

Oeri



Oeri

Mae oeri bwyd yn iawn yn helpu i atal bacteria niweidiol rhag tyfu.

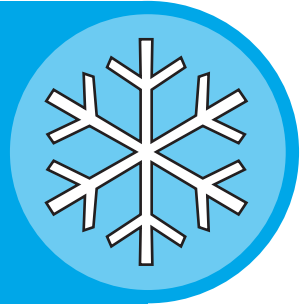
Mae angen cadw rhai bwydydd yn oer i'w cadw'n ddiogel, fel llaeth, cig wedi'i goginio, prydau parod, pwdinau, bwyd gyda dyddiad *'use by'* a bwyd sydd â *'keep refrigerated'* ar y label.


Mae'r adran hon yn sôn am storio ac arddangos bwyd oer a bwyd wedi'i rewi.

Dull diogel:

Storio ac arddangos bwydydd oer

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



Pwynt diogelwch	Pam?	Sut mae gwneud hyn?
<p>Mae angen cadw rhai bwydydd yn oer i'w cadw'n ddiogel e.e.</p> <ul style="list-style-type: none">▪ bwyd gyda dyddiad 'use by'▪ bwyd sydd â 'keep refrigerated' ar y label	<p>Os nad yw'r mathau hyn o fwyd yn cael eu cadw'n ddigon oer, gall bacteria niweidiol dyfu.</p>	
<p>Dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar sut i leoli, defnyddio a chynnal cyfarpar oeri.</p>	<p>Mae'n bwysig defnyddio cyfarpar priodol i sicrhau bod bwyd yn cael ei gadw'n ddigon oer.</p> <p>Gall gosod cyfarpar mewn lleoliad gwael e.e. ger drws, gwresogydd neu yng ngolau'r haul, ei atal rhag gweithio'n effeithiol.</p>	<p>Ydych chi'n dilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar ddefnyddio eich cyfarpar storio ac arddangos bwyd oer?</p> <p>Ydyn <input type="checkbox"/> Os na, beth ydych chi'n ei wneud?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>
<p>Rhowch fwyd wedi'i oeri mewn oergell neu gyfarpar addas arall yn syth wedi iddo gyrraedd.</p>	<p>Os yw bwyd wedi'i oeri yn cynhesu ormod, gall bacteria niweidiol dyfu.</p>	<p>Ydy bwyd wedi'i oeri yn cael ei roi mewn oergell neu uned arddangos oer yn syth ar ôl iddo gyrraedd?</p> <p>Ydy <input type="checkbox"/> Nac ydy <input type="checkbox"/></p> <p>Os na, beth ydych chi'n ei wneud?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>
<p>Ni ddylech werthu bwyd ar ôl y dyddiad 'use by'.</p> <p>Yn ddelfrydol, dylech symud bwydydd sydd â dyddiad 'best before' neu ddyddiad 'best before end' o fannau gwerthu erbyn diwedd y diwrnod hwnnw.</p> <p>Gweler y dull diogel 'Rheoli stoc' yn yr adran ar Reoli am ragor o wybodaeth am ddyddiadau bwyd.</p>	<p>Mae'n anghyfreithlon gwerthu bwyd ar ôl ei ddyddiad 'use by'. Efallai na fydd yn ddiogel i'w fwyta.</p> <div style="text-align: center;"></div>	<p>Sut ydych chi'n cadw golwg ar pryd ddylid symud bwyd o fannau gwerthu?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 100px; width: 100%;"></div>



Pwynt diogelwch

Gofalwch fod y cyfarpar ar y tymheredd cywir cyn i chi roi bwyd ynddo. Gweler yr adran 'Gwirio' isod. Dylid arddangos cynhyrchion mewn ffordd sy'n galluogi aer i gylchredeg ac nid uwchben llinellau llwytho.

Dylech storio ac arddangos cig/dofednod amrwd ar wahân i fwydydd eraill.

Pam?

Os ydych chi'n gorlenwi cyfarpar a bod y bwyd uwchben llinellau llwytho efallai na fydd y bwyd yn cael ei gadw'n ddigon oer.

Mae hyn yn helpu i atal bacteria niweidiol rhag lledaenu o fwydydd amrwd i fwydydd parod i'w bwyta, a allai ddigwydd os yw pecyn yn gollwng, er enghraifft.

Meddylwch ddwywaith!

Cofiwch, os yw cwsmer yn penderfynu peidio â phrynu cynnyrch wedi'i oeri neu wedi'i rewi, dylech ei roi yn ôl yn cyfarpar oeri neu rewi yn syth.

Gwiriwch yn rheolaidd a yw cwsmeriaid wedi gadael unrhyw fwyd wedi'i oeri neu rewi yn y lle anghywir. Os nad ydych yn siŵr am faint y mae bwyd wedi bod allan o'r cyfarpar oeri neu rewi, taflwch ef.

Gwirio

Argymhellir gosod oergelloedd a chyfarpar arddangos bwyd oer ar dymheredd o 5°C neu is.

Pwrpas hyn yw sicrhau bod bwyd oer yn cael ei gadw ar dymheredd o 8°C neu is. Mae hyn yn ofyniad cyfreithiol yng Nghymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

Yn yr Alban, nid yw'r rheoliadau'n pennu tymheredd penodol ar gyfer bwyd oer, ond dylid cadw bwydydd sydd angen eu hoeri yn yr oergell neu gyfarpar oeri arall.

Dylech wirio tymheredd eich oergelloedd a'ch cyfarpar arddangos bwyd oer o leiaf unwaith y dydd gan ddechrau gyda'ch gwiriadau agor (gweler yr adran ar Reoli).

Sut mae gwneud hyn?

Bydd gan rai mathau o gyfarpar ddangosydd digidol neu ddeial i ddangos ei dymheredd. Gallwch ddefnyddio hwn i wirio tymheredd eich cyfarpar.

Os ydych chi'n gwneud hyn, dylech wirio bod y tymheredd ar y dangosydd/deial yn gywir yn rheolaidd gan ddefnyddio thermometr oergell. Gallwch ddefnyddio stiliwr (gweler dull diogel 'Profi – storio bwyd oer ac wedi'i rewi yn yr adran ar Reoli).

Sut ydych chi'n gwirio tymheredd cyfarpar oeri?

Oergell: Dangosydd digidol/deial Thermometr

Uned arddangos bwyd oer: Dangosydd digidol/deial Thermometr

Os nad ydych chi'n gwneud hyn, beth ydych chi'n ei wneud?

Beth i'w wneud pan aiff pethau o chwith?

Os yw'ch oergell neu gyfarpar arddangos bwyd oer yn torri, defnyddiwch gyfarpar arall, neu symudwch y bwyd i le oer. Os na allwch wneud hyn, cysylltwch â gwasanaeth iechyd yr amgylchedd eich awdurdod lleol.

Sut i atal hyn rhag digwydd eto?

- Ystyriwch beth allwch chi ei wneud i storio ac arddangos bwyd oer yn fwy diogel, gan ddefnyddio tu blaen y daflen hon.
- Sicrhewch fod eich cyfarpar yn cael gwasanaeth rheolaidd a gwiriwch ei fod yn gweithio'n iawn fel rhan o'ch gwiriadau agor.
- Darparu gwell hyfforddiant i staff ar y dull diogel hwn.
- Goruchwylio staff yn well.



Ysgrifennwch beth aeth o'i le a beth wnaethoch chi am hynny yn eich dyddiadur.



Dull diogel:

Storio ac arddangos bwyd wedi'i rewi

Mae'n bwysig trafod, storio ac arddangos bwyd wedi'i rewi yn ddiogel i atal bacteria niweidiol rhag tyfu.



Pwynt diogelwch

Dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar sut i leoli, defnyddio a chynnal a chadw cyfarpar rhewi.

Pam?

Mae'n bwysig defnyddio cyfarpar priodol i sicrhau bod bwyd yn cael ei gadw'n ddigon oer.

Gall gosod cyfarpar mewn lleoliad gwael e.e. ger drws, gwresogydd neu yng ngolau'r haul, ei atal rhag gweithio'n effeithiol.

Sut mae gwneud hyn?

Ydych chi'n dilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar ddefnyddio eich cyfarpar storio ac arddangos bwyd wedi'i rewi?

Ydyn Nac ydyn

Os na, beth ydych chi'n ei wneud?

Rhowch fwyd wedi'i rewi mewn rhewgell yn syth ar ôl iddo gyrraedd.

Os yw bwyd wedi'i rewi yn dechrau dadrewi, gall bacteria niweidiol dyfu.

Ydy bwyd wedi'i oeri yn cael ei roi mewn rhewgell neu uned arddangos bwyd wedi'i rewi yn syth ar ôl i'r bwyd gyrraedd?

Ydy Nac ydy

Os na, beth ydych chi'n ei wneud?

Gofalwch fod y cyfarpar ar y tymheredd cywir cyn i chi roi bwyd wedi'i rewi ynddo. Gweler yr adran 'Gwirio' isod.

Dylid arddangos cynhyrchion mewn ffordd sy'n galluogi aer i gylchredeg ac nid uwchben llinellau llwytho.

Os ydych chi'n gorlenwi cyfarpar a bod y bwyd uwchben llinellau llwytho efallai na fydd y bwyd yn cael ei gadw'n ddigon oer.



Yn ddelfrydol, dylech symud bwydydd sydd â dyddiad 'best before' neu ddyddiad 'best before end' o fannau gwerthu erbyn diwedd y dydd.

Pan fo'r dyddiad 'best before' wedi mynd heibio efallai na fydd y bwyd cystal e.e. gallai'r blas neu'r ansawdd newid.

Sut ydych chi'n cadw golwg ar pryd ddylid symud bwyd o fannau gwerthu?

Gwirio

Mae'n arfer da cadw bwyd wedi'i rewio ar dymheredd o -18°C neu is. (Mae'n rhaid storio bwydydd sydd wedi'u labelu fel rhai 'Quick frozen' ar dymheredd o -18°C neu is, neu eu harddangos ar dymheredd o -12°C neu is).

Dylech wirio tymheredd eich cyfarpar rhewi o leiaf unwaith y dydd gan ddechrau gyda'ch gwiriadau agor (gweler y dyddiadur).

Sut mae gwneud hyn?

Bydd gan rai mathau o gyfarpar ddangosydd digidol neu ddeial i ddangos ei dymheredd. Gallwch ddefnyddio hwn i wirio tymheredd eich cyfarpar.

Os ydych chi'n gwneud hyn, dylech wirio bod y tymheredd ar y dangosydd/deial yn gywir yn rheolaidd gan ddefnyddio thermometr rhewgell. Gallwch ddefnyddio stiliwr (gweler dull diogel 'Profi – storio bwyd oer ac wedi'i rewio yn yr adran ar Reoli).

Sut ydych chi'n gwirio tymheredd cyfarpar rhewi?

Dangosydd digidol/deial Thermometr

Os nad ydych chi'n gwneud hyn, beth ydych chi'n ei wneud?

Beth i'w wneud os aiff pethau o chwith?

Os nad yw eich rhewgell neu uned arddangos bwyd wedi'i rewio yn gweithio'n iawn, dylech wneud y pethau canlynol:

1. Dylid symud bwyd sy'n dal wedi'i rewio (h.y. yn galed a rhewllyd) i rewgell arall yn syth.
2. Dylid taflu bwyd sydd wedi dechrau dadrewi (h.y. dechrau meddal a/neu fwyd sydd â hylif yn dod ohono) yn syth oni bai ei fod i'w werthu wedi'i ddadrewi. Os mai dyma'r achos, dylech ei symud i le addas i barhau i ddadrewi. Dilynwch gyfarwyddiadau dadrewi'r gwneuthurwr bob amser.



3. Dylid taflu bwyd sydd wedi dadrewi'n llwyr (h.y. sy'n feddal a chynnes) yn syth, oni bai ei fod yn gynnyrch y bwriadwyd iddo gael ei ddadrewi gennych chi ac yna ei werthu i'r cwsmer ar dymheredd ystafell (neu 'amgylchynol') e.e. cynhyrchion 'thaw and serve' fel myffins.
4. Peidiwch â gwerthu bwyd y bwriadwyd i'w werthu fel bwyd wedi'i rewio os yw wedi dadrewi, neu wedi dechrau dadrewi. Peidiwch ag ail-rewio bwyd ar ôl iddo ddechrau dadrewi e.e. hufen iâ - bydd rhaid i chi ei daflu.

Sut i atal hyn rhag digwydd eto?

- Ystyriwch beth allwch chi ei wneud i storio ac arddangos bwyd wedi'i rewio'n fwy diogel, gan ddefnyddio tu blaen y daflen hon.
- Sicrhewch fod eich cyfarpar yn cael gwasanaeth rheolaidd a gwiriwch ei fod yn gweithio'n iawn fel rhan o'ch gwiriadau agor.
- Ail-drefnwch rewgelloedd fel bod yna fwy o le a gofalwch eu bod nhw'n cael eu cadw ar gau cymaint â phosibl.
- Darparu gwell hyfforddiant i staff ar y dull diogel hwn.
- Goruchwylio staff yn well.



Ysgrifennwch beth aeth o'i le a beth wnaethoch chi am hynny yn eich dyddiadur.

