

DULL DIOGEL:

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



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

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

DEFNYDDIO PROBAU TYMHEREDD

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



PROFI EICH PRÔB

Mae'n hanfodol gwybod bod eich prôb yn gweithio'n iawn er mwyn i chi allu dibynnu ar ei ddarlleniadau. Dylech ei brofi'n rheolaidd. Dylai cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr gynnwys manylion am ba mor aml mae'n rhaid profi prôb a sut i wybod a yw'n gywir.

Ffordd syml o brofi prôb digidol yw ei roi mewn dŵr rhewllyd:

- Dylai'r darlleniadau mewn dŵr rhewllyd fod rhwng -1°C ac 1°C.

Os yw'r darlleniadau y tu allan i'r amrediad hwn, dylech gael prôb newydd neu ei ddychwelyd i'r gwneuthurwr er mwyn ei galibro.

GOFALU AM EICH PRÔB

Mae'n bwysig iawn eich bod yn cadw'ch prôb yn lân, neu gallai ledaenu baw a bacteria niweidiol i'r bwyd yr ydych yn ei brofi. Ar ôl defnyddio prôb, ewch ati i'w lanhau a'i ddiheintio cyn ei ddefnyddio eto.

Mae weips i lanhau'r prôb yn ffordd dda o'i gadw'n lân a'i ddiheintio, fodd bynnag gwnewch yn siŵr nad yw'r weips yn sychu gan na fyddant wedyn yn diheintio'n iawn.

Mae angen i chi ofalu am eich prôb i'w atal rhag cael ei ddifrodi a'i helpu i weithio'n iawn. Peidiwch â gadael prôb digidol tu mewn i oergell neu rewgell. Os nad ydych yn ei ddefnyddio, rhaid i chi ei storio'n ofalus, ymhell o dymheredd eithafol a hylifau. Cadwch y prôb yn ei gês, os oes un ar gael. Ceisiwch osgoi ei fwrw yn erbyn rhywbeth neu ei ollwng. Os yw'r batri yn isel, rhowch fatri newydd ynddo ar unwaith.

PROFI – COFNODION

Os ydych chi'n penderfynu defnyddio prôb i brofi bod eich dull storio bwydydd wedi'u hoeri neu wedi'u rhewi yn ddiogel, gallwch nodi'r manylion isod. Dim ond fel prawf untro y mae angen i chi wneud hyn.

OFFER e.e. CABINET CYNNYRCH LLAETH	DARLLENIAID TYMHEREDD	DYDDIAD