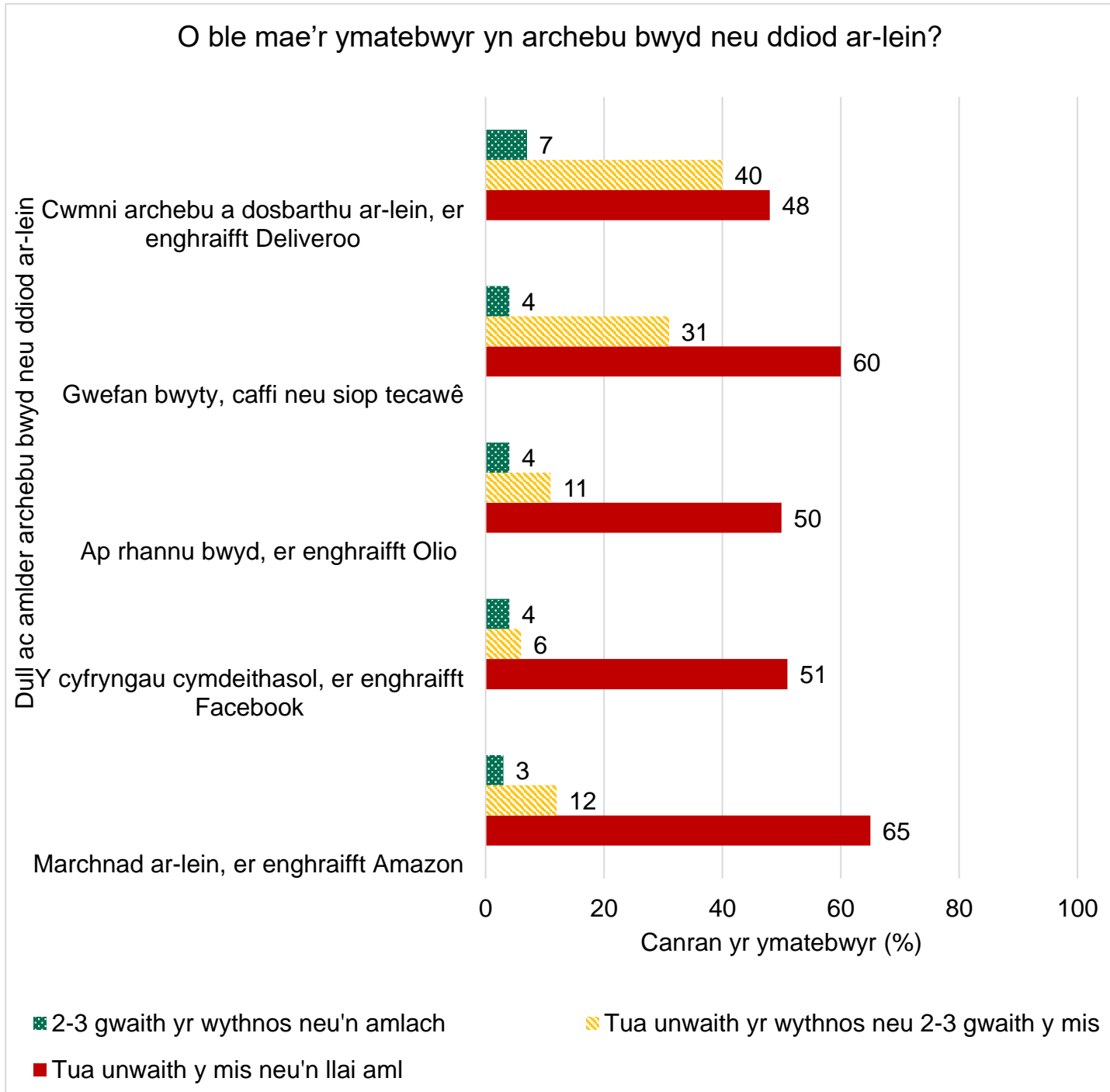
- Grŵp oedran: roedd oedolion 44 oed neu'n iau (er enghraifft, 20% o'r rheiny rhwng 16 a 24 oed) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy'r cyfryngau cymdeithasol na'r rheiny dros 55 oed (er enghraifft, 8% o'r rheiny rhwng 55 a 64 oed).
- Maint y cartref: roedd ymatebwyr a oedd yn byw mewn cartrefi pedwar person neu fwy (er enghraifft, 23% o'r rheiny mewn cartrefi pedwar person) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy'r cyfryngau cymdeithasol na'r rheiny a oedd yn byw mewn cartrefi un-person (7%) .
- Plant yn y cartref: roedd y rheiny â phlant dan 16 oed yn eu cartref (22%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy'r cyfryngau cymdeithasol na'r rheiny heb blant o dan 16 oed yn eu cartref (10%).
- Mynediad at gyflenwad bwyd sicr: roedd ymatebwyr yn y categorïau ymylol (20%), ansicr (25%) neu ansicr iawn (20%) o ran mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy'r cyfryngau cymdeithasol na'r rheiny â chyflenwad bwyd sicr iawn (10%).

Roedd defnyddio apiau rhannu bwyd i archebu bwyd neu ddiod yn amrywio rhwng gwahanol gategorïau o bobl yn y ffyrdd canlynol:

- Grŵp oedran: roedd oedolion rhwng 16 a 24 oed (14%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ap rhannu bwyd na'r rheiny dros 55 oed (er enghraifft, 4% o'r rheiny rhwng 55 a 64 oed).
- NS-SEC: roedd myfyrwyr amser llawn (18%) yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ap rhannu bwyd na'r rheiny yn y rhan fwyaf o grwpiau galwedigaethol (er enghraifft, 5% o'r rheiny mewn galwedigaethau canolradd) a'r rheiny a oedd yn ddi-waith yn y tymor hir a/neu erioed wedi gweithio (6%).

Pa mor aml mae ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfannau ar-lein?

Ffigur 15. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfan ar-lein tua unwaith y mis neu'n llai aml.



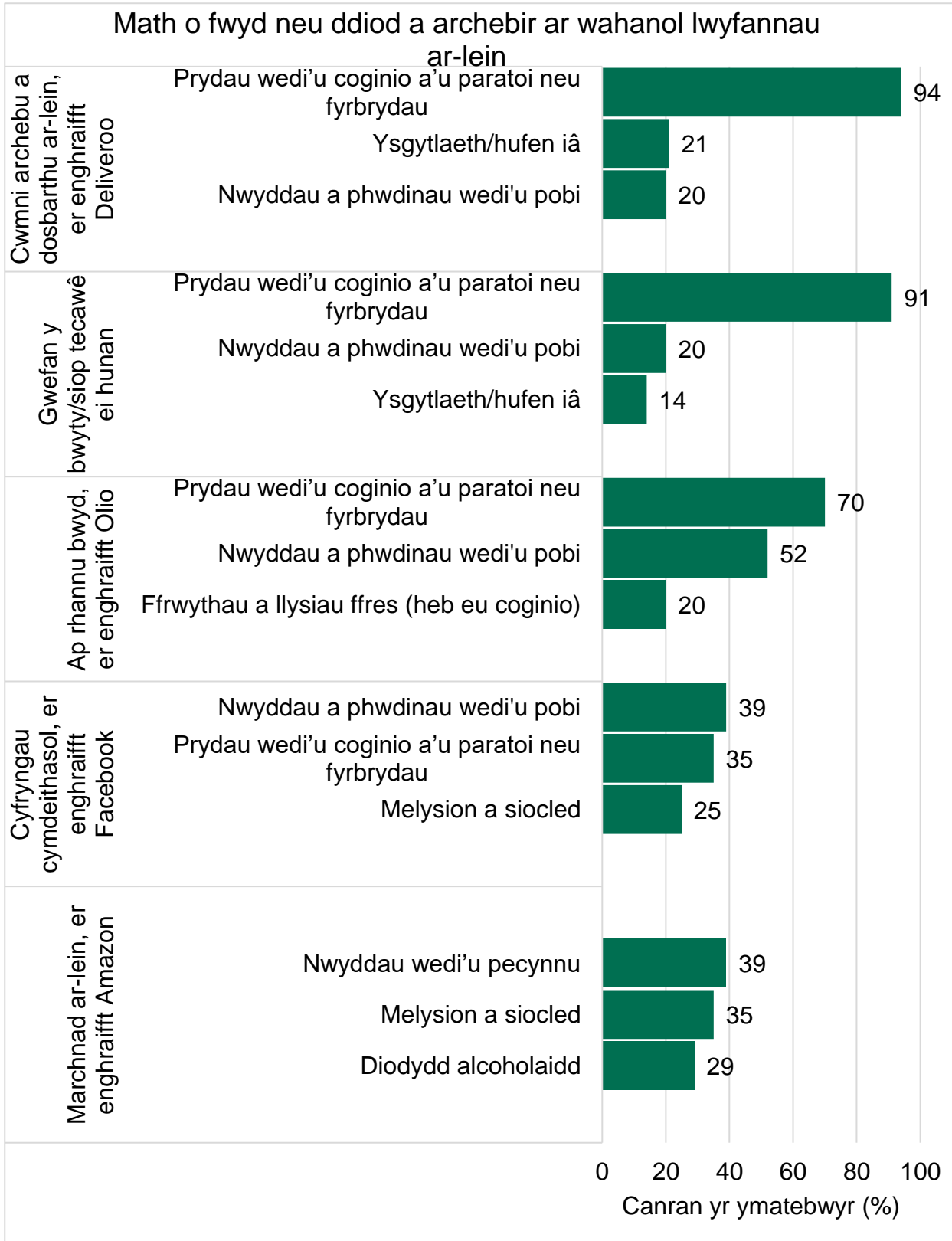
Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ystod o lwyfannau ar-lein pa mor aml roedden nhw'n archebu bwyd neu ddiod trwy'r llwyfan hwnnw yn ystod y 12 mis diwethaf. Yn gyffredinol roedd ymatebwyr yn fwy tebygol o fod wedi archebu bwyd neu ddiod trwy lwyfannau ar-lein tua unwaith y mis neu 'n llai aml, na 2-3 gwaith y mis neu'n amlach. Er enghraifft, roedd 7% o'r ymatebwyr yn archebu bwyd neu ddiod trwy gwmni archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats) 2-3 gwaith yr wythnos neu'n amlach; roedd 40% o'r ymatebwyr yn gwneud hyn tua unwaith y wythnos neu 2-3 gwaith y mis; ac roedd 48% o'r ymatebwyr yn gwneud hyn tua unwaith y mis neu'n llai aml (Ffigur 15)⁴⁶.

⁴⁶ Cwestiwn: Pa mor aml ydych chi'n archebu bwyd neu ddiod ar-lein...? A) Gwefan bwyty, caffi neu siop tecawê ei hun. B) Cwmni archebu a dosbarthu ar-lein, er enghraifft Just Eat, Deliveroo, Uber Eats ac ati. C) Marchnad ar-lein, er enghraifft Amazon, Gumtree, Etsy, ac ati. D) Y cyfryngau cymdeithasol, er enghraifft Facebook, Instagram, Nextdoor, ac ati. E) Ap rhannu bwyd, er enghraifft Olivo neu Too Good to Go, ac ati. Ymatebion: Bob dydd, Bron bob dydd, 2-3 gwaith yr wythnos, Tua unwaith yr wythnos, 2-3 gwaith y mis, Tua unwaith y mis, Llai nag unwaith y mis, Byth, Methu cofio. Sylfaen A = 3334, B = 2470, C = 1660, D = 814, E = 439, yr holl ymatebwyr sydd wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein trwy...A/B/C/D/E.

Pa fathau o fwyd a diod y mae ymatebwyr yn eu harchebu trwy wahanol lwyfannau ar-lein?

Ffigur 16. Mae'r math o fwyd neu ddiod a archebir amlaf yn amrywio yn ôl llwyfan ar-lein.



Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd wedi cwblhau'r arolwg ar-lein ac a oedd wedi archebu bwyd neu ddiod trwy ystod o lwyfannau ar-lein pa fwyd neu ddiod yr oedden nhw wedi eu harchebu trwy'r llwyfan(nau) yn ystod y 12 mis diwethaf. Roedd y mathau mwyaf cyffredin o fwyd a diod yn amrywio yn ôl y llwyfan. Roedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr wedi archebu prydau wedi'u coginio a'u paratoi neu fyrbrydau trwy gwmni archebu a dosbarthu ar-lein (er enghraifft, Just Eat, Deliveroo, Uber Eats) (94%), gwefan bwyty, siop tecawê neu gaffi (91%), ac apiau rhannu bwyd (er enghraifft Olio, Too Good To Go) (70%). Y math mwyaf cyffredin o fwyd neu ddiod a archebwyd trwy farchnad ar-lein (er enghraifft Amazon, Gumtree, Etsy) oedd nwyddau wedi'u pecynnu, fel tuniau, jariau, blychau a photeli (39%). Y math mwyaf cyffredin o fwyd neu ddiod a archebwyd trwy blatfform cyfryngau cymdeithasol (er enghraifft, Facebook, Instagram) oedd nwyddau a phwddinâu wedi'u pobi, fel cacennau caws, cacennau, bisgedi, bara neu does a chymysgeddau i wneud y rhain (39%)⁴⁷.

Ymwybyddiaeth o'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd a'i ddefnydd ar lwyfannau ar-lein

⁴⁷ Cwestiwn: Yn ystod y 12 mis diwethaf, pa fwyd neu ddiod ydych chi wedi'u harchebu ar-lein...? A) Yn uniongyrchol trwy wefan bwyty, caffi neu siop tecawê ei hun. B) trwy gwmni archebu a dosbarthu ar-lein, er enghraifft Just Eat, Deliveroo, Uber Eats, ac ati. C) Marchnad ar-lein, er enghraifft Amazon, Gumtree, Etsy, ac ati. D) Trwy'r cyfryngau cymdeithasol, er enghraifft Facebook, Instagram, Nextdoor, ac ati. E) Trwy ap rhannu bwyd, er enghraifft Olio neu Too Good To Go, ac ati. Ymatebion: Prydau wedi'u coginio a'u paratoi neu fyrbrydau, Nwyddau a phwddinâu wedi'u pobi, fel cacennau caws, cacennau, bisgedi, bara ac ati neu does/cymysgeddau i wneud y rhain, Ysgytlaeth/hufen iâ, Diod brotein, Ffrwythau neu lysiau ffres (heb eu coginio), Cynhyrchion Ilaeth, fel Ilaeth, caws, iogwrt, menyn ac ati, Diodydd alcoholaidd, fel cwrw, gwin, gwirodydd, coctels, Diodydd di-alcohol, Arall (nodwch). Sylfaen A = 2376, B = 1851, C = 1013, D = 349, E = 130, yr holl ymatebwyr sydd wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein trwy...A/B/C/D/E.

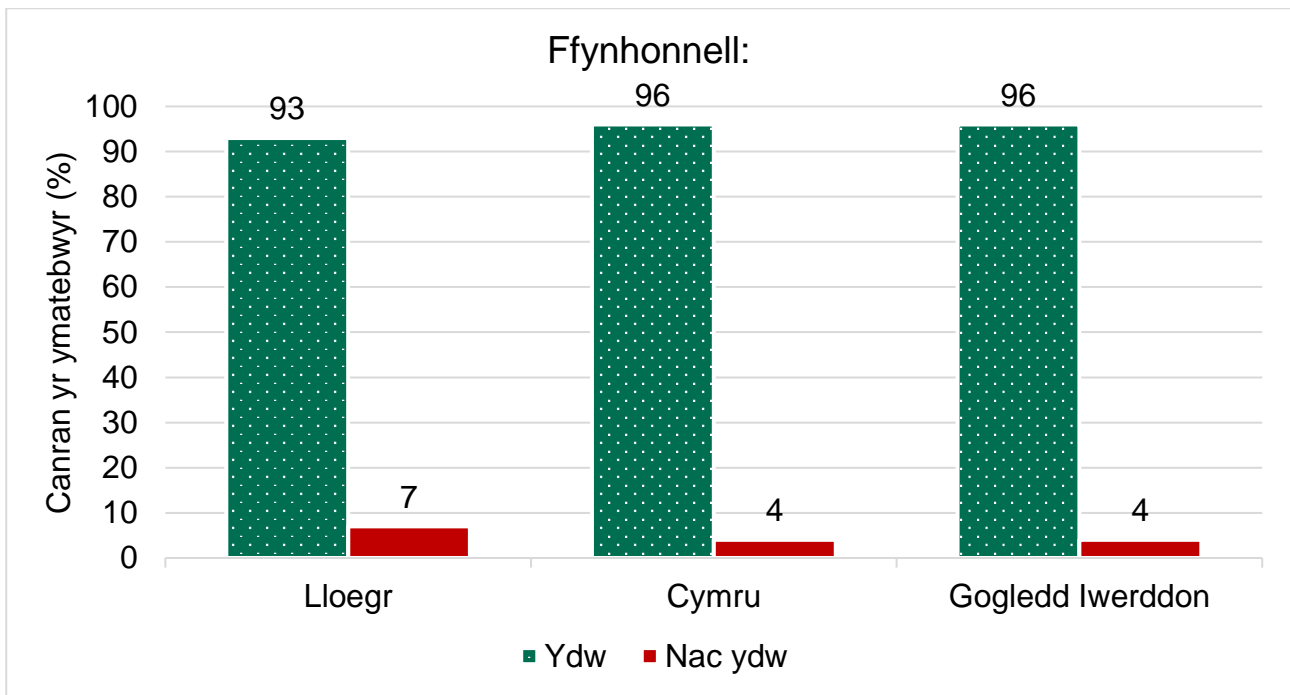
Mae'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd yn helpu pobl i wneud dewisiadau gwybodus o ran ble i fwyta allan neu siopa am fwyd trwy roi gwybodaeth glir am safonau hylendid busnesau. Mae busnesau'n cael sgôr o 0 i 5. Mae sgôr o 5 yn dangos bod y safonau hylendid yn dda iawn ac mae sgôr o 0 yn dangos bod angen gwella ar frys. Mae'r Asiantaeth Safonau Bwyd yn rhoi'r cynllun ar waith ar y cyd ag awdurdodau lleol yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon⁴⁸.

O blith y rheiny a ymatebodd ar-lein, dywedodd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr (93%) eu bod wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd. Dywedodd bron i ddwy ran o dair o'r ymatebwyr (63%) eu bod wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd a'u bod yn gwybod llawer neu ychydig amdano. Dywedodd oddeutu traen o'r ymatebwyr (31%) eu bod wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd ond nad oedden nhw'n gwybod rhyw lawer amdano, os o gwbl. Dywedodd llai nag 1 ym mhob 10 ymatebydd (7%) nad oedden nhw wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd⁴⁹.

Ffigur 17. Roedd cyfran debyg o'r ymatebwyr yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd.

⁴⁸[Y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd, ASB.](#)

⁴⁹ Cwestiwn: Ydych chi wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd? Ymatebion: Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano, Ydw, rydw i wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano, Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod llawer amdano, Ydw, rydw i wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod dim amdano, Na, dydw i erioed wedi clywed amdano. Sylfaen = 4326, yr holl ymatebwyr ar-lein.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Roedd cyfran yr ymatebwyr a oedd wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylenid Bwyd yn debyg ar draws Cymru (96%), Lloegr (93%) a Gogledd Iwerddon (96%) (Ffigur 17)**. Fodd bynnag, roedd ymatebwyr yng Nghymru (74%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwybod am y Cynllun Sgorio Hylenid Bwyd na'r rheiny yn Lloegr (62%), ac yng Ngogledd Iwerddon dywedodd 70% eu bod yn gwybod am y Cynllun Sgorio Hylenid Bwyd**.

Gofynnwyd i ymatebwyr a oedd wedi archebu bwyd neu ddiod trwy blatfform ar-lein ac a oedd wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylenid Bwyd pa mor aml yr oedden nhw'n gwirio sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylenid Bwyd wrth archebu bwyd a diod ar-lein. Roedd mwy na 4 ym mhob 10 (44%) ymatebydd yn gwirio sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylenid Bwyd yn aml (hynny yw, y rhan fwyaf o'r amser); roedd 31% o'r ymatebwyr yn gwneud hyn yn achlysurol (hynny yw, tua hanner yr amser neu weithiau); ac nid oedd 25% o'r ymatebwyr byth yn gwirio sgoriau hylendid bwyd. Roedd ymatebwyr yng Nghymru (55%) yn fwy tebygol o ddweud eu bod yn gwirio sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylenid Bwyd na'r

rheiny yn Lloegr (43%), ac yng Ngogledd Iwerddon dywedodd 50% eu bod yn gwneud hyn yn aml**50.

Gofynnwyd i ymatebwyr a ddywedodd eu bod yn chwilio am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd wrth archebu bwyd neu ddiod ar-lein pa mor aml oedd y sgoriau'n hawdd eu canfod. Dywedodd bron i hanner yr ymatebwyr fod y sgoriau yn aml (49%) yn hawdd eu canfod; dywedodd 38% fod y sgoriau'n hawdd eu canfod o bryd i'w gilydd; a dywedodd 3% nad oedd y sgoriau byth yn hawdd eu canfod⁵¹.

Gorsensitifrwydd i fwyd a defnyddio llwyfannau ar-lein

Mae gorsensitifrwydd i fwyd yn derm sy'n cyfeirio at adwaith corfforol gwael neu annymunol sy'n digwydd o ganlyniad i fwyta bwyd penodol. Mae yna wahanol fathau o orsensitifrwydd i fwyd gan gynnwys alergedd bwyd, anoddefiad bwyd a chlefyd seliag⁵².

Mae'r ASB yn darparu canllawiau i fusnesau bwyd ar ddarparu gwybodaeth am alergenau i'w cwsmeriaid. Yn ôl y gyfraith⁵³, rhaid i fusnesau bwyd yn y DU roi gwybod i

⁵⁰ Cwestiwn: Pan fyddwch chi'n archebu bwyd a diod ar-lein, pa mor aml ydych chi'n chwilio am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd (FHRS)? Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o'r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 3829, yr holl ymatebwyr sydd wedi archebu bwyd a diod ar-lein ac sydd wedi clywed am y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd. Pwysig: Cyfeirir at 'Bob amser', 'Bron pob amser' fel aml; a 'Tua hanner yr amser' ac 'Weithiau' fel achlysurol.

⁵¹ Cwestiwn: Pan fyddwch chi'n chwilio am sgoriau Hylendid Bwyd wrth archebu bwyd a diod ar-lein, pa mor aml ydyn nhw'n hawdd eu canfod? Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o'r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 2130, pob un a ymatebodd ar-lein ac sy'n chwilio am sgoriau'r Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd wrth archebu bwyd a diod ar-lein. Pwysig: Cyfeirir at 'Bob amser', a 'Bron pob amser' fel aml; a 'Tua hanner yr amser' ac 'Weithiau' fel achlysurol.

⁵²[Yr ASB yn Esbonio: Gorsensitifrwydd i Fwyd. Trosolwg: Alergedd Bwyd, GIG. Anoddefiad Bwyd, GIG. Trosolwg: Clefyd seliag, GIG.](#)

⁵³ [42 Rheoliad \(UE\) Senedd a Chyngor Ewrop Rhif 1169/2011, 25 Hydref 2011.](#)

gwsmeriaid os ydyn nhw'n defnyddio unrhyw un o'r 14 prif alergen yn y bwyd a'r ddiod maen nhw'n eu darparu⁵⁴. Mae'r labelu alergenau sy'n ofynnol yn wahanol yn ôl sut mae bwyd yn cael ei werthu a'r math o fwyd sy'n cael ei werthu. Os yw bwyd yn cael ei werthu ar-lein, dylai gwybodaeth fod ar gael i gwsmer cyn iddyn nhw gwblhau'r broses o brynu'r bwyd, a phan fydd y bwyd yn cael ei ddsbarthu⁵⁵.

Gofynnwyd i ymatebwyr a oedd â gorsensitifrwydd i fwyd, neu a oedd yn byw gyda rhywun â gorsensitifrwydd i fwyd, pa mor aml y maen nhw'n chwilio am wybodaeth sy'n eu galluogi i nodi bwyd a allai achosi adwaith gwael neu annymunol wrth archebu bwyd neu ddiod ar-lein. Roedd un o bob pump (20%) o'r ymatebwyr bob amser yn chwilio am wybodaeth a fyddai'n eu galluogi i nodi bwyd a allai achosi iddyn nhw gael adwaith gwael neu annymunol, ac roedd 40% o'r ymatebwyr yn chwilio am yr wybodaeth hon yn llai aml. Fodd bynnag, nid oedd oddeutu traean (34%) o'r ymatebwyr byth yn chwilio am wybodaeth a fyddai'n eu galluogi i nodi bwyd a allai achosi adwaith gwael neu annymunol wrth archebu bwyd neu ddiod ar-lein⁵⁶.

⁵⁴Yr 14 alergen yw: seleri, grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten (fel haidd a cheirch), cramenogion (fel corgimychiaid, crancod a chimychiaid), wyau, pysgod, bysedd y blaidd (*lupin*), llaeth, molysgiaid (fel cregyn gleision ac wystrys), mwstard, pysgnau, sesame, ffa soia, sylffwr deuocsid a sylffitau, a chnau coed (fel cnau almon, cnau cyll, cnau Ffrengig, cnau Brasil, cnau cashew, cnau pecan, cnau pistachio a chnau macadamia).

⁵⁵[Canllawiau ar alergenau ar gyfer busnesau bwyd, ASB.](#)

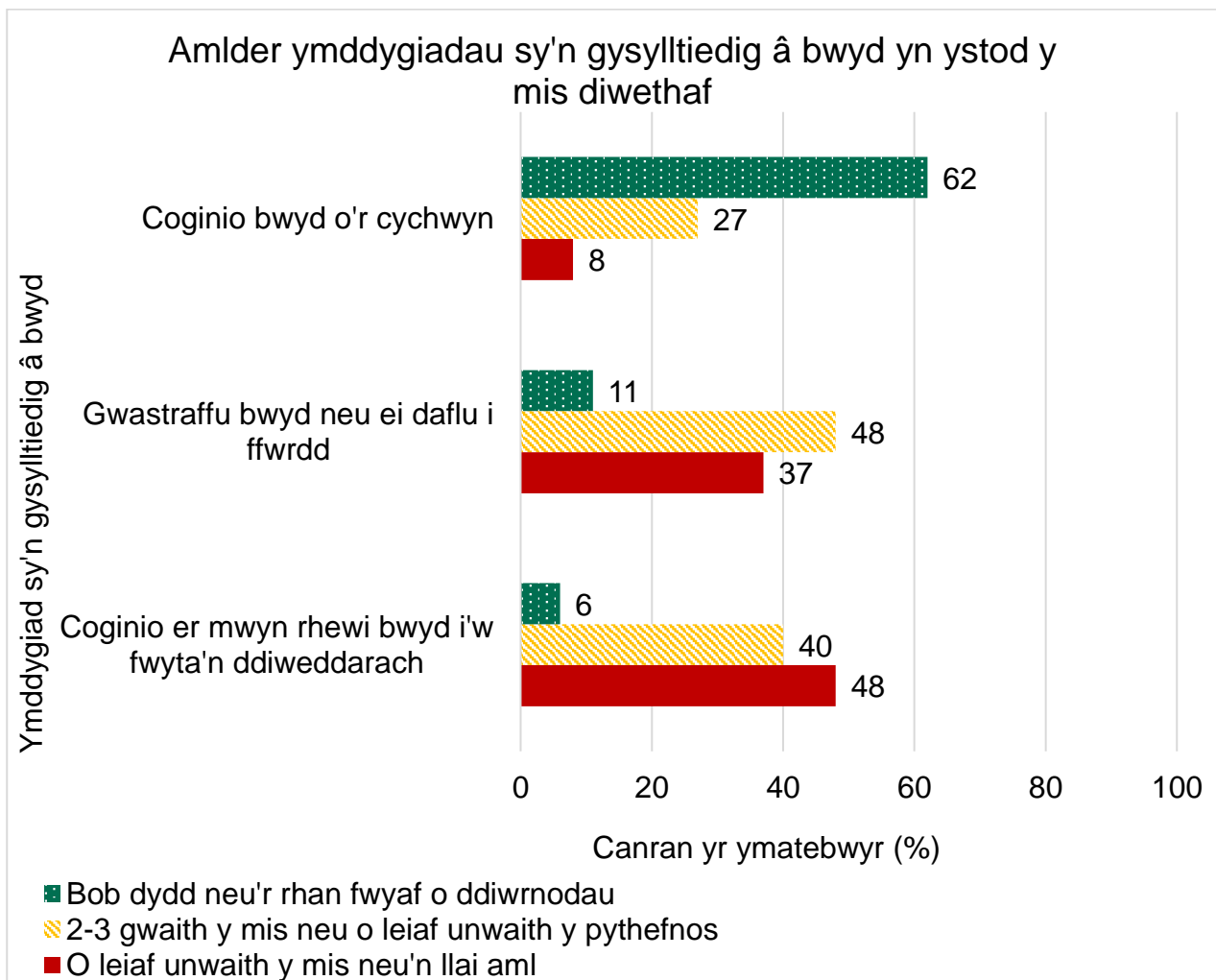
⁵⁶ Cwestiwn: Pan fyddwch chi'n archebu bwyd a diod ar-lein, pa mor aml ydych chi'n chwilio am wybodaeth sy'n eich galluogi i nodi bwyd a allai achosi adwaith corfforol gwael neu annymunol i chi neu i rywun arall yn eich cartref? Ymatebion: Bob amser, Y rhan fwyaf o'r amser, Tua hanner yr amser, Weithiau, Byth, Ddim yn gwybod, Dydw i ddim yn archebu bwyd a diod ar-lein. Sylfaen = 3336, pob ymatebydd sydd wedi archebu bwyd neu ddiod ar-lein ac sy'n dioddef adwaith corfforol gwael neu annymunol ar ôl bwyta bwydydd penodol, neu sy'n osgoi rhai bwydydd oherwydd yr adwaith gwael y gallen nhw ei achosi, a/neu sy'n byw gydag o leiaf un oedolyn neu blentyn arall. Pwysig: Cyfeirir at 'Y rhan fwyaf o'r amser', 'Tua hanner yr amser' ac 'Weithiau' fel 'llai aml'.

Pennod 6: Ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd ac arferion bwyta

Cyflwyniad

Mae'r ASB yn gyfrifol am ddiogelu'r cyhoedd rhag clefydau a gludir gan fwyd. Gan fod pobl yn gyfrifol am baratoi a storio bwyd yn ddiogel yn eu cartref, mae Bwyd a Chi 2 yn gofyn i ymatebwyr am eu hymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd yn y cartref, a yw bwydydd penodol yn cael eu bwyta, ac a yw eu harferion bwyta wedi newid.

Ffigur 18. Roedd bron i ddwy ran o dair o'r ymatebwyr yn coginio prydau o'r cychwyn bob dydd neu'r rhan fwyaf o ddiwrnodau.

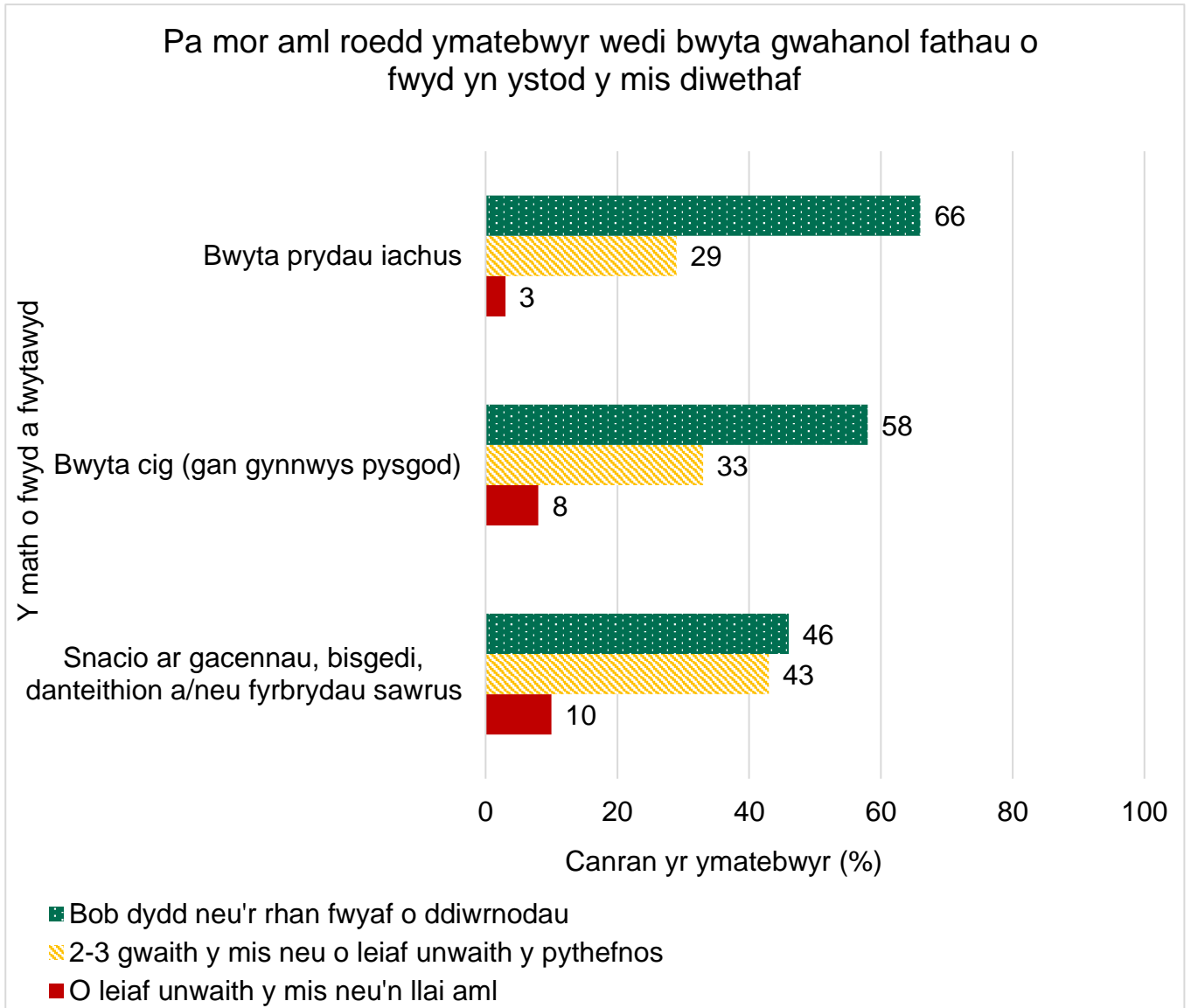


Gofynnwyd i ymatebwyr pa mor aml yr oedden nhw'n arfer gwahanol ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd yn ystod y mis diwethaf. Roedd bron i ddwy ran o dair (62%) o'r ymatebwyr yn coginio prydau o'r cychwyn bob dydd neu'r rhan fwyaf o ddiwrnodau. Roedd bron i hanner (48%) yr ymatebwyr wedi gwastraffu bwyd neu ei daflu i ffwrdd, ac roedd bron i hanner (40%) yr ymatebwyr wedi coginio bwyd i'w rewi yn ddiweddarach, 2-3 gwaith yr wythnos neu o leiaf unwaith pob pythefnos (Ffigur 18)⁵⁷.

⁵⁷ Yn ystod y mis diwethaf, pa mor aml, os o gwbl, ydych chi wedi gwneud un o'r canlynol? A) Coginio bwyd o'r cychwyn. B) Coginio er mwyn rhewi bwyd i'w fwyta'n ddiweddarach. C) Gwastraffu bwyd neu ei daflu i ffwrdd. D) Prynu bwyd wedi'i brosesu. E) Bwyta gyda'ch gilydd fel teulu. F) Snacio ar gacennau, bisgedi, danteithion a/neu fyrbrydau sawrus. G) Prynu bwyd o siopau lleol. H) Bwyta prydau iachus, Bwyta cig (gan gynnwys pysgod) Ymatebion: Bob dydd, y rhan fwyaf o ddiwrnodau, 2-3 gwaith yr wythnos, O leiaf unwaith yr wythnos, O leiaf unwaith y pythefnos, O leiaf unwaith y mis, Dydw i ddim wedi gwneud hyn yn ystod y mis diwethaf, Ddim yn gwybod/Methu cofio, Mae'n well gen i beidio ag ateb. Sylfaen A/B = 4039, pob un a ymatebodd ar-lein sydd â rhywfaint o gyfrifoldeb dros baratoi bwyd neu goginio ar gyfer eu cartref, neu drostyn nhw eu hunain. Sylfaen C/D/E/F/G/H = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

Pa fathau o fwyd y mae ymatebwyr yn eu bwyta?

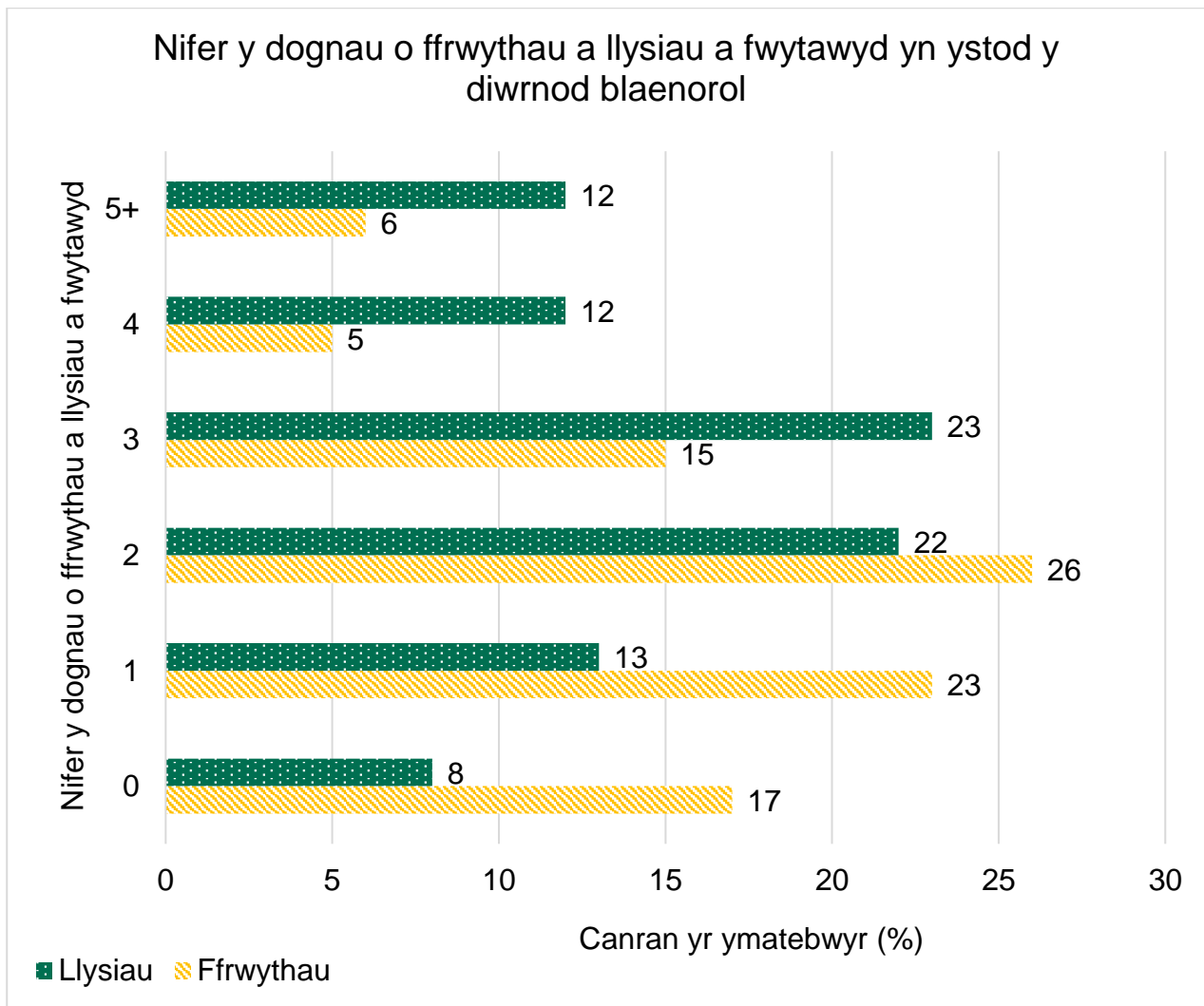
Ffigur 19. Roedd dwy ran o dair o'r ymatebwyr yn bwyta prydau iachus y rhan fwyaf o ddiwrnodau neu'n amlach.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor aml roedden nhw wedi bwyta gwahanol fathau o fwyd yn ystod y mis diwethaf. Dywedodd dwy ran o dair (66%) o'r ymatebwyr eu bod wedi bwyta prydau iachus, ac roedd dros hanner (58%) yr ymatebwyr wedi bwyta cig a/neu bysgod bob dydd neu'r rhan fwyaf o ddiwrnodau. Roedd bron i hanner (46%) yr ymatebwyr wedi snacio ar gacennau, bisgedi, danteithion a/neu fyrbrydau sawrus bob dydd neu'r rhan fwyaf o ddiwrnodau (Ffigur 19).

Ffigur 20. Roedd tua chwarter yr ymatebwyr wedi bwyta dau ddogn o ffrwythau.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr faint o ddognau o ffrwythau a llysiau, heb gynnwys sudd ffrwythau neu smwddis, roedden nhw wedi'u bwyta neu eu hyfed y diwrnod blaenorol. Roedd tua chwarter yr ymatebwyr wedi bwyta un (23%) neu ddau (26%) ddogn o ffrwythau, ac nid oedd 17% o'r ymatebwyr wedi bwyta dim. Roedd tua chwarter yr ymatebwyr wedi bwyta dau (22%) neu dri (23%) ddogn o llysiau, ac nid oedd 8% o'r ymatebwyr wedi bwyta unrhyw ddognau o llysiau (Ffigur 20)⁵⁸. Yn ogystal, gofynnwyd i'r

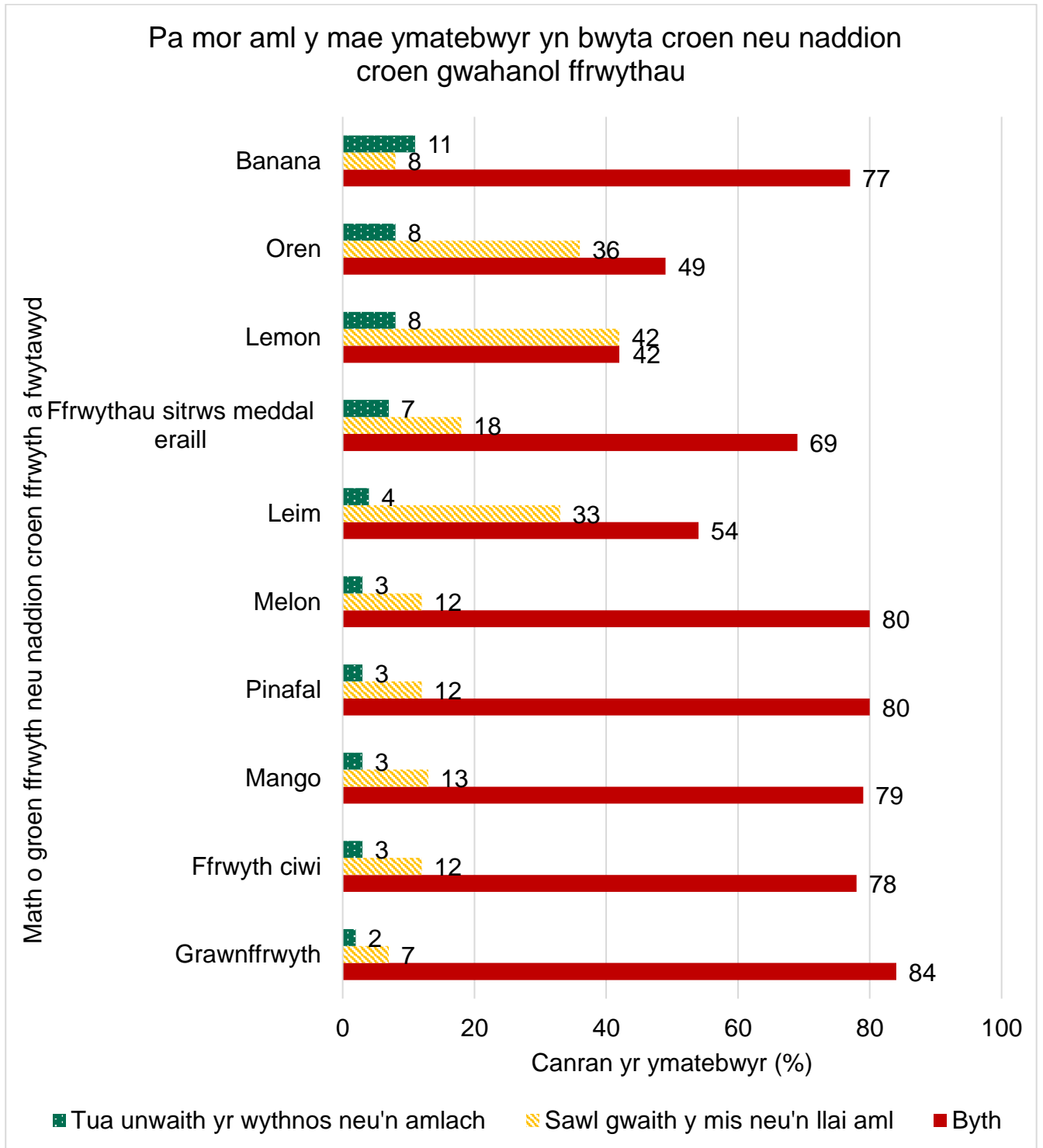
⁵⁸ Cwestiwn: Gan feddwl am yr hyn y gwnaethoch chi ei fwyta a'i yfed ddoe. Sawl ddogn o A) Ffrwythau B) Llysiau... y gwnaethoch chi eu bwyta ddoe? Ymateb = [testun agored]. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

ymatebwyr a oeddent wedi yfed peth sudd ffrwythau neu smwddi y diwrnod blaenorol. Roedd bron i draean (32%) o'r ymatebwyr wedi yfed o leiaf un gwydraid bach o sudd ffrwythau neu smwddi⁵⁹.

⁵⁹ Cwestiwn: A wnaethoch chi yfed gwydraid bach o sudd ffrwythau neu smwddi ddoe?

Ymateb: Do – gwydraid bach (150ml/5 owns hylifol), Do – gwydraid mwy (mwy na 150ml/5 owns hylifol), Naddo – wnes i ddim yfed unrhyw sudd ffrwythau ddoe, Naddo – yfais lai na gwydraid bach (150ml/5 owns hylif), Ddim yn gwybod. Sylfaen = 4326, pob un a ymatebodd ar-lein.

Ffigur 21. Mae tua 1 o bob 10 ymatebydd yn bwyta croen banana tua unwaith yr wythnos neu'n amlach.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa mor aml, os o gwbl, yr oedden nhw'n bwyta croen neu naddion croen gwahanol ffrwythau, gan ddewis o restr. Dywedodd y rhan fwyaf o ymatebwyr nad oedden nhw erioed wedi bwyta croen na naddion croen gwahanol

ffrwythau, ond roedd y defnydd yn amrywio yn ôl ffrwythau. Roedd croen neu naddion croen banana (11%), oren (8%) a lemon (8%) yn fwy tebygol o gael eu bwyta tua unwaith yr wythnos neu'n amlach, o gymharu â chroen neu naddion croen ffrwythau eraill. Roedd croen neu naddion croen lemon (42%), oren (36%) a leim (33%) yn fwy tebygol o gael eu bwyta sawl gwaith y mis ac yn llai aml, o gymharu â chroen neu naddion croen ffrwythau eraill. Nid oedd y rhan fwyaf o'r ymatebwyr byth yn bwyta croen neu naddion croen grawnffrwyth (84%), melon (80%), neu binafal (80%) (Ffigur 21)⁶⁰.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oedd yn bwyta croen neu naddion croen y ffrwythau a restrwyd faint roedden nhw'n ei fwyta, a'r tro diwethaf iddyn nhw ei fwyta. Roedd ymatebwyr yn fwy tebygol o fwyta ychydig bach (tua phinsiad neu lai) o naddion croen leim (56%), lemon (52%), neu oren (48%) na naddion croen y ffrwythau eraill a restrwyd. Roedd ymatebwyr yn fwy tebygol o fwyta croen cyfan neu fwy o ffrwyth ciwi (26%),

⁶⁰ Cwestiwn: Pa mor aml, os o gwbl, ydych chi'n bwyta croen neu naddion croen pob un o'r ffrwythau canlynol? A) Lemon. B) Leim. C) Oren. D) Ffrwyth ciwi. E) Grawnffrwyth. F) Mango G) Banana. H) Pinafal I) Melon J) Ffrwythau sitrws meddal eraill (er enghraifft satswma, mandarin, clementin). Ymatebion: Byth, Unwaith neu sawl gwaith y flwyddyn, Tua unwaith y mis, Sawl gwaith y mis, Tua unwaith yr wythnos, Sawl gwaith yr wythnos, y rhan fwyaf o ddiwrnodau neu bob dydd. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr.

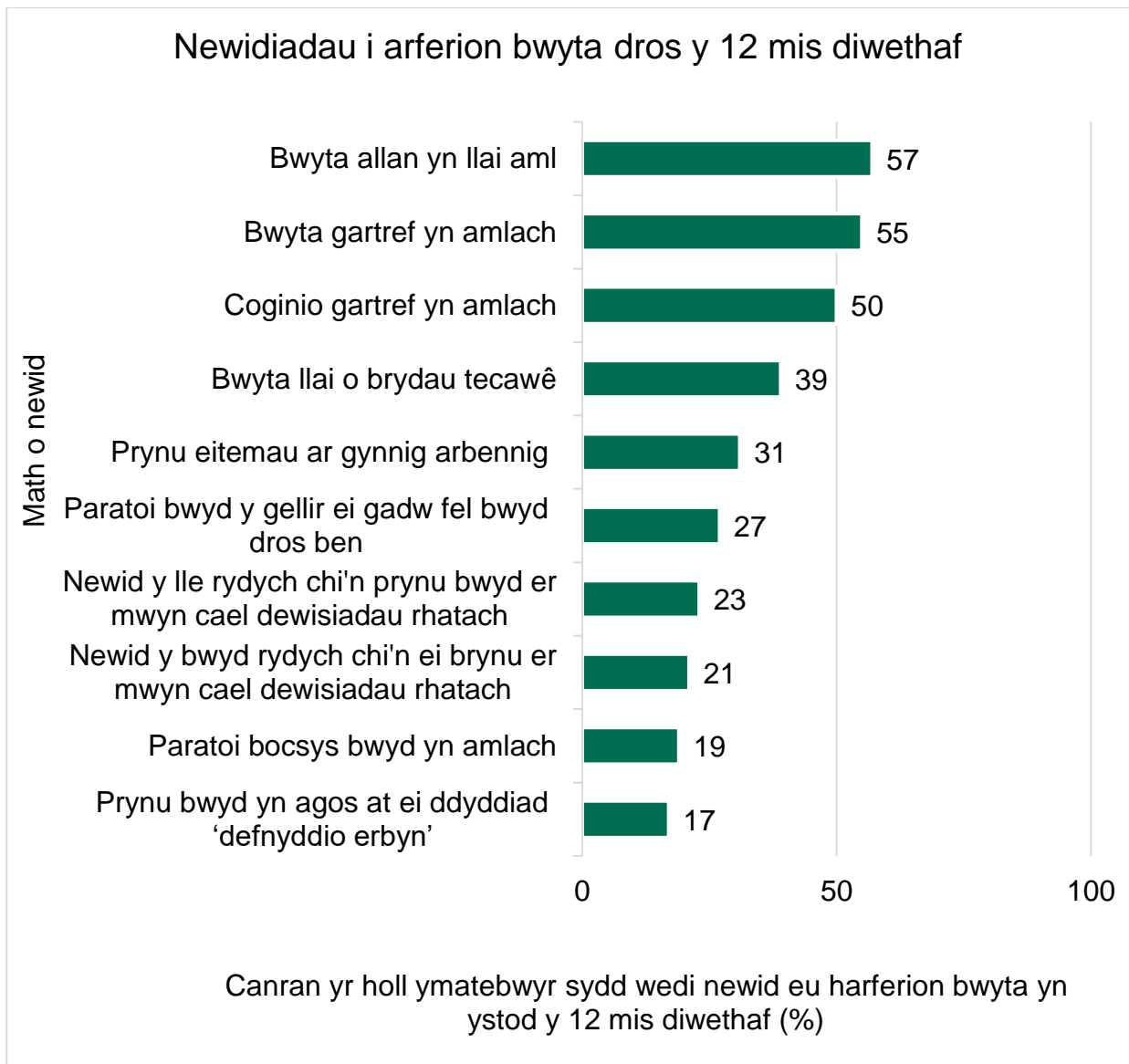
mango (12%) a grawnffrwyth (11%) o'u cymharu â chroen cyfan y ffrwythau eraill a restrwyd⁶¹.

Newidiadau i arferion bwyta

Gofynnwyd i'r ymatebwyr nodi a oedd eu harferion bwyta wedi newid dros y 12 mis diwethaf ac, os felly, sut. Oherwydd y pandemig COVID-19 a'r effaith y mae wedi'i chael ar fywydau defnyddwyr o ddydd i ddydd, disgwylir i arferion bwyta fod wedi newid mwy yn ystod y 12 mis diwethaf nag mewn cyfnod 12 mis nodweddiadol.

Ffigur 22. Y deg newid mwyaf cyffredin i arferion bwyta dros y 12 mis diwethaf.

⁶¹ Cwestiwn: Wrth feddwl am y tro diwethaf i chi fwyta croen neu naddion croen y ffrwythau canlynol, faint yn fras y gwnaethoch ei fwyta? A) Lemon. B) Leim. C) Oren. D) Ffrwyth ciwi. E) Grawnffrwyth. F) Mango G) Banana. H) Pinafal I) Melon J) Ffrwythau sitrws meddal eraill (er enghraifft satswma, mandarin, clementin). Ymatebion: Bwytais ychydig bach o naddion croen y ffrwyth – tua phinsiad neu lai, Bwytais fwy o naddion croen y ffrwyth – mwy na rhyw binsiad, Bwytais ddarn bach o groen y ffrwyth – tua maint darn 50 ceiniog neu lai, Bwytais ddarn mwy o groen y ffrwyth, mwy na maint darn 50 ceiniog, ond llai na'r ffrwyth cyfan, Bwytais groen cyfan un ffrwyth, Bwytais fwy na chroen cyfan un ffrwyth, Ddim yn gwybod, Mae'n well gen i beidio â dweud, Dydw i ddim yn bwyta croen na naddion croen y ffrwyth hwn. Sylfaen A = 2848, B = 1995, C = 2520, D = 866, E = 500, F = 787, G = 1105, H = 899, I = 907, J = 1406, yr holl ymatebwyr nad ydynt byth yn bwyta croen ffrwythau.



Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Roedd arferion bwyta y rhan fwyaf o'r ymatebwyr wedi newid, gyda dim ond 19% o'r ymatebwyr yn dweud nad oedd eu harferion bwyta wedi newid o gwbl yn ystod y 12 mis diwethaf. Roedd y newidiadau mwyaf cyffredin yn ymwneud â'r hyn roedd ymatebwyr yn ei fwyta a ble (bwyta allan yn llai aml 57%, bwyta gartref yn amlach 55%, coginio gartref yn amlach 50%, bwyta llai o brydau tecawê 39%), lleihau costau bwyd (prynu eitemau ar gynnig arbennig 31%, newid y lle rydych chi'n prynu bwyd er mwyn cael dewisiadau rhatach 23%, newid y bwyd rydych chi'n ei brynu er mwyn cael dewisiadau rhatach 21%) a chynyddu ymddygiadau rheoli bwyd cadarnhaol (paratoi bwyd y gellir ei gadw fel bwyd dros ben 27%, paratoi mwy o focsys bwyd 19%). Yn ogystal, dywedodd 17% o'r ymatebwyr eu bod wedi prynu bwyd yn nes at ei ddyddiad 'defnyddio erbyn'; roedd 16%

wedi bwyta bwyd heibio ei ddyddiad 'defnyddio erbyn'; ac roedd 16% wedi cadw bwyd dros ben yn hirach cyn ei fwyta (Ffigur 22)^{62,63}.

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd eu bod wedi newid eu harferion bwyta yn ystod y 12 mis diwethaf nodi pam roedd eu harferion bwyta wedi newid. Y prif resymau a roddwyd dros newid arferion bwyta oedd COVID-19 a'r cyfnod clo (73%), rhesymau iechyd (39%) a rhesymau ariannol (35%)⁶⁴.

⁶² Cwestiwn: Ydych chi, neu a yw unrhyw un yn eich cartref, wedi gwneud unrhyw un o'r newidiadau hyn i'ch arferion bwyta yn ystod y 12 mis diwethaf? Ymatebion: Bwyta allan yn llai aml, Bwyta gartref yn amlach, Coginio gartref yn amlach, Bwyta llai o brydau tecawê, Prynu eitemau ar gynnig arbennig yn amlach, Paratoi bwyd y gellir ei gadw fel bwyd dros ben yn amlach, Newid y lle rydych chi'n prynu bwyd er mwyn cael dewisiadau rhatach, Newid y bwyd rydych chi'n ei brynu er mwyn cael dewisiadau rhatach, Paratoi bocsys bwyd yn amlach, Prynu bwyd yn agos at ei ddyddiad 'defnyddio erbyn' yn amlach, Bwyta bwyd tu hwnt i'w ddyddiad 'defnyddio erbyn' yn amlach, Cadw bwyd dros ben yn hirach cyn ei fwyta, Defnyddio banc bwyd/bwyd brys, Arall, Na, dydw i/dydwyn ni ddim wedi gwneud unrhyw newidiadau. Sylfaen= 6271, yr holl ymatebwyr.

⁶³ Life under Covid-19: Food waste, attitudes, and behaviours in 2020 (2021). WRAP.

⁶⁴ Cwestiwn: Wrth feddwl am y newidiadau rydych chi wedi'u gwneud yn ystod y 12 mis diwethaf i'ch arferion bwyta, pam gwnaethoch chi'r newidiadau hyn? Ymatebion: Rhesymau ariannol, Rhesymau iechyd, Rhesymau diogelwch bwyd (er enghraifft, er mwyn osgoi gwenwyn bwyd), Oherwydd yr adwaith corfforol gwael neu annymunol y mae rhai bwydydd yn ei achosi, Oherwydd y Cyfnod Clo/COVID-19, Arall, Mae'n well gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 5153, yr holl ymatebwyr sydd wedi gwneud o leiaf un newid i'w harferion bwyta yn ystod y 12 mis diwethaf.

Atodiad A: Bwyd a Chi 2: Cylch 3

Cefndir

Yn 2018 sefydlodd y [Pwyllgor Cynghori ar Wyddor Gymdeithasol](#) (y Pwyllgor) Weithgor Bwyd a Chi newydd i adolygu methodoleg, cwmpas a ffocws yr arolwg Bwyd a Chi. Ym mis Ebrill 2019, darparodd y Gweithgor Bwyd a Chi [gyfres o argymhellion](#) i'r ASB a'r Pwyllgor ynghylch trywydd yr arolwg Bwyd a Chi yn y dyfodol. Datblygwyd arolwg Bwyd a Chi 2 ar sail yr argymhellion hynny.

Mae arolwg Bwyd a Chi 2 wedi disodli'r arolwg Bwyd a Chi a gynhaliwyd bob dwy flynedd (2010-2018), Arolwg Tracio Agweddau'r Cyhoedd a gynhaliwyd ddwywaith y flwyddyn (2010-2019) ac Arolwg Tracio Agweddau Defnyddwyr y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd a gynhaliwyd yn flynyddol (2014-2019). Mae'r arolwg Bwyd a Chi wedi bod yn Ystadegyn Swyddogol ers 2014.

Cyhoeddwyd adroddiad [Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 1](#) ym mis Mawrth 2021. Cyhoeddwyd adroddiad [Bwyd a Chi 2: Prif Ganfyddiadau Cylch 2](#) ym mis Gorffennaf 2021.

Methodoleg

Comisiynir arolwg Bwyd a Chi 2 gan yr Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB). Cynhelir y gwaith maes gan Ipsos MORI. Cynhelir arolwg Bwyd a Chi 2 ddwywaith y flwyddyn. Gynhaliwyd y gwaith maes ar gyfer Cylch 3 rhwng 28 Ebrill 2020 a Mehefin 2021.

Arolwg dilyniannol modd-cymysg sy'n annog pobl i'w gwblhau ar-lein yw arolwg Bwyd a Chi 2. Derbyniodd sampl o gyfeiriadau (a ddewiswyd ar hap o Ffeil Cyfeiriadau Cod Post y Post Brenhinol) llythyr yn gwahodd hyd at ddau oedolyn (16 oed neu'n hŷn) yn y cartref i gwblhau'r arolwg ar-lein. Anfonwyd llythyr atgoffa cyntaf at gartrefi nad oeddent wedi ymateb i'r gwahoddiad cychwynnol. Anfonwyd fersiwn bost o'r arolwg gyda'r ail llythyr atgoffa ar gyfer y rheiny heb fynediad i'r rhyngwrwyd neu'r rheiny yr oedd yn well ganddyn nhw gwblhau fersiwn o'r arolwg trwy'r post. Mae hyn yn helpu i leihau'r gogwydd ymateb sydd fel arall yn digwydd gydag arolygon a gynhelir ar-lein yn unig. Derbynnir y dull hwn

ar gyfer arolygon y llywodraeth ac ystadegau cenedlaethol, gan gynnwys [Cyfrifiad 2021](#) ac [Arolwg Bywyd Cymunedol 2019/2020](#). Anfonwyd trydydd nodyn atgoffa – a'r un terfynol – at y cartrefi hynny nad oedden nhw wedi cwblhau'r arolwg ar-lein. Rhoddwyd taleb i'r ymatebwyr am gwblhau'r arolwg. Ceir rhagor o fanylion am y fethodoleg yn yr [Adroddiad Technegol](#). Gan fod methodoleg Arolwg Tracio Agweddau'r Cyhoedd, Arolwg Tracio Agweddau Defnyddwyr y Cynllun Sgorio Hylendid Bwyd ac arolwg Bwyd a Chi (2010-2018) yn wahanol, nid yw'n bosib cymharu'r data a gesglir trwy Arolwg Bwyd a Chi 2 (2020 ymlaen) â'r data cynharach hyn. Gellir gwneud cymariaethau rhwng gwahanol Gylchoedd [Bwyd a Chi 2](#).

Cafodd y sampl o brif gyfeiriadau a chyfeiriadau wrth gefn⁶⁵ ei gwahanu'n haenau fesul rhanbarth (gyda Chymru a Gogledd Iwerddon yn cael eu trin fel rhanbarthau ar wahân), a chafodd y cyfeiriadau o fewn rhanbarth (neu wlad) eu gwahanu'n haenau fesul awdurdod lleol (ardal yng Ngogledd Iwerddon) i sicrhau bod y sampl a ddefnyddiwyd wedi'i dosbarthu'n gymesur ar draws yr awdurdodau lleol. Defnyddiwyd sgoriau amddifadedd cenedlaethol fel yr haen olaf o fewn yr awdurdodau lleol – y Mynegai Amddifadedd Lluosog (IMD) yn Lloegr, Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru (MALIC) yng Nghymru, a Mesur Amddifadedd Lluosog Gogledd Iwerddon (NIMDM) yng Ngogledd Iwerddon.

Oherwydd hyd a chymhlethdod yr holiadur ar-lein, nid oedd yn bosib cynnwys pob cwestiwn yn y fersiwn bost. Roedd angen i fersiwn bost yr holiadur fod yn fyrrach ac yn llai cymhleth er mwyn annog cyfradd ymateb uchel. Er mwyn gwneud fersiwn bost yr holiadur yn fyrrach ac yn llai cymhleth, cynhyrchwyd dwy fersiwn. Mae'r holl ddata a gesglir gan arolwg Bwyd a Chi 2 yn hunangofnodedig. Mae'r data'n dangos agweddau, gwybodaeth ac ymddygiad yr ymatebwyr eu hunain o ran diogelwch bwyd a materion bwyd. Gan mai arolwg ymchwil gymdeithasol yw Bwyd a Chi 2, ni all adrodd am ymddygiadau yr arsylwir arnyn nhw. Ceir adroddiad am ymddygiadau yr arsylwir arnyn nhw mewn ceginau yn [Kitchen Life](#), astudiaeth ethnograffig a ddefnyddiodd gyfuniad o arsylwi, arsylwi fideo a chyfweliadau i gael cipolwg ar arferion mewn ceginau domestig.

⁶⁵ Lluniwyd sampl wrth gefn o gyfeiriadau i'w defnyddio pe na bai'r arolwg yn cyrraedd y darged o ran nifer yr ymatebwyr trwy'r brif sampl o gyfeiriadau.

Bydd yr astudiaeth hon yn cael ei diweddarau trwy arolwg Kitchen Life 2 sydd ar y gweill nawr, ac y disgwylir iddo gael ei gyhoeddi yn 2023.

Maint sampl targed gofynnol yr arolwg yw 4,000 o gartrefi (2,000 yn Lloegr, 1,000 yng Nghymru, 1,000 yng Ngogledd Iwerddon), gyda hyd at ddau oedolyn ym mhob cartref yn cael eu gwahodd i gymryd rhan fel y sonnir uchod. Ar gyfer Cylch 3, cwblhawyd yr arolwg gan gyfanswm o 6,271 o oedolion o 4,338 o gartrefi ledled Lloegr (3,190 o oedolion), Gogledd Iwerddon (1,626 o oedolion), a Chymru (1,455 o oedolion). Cafwyd cyfradd ymateb gyffredinol o 31% (Cymru 32%, Lloegr 32%, Gogledd Iwerddon 27%).

Cwblhaodd 69% o'r ymatebwyr yr arolwg ar-lein a 31% yr arolwg trwy'r post. Tynnwyd ymatebion post 68 o'r ymatebwyr o'r set ddata oherwydd eu bod wedi cwblhau'r arolwg ar-lein a thrwy'r post. Ceir rhagor o fanylion am y cyfraddau ymateb yn yr [Adroddiad Technegol](#).

Cafodd y data ei bwysoli i sicrhau ei fod mor agos â phosibl at fod yn gynrychioliadol o is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill yn y boblogaeth, fel sy'n arferol gydag arolygon y llywodraeth. Mae'r pwysoliad a ddefnyddir o ran data Bwyd a Chi 2 yn helpu i wneud iawn am amrywiadau yn y dewisiadau a wneir gan unigolion yn yr un cartref, am y gogwydd ymateb, ac am y ffaith mai dim ond yn un o'r arolygon post y gofynnwyd rhai cwestiynau. Ceir rhagor o fanylion am y dull pwysoli, ynghyd â'r pwysoliadau a ddefnyddir o ran data Bwyd a Chi 2: Cylch 3, yn yr [Adroddiad Technegol](#).

Cafodd y data ei gadarnhau a'i wirio gan chwe aelod o staff Ipsos MORI a dau aelod o Gangen Ystadegau'r ASB. Cyflawnwyd y dadansoddiad disgrifiadol a'r profion ystadegol gan Ipsos MORI. Defnyddiodd Ipsos MORI feddalwedd ystadegol o'r enw Quantum i gyfrifo'r dadansoddiad disgrifiadol a'r profion ystadegol (profion t).

Mae'r gwerthoedd p sy'n profi arwyddocâd ystadegol yn seiliedig ar brofion t sy'n cymharu'r cyfrannau wedi'u pwysoli ar gyfer ymateb penodol o fewn is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill. Gwnaed addasiad ar gyfer maint gwirioneddol y sampl ar ôl pwysoli, ond ni wneir cywiriad ar gyfer cymariaethau lluosog.

Fel arfer, pan adroddir am wahaniaethau rhwng is-grwpiau cymdeithasol-ddemograffig ac is-grwpiau eraill, ceir o leiaf 10 pwynt canran o wahaniaeth rhwng y grwpiau ac maent yn ystadegol arwyddocaol ar y lefel 5% ($p < 0.05$). Fodd bynnag, cafodd rhai gwahaniaethau rhwng grwpiau o ymatebwyr eu cynnwys lle mae'r gwahaniaeth yn llai na 10 pwynt

canran, a hynny pan fydd y canfyddiad yn nodedig neu'n ddiddorol. Mae cyfrifiadau canrannol yn seiliedig ar yr ymatebwyr hynny a roddodd ymateb yn unig. Mae'r gwerthoedd a'r cyfrifiadau a adroddir yn seiliedig ar gyfansymiau wedi'u pwysoli.

Termau technegol a diffiniadau

1. Nodir arwyddocâd ystadegol ar y lefel 5% ($p < 0.05$). Felly, pan fydd yr adroddiad yn nodi gwahaniaeth sylweddol, gellir bod yn weddol hyderus bod y gwahaniaeth a adroddwyd yn adlewyrchu gwahaniaeth gwirioneddol ar lefel y boblogaeth.
2. Mae mynediad at gyflenwad bwyd sicr yn golygu bod pawb yn gallu cael mynediad at ddigon o fwyd bob amser i fyw bywyd iach ac egnïol ([Uwchgynhadledd Bwyd y Byd, 1996](#)). Mae [Adran Amaethyddiaeth yr Unol Daleithiau](#) (USDA) wedi creu cyfres o gwestiynau sy'n nodi i ba raddau y mae gan ymatebwyr fynediad at gyflenwad bwyd sicr. Mae arolwg Bwyd a Chi 2 yn ymgorffori'r [10 eitem a geir ym Modiwl Arolwg Mynediad Oedolion at Gyflenwad Bwyd yr Unol Daleithiau](#) ac yn defnyddio cyfnod cyfeirio o 12 mis. Cyfeirir at ymatebwyr fel rhai sydd â mynediad at gyflenwad bwyd sicr os ydynt wedi'u dosbarthu fel rhai sydd â mynediad at gyflenwad bwyd sicr iawn (heb fod wedi nodi bod ganddyn nhw broblemau neu gyfyngiadau o ran cael mynediad at fwyd), neu sy'n ymylol o ran eu mynediad at gyflenwad bwyd sicr (wedi nodi un neu ragor o broblemau – fel arfer pryder ynghylch digonolrwydd bwyd neu brinder bwyd yn y tŷ. Dim arwydd, neu ychydig arwydd, o newidiadau mewn deietau neu gymeriant bwyd). Cyfeirir at ymatebwyr fel rhai nad oes ganddynt fynediad at gyflenwad bwyd sicr os ydynt wedi'u dosbarthu fel rhai sydd â chyflenwad bwyd ansicr (wedi nodi dirywiad o ran ansawdd, amrywiaeth neu ddymunoldeb deiet. Ychydig neu ddim arwydd o gymeriant bwyd llai) neu gyflenwad bwyd ansicr iawn (wedi nodi nifer o achosion o darfu ar batrymau bwyta a chymeriant bwyd llai).
3. System ddosbarthu yw [Dosbarthiad Economaidd-gymdeithasol Ystadegau Gwladol \(NS-SEC\)](#) sy'n awgrymu sefyllfa economaidd-gymdeithasol unigolion ar sail statws galwedigaeth a chyflogaeth.

4. Mesur swyddogol o [amddifadedd cymharol ar sail ardal ddaearyddol yw'r Mynegai Amddifadedd Lluosog \(IMD\) / Mynegai Amddifadedd Lluosog Cymru \(MALIC\) / Mesur Amddifadedd Lluosog Gogledd Iwerddon \(NIMDM\)](#). Neilltuir dosbarthiad IMD/MALIC/NIMDM yn ôl cod post neu enw lle. Mae'n gyfrifiad aml-ddimensiwn y bwriedir iddo gynrychioli'r amgylchiadau byw yn yr ardal, gan gynnwys incwm, cyflogaeth, iechyd, addysg, mynediad at wasanaethau, tai, diogelwch cymunedol a'r amgylchedd ffisegol. Caiff ardaloedd bach eu sgorio gan IMD/MALIC/NIMDM; gwneir hyn ar wahân ar gyfer [Cymru](#), [Lloegr](#) a [Gogledd Iwerddon](#).

Cyfeiriadau

- [Pwyllgor Cynghori ar Wyddor Gymdeithasol \(ACSS\)](#)
- [Cyfrifiad 2011. Y Swyddfa Ystadegau Gwladol](#)
- Duffy, B., Smith, K., Terhanian, G., a Bremer, J. (2005). [Comparing data from online and face-to-face surveys](#). *International Journal of Market Research*, 47(6), 615-639. <https://doi.org/10.1177/147078530504700602>
- [Bwyd a Chi 2010-2019](#)
- Yr Asiantaeth Safonau Bwyd. Cyflwyno Bwyd a Chi 2. (Mawrth, 2020). <https://www.food.gov.uk/cy/news-alerts/news/cyflwyno-bwyd-a-chi-2?navref=quicklink>
- Gaskell, G. (2019). [Adolygiad o Arolwg Bwyd a Chi yr ASB](#). Cyfarfod ACSS 2 Ebrill 2019 – Adroddiad Adolygu Bwyd a Chi (Papur 3.5).
- Adran Amaethyddiaeth yr Unol Daleithiau (USDA). [Food security](#).
- Wills, W., Meah, A., Dickinson, A., a Short, F. (2013). [Domestic kitchen practices: Findings from the 'Kitchen Life' study](#). Adroddiad gan Brifysgol Hertfordshire ar gyfer yr Asiantaeth Safonau Bwyd

- [World Food Summit 1996, Rome Declaration on World Food Security.](#)

© Hawlfraint y Goron 2020

Mae'r cyhoeddiad hwn (ac eithrio'r logos) wedi'i drwyddedu o dan delerau'r Drwydded Llywodraeth Agored fersiwn 3.0 ac eithrio lle nodir yn wahanol. Lle rydym ni wedi nodi unrhyw wybodaeth hawlfraint trydydd parti, bydd angen i chi gael caniatâd y deiliaid hawlfraint dan sylw.

I gael rhagor o wybodaeth ac i weld y drwydded hon:

- ewch i [wefan yr Archifau Gwladol](#)
- anfonwch e-bost at psi@nationalarchives.gov.uk
- ysgrifennwch at: Information Policy Team, The National Archives, Kew, London, TW9 4DU

Os oes gennych chi ymholiad am y cyhoeddiad hwn, [cysylltwch â'r Asiantaeth Safonau Bwyd](#).

Cyfeirnod y prosiect : FS430662



Dilynwch ni ar Twitter:
[@fsacymru](#) @fsawales
@foodgov



Dewch o hyd i ni ar Facebook:
[facebook.com/AsiantaethSafonauBwyd](https://www.facebook.com/AsiantaethSafonauBwyd)