

# Pennod 8: Deietau cynaliadwy, dewisiadau amgen i gig a thechnolegau genetig

## Cyflwyniad

Gweledigaeth yr ASB fel y'i hamlinellir yn [strategaeth 2022-2027](#) yw system fwyd lle mae 'bwyd yn iachach ac yn fwy cynaliadwy'. Mae hyn yn rhoi ystyriaeth i iechyd a chynaliadwyedd deietegol fel blaenoriaethau cynyddol ar gyfer Llywodraeth Cymru, Llywodraeth y DU, Gweithrediaeth Gogledd Iwerddon, a defnyddwyr.

Mae gan [Adran yr Amgylchedd, Bwyd a Materion Gwledig \(Defra\)](#) gylch gwaith eang ac mae'n chwarae rhan fawr wrth gynyddu cynaliadwyedd, cynhyrchiant a gwytnwch y sectorau amaethyddiaeth, pysgota, bwyd a diod, gwella bioddiogelwch ar y ffin, a chodi safonau lles anifeiliaid. Yn ogystal, mae Defra yn goruchwyllo'r [gwaith o reoleiddio technolegau genetig](#) fel organebau a addaswyd yn enetig (GMO) ac organebau sydd wedi bod yn destun golygu genynnau (GE).

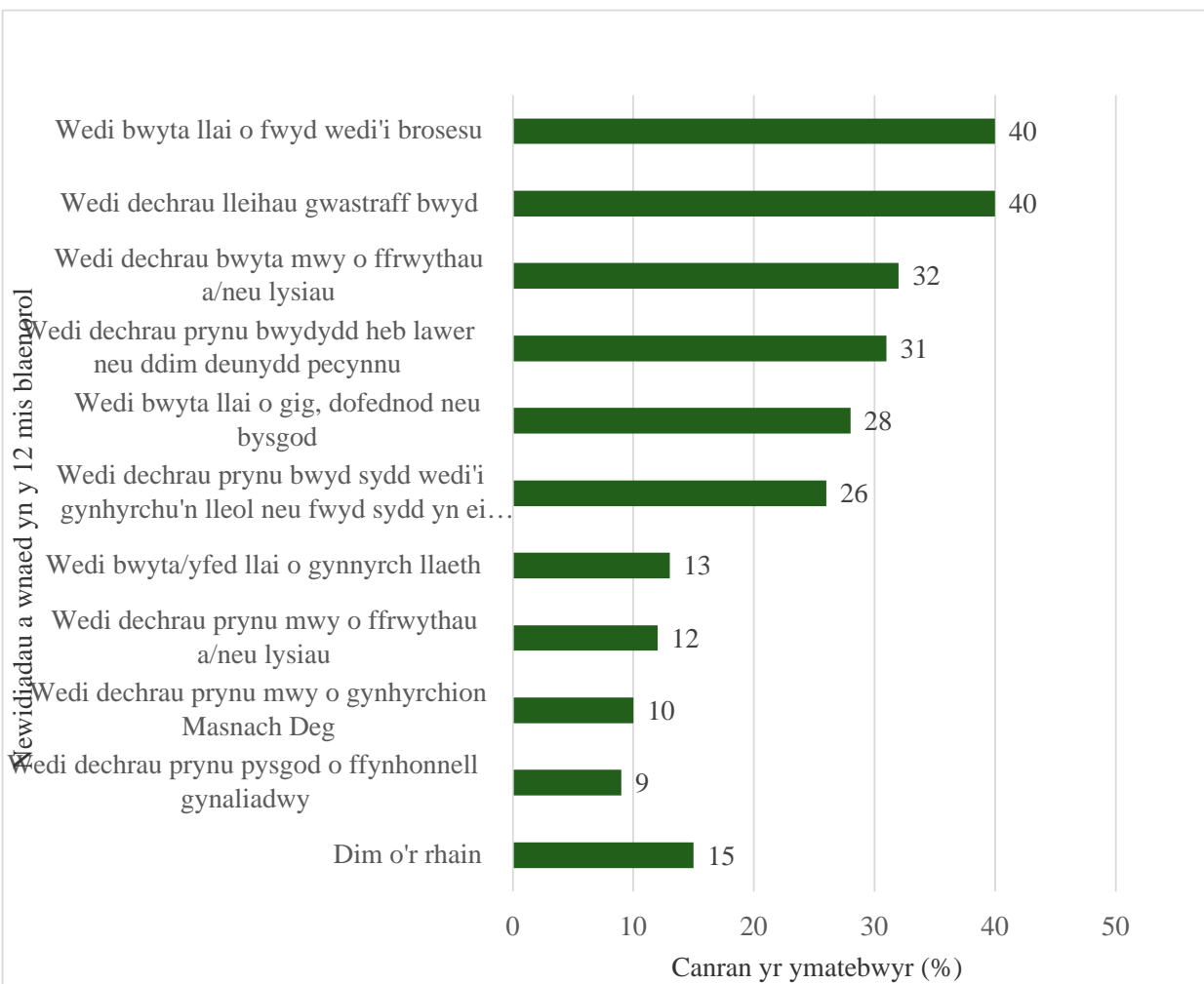
Mae'r bennod hon yn rhoi trosolwg o wybodaeth, agweddau ac ymddygiad ymatebwyr mewn perthynas â bwydydd cynaliadwy, dewisiadau amgen i gig a thechnolegau genetig. Cyd-ariannodd Defra gwestiynau yn y bennod hon sy'n ymwneud ag effaith amgylcheddol a chynaliadwyedd bwyd.

## Newidiadau i arferion bwyta ac ymddygiadau sy'n gysylltiedig â bwyd

### Ffigur 25: Newidiadau a wnaed gan ymatebwyr yn ystod y 12 mis blaenorol

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Newidiadau a wnaed yn y 12 mis blaenorol	Canran yr ymatebwyr
Wedi rhoi?r gorau i fwyta cig, dofednod neu bysgod yn llwyr	2
Wedi dechrau prynu bwydydd sydd wedi'u cynhyrchu heb ddefnyddio llawer dd?r a/neu wedi achosi?r graddau lleiaf posib o ddatgoedwigo	4
Wedi dechrau prynu bwydydd sy'n cael eu tyfu'n organig	8
Wedi dechrau prynu cynhyrchion anifeiliaid ? safonau lles uchel	9
Dim un o'r rhain	15
Wedi dechrau prynu pysgod o ffynonellau cynaliadwy	9
Wedi dechrau prynu mwy o gynhyrchion Masnach Deg	10

Newidiadau a wnaed yn y 12 mis blaenorol	Canran yr ymatebwyr
Wedi dechrau tyfu llysiâu a/neu ffrwythau	12
Wedi bwyta/yfed llai o gynnyrch llaeth	13
Wedi dechrau prynu bwyd sydd wedi'i gynhyrchu'n lleol neu fwyd sydd yn ei dymor	26
Wedi bwyta llai o gig, dofednod neu bysgod	28
Wedi dechrau prynu bwydydd heb lawer neu ddim deunydd pecynnu	31
Wedi dechrau bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysiau	32
Wedi dechrau lleihau gwastraff bwyd	40
Wedi bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu	40

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

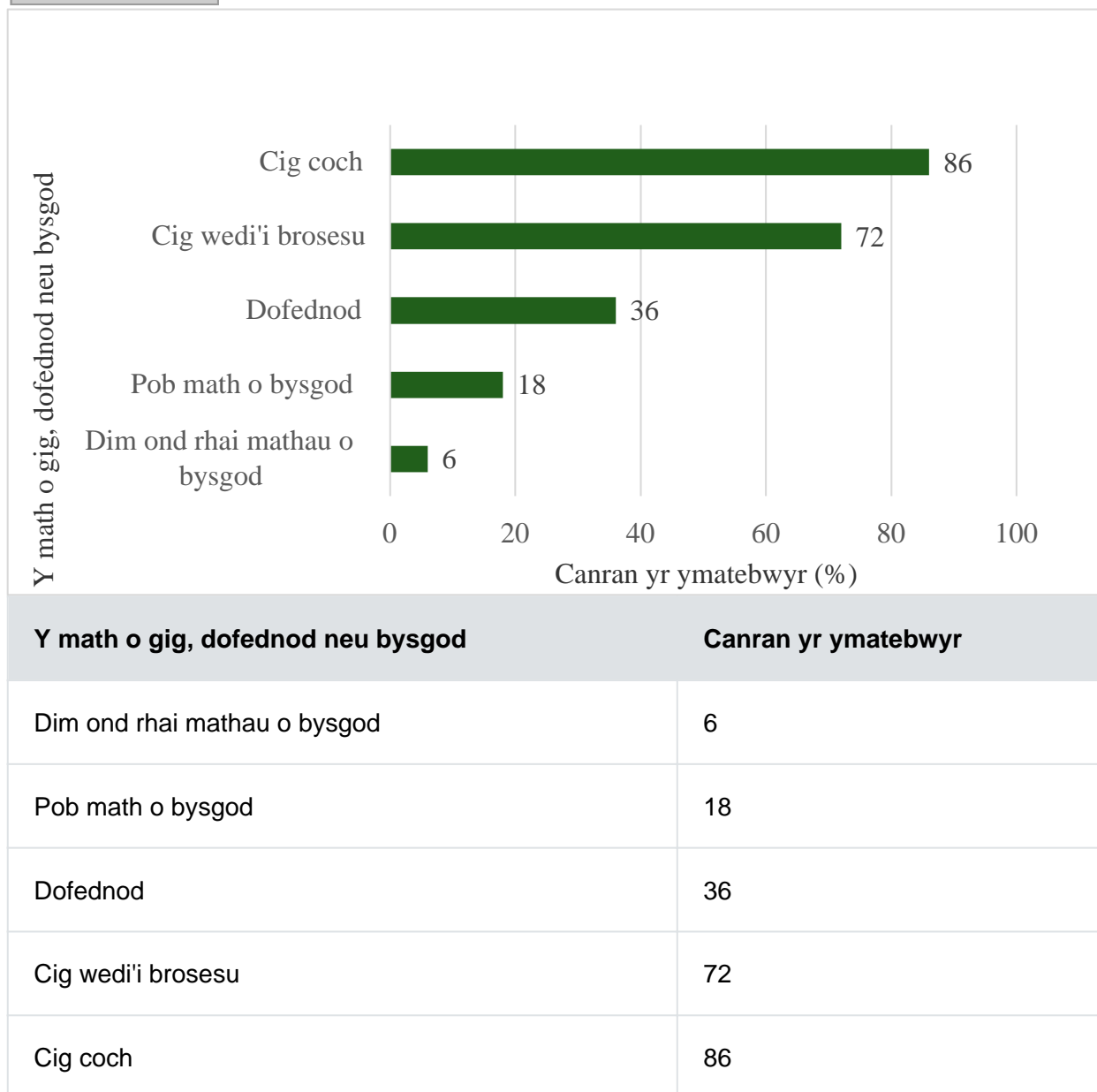
Gofynnwyd i'r ymatebwyr, pa newidiadau, o restr o opsiynau, a wnaed ganddynt yn ystod y 12 mis blaenorol, os o gwbl. Y newidiadau mwyaf cyffredin a nodwyd gan ymatebwyr oedd bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu (40%) a dechrau lleihau gwastraff bwyd (40%). Dywedodd bron i draean yr ymatebwyr eu bod wedi dechrau bwyta mwy o ffrwythau a llysiâu (32%), wedi dechrau prynu bwyd gydag ychydig iawn o ddeunydd pecynnu neu ddim deunydd pecynnu o gwbl (31%) a/neu wedi bwyta llai o gig, dofednod neu bysgod (28%) yn ystod y 12 mis blaenorol. Dywedodd tua chwarter (26%) yr ymatebwyr eu bod wedi dechrau prynu bwyd a gynhyrchwyd yn lleol neu fwyd yn ei dymor. Fodd bynnag, dywedodd 15% o'r ymatebwyr nad oeddent wedi gwneud unrhyw un o'r newidiadau a restrwyd yn ystod y 12 mis blaenorol (Ffigur 25) [\(footnote 1\)](#).

## Cig, dofednod a physgod: newidiadau mewn arferion bwyta

### Ffigur 26: Mathau o gig, dofednod neu bysgod yr oedd ymatebwyr wedi bwyta llai ohonynt yn ystod y 12 mis blaenorol

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

## Newid i weld siart



Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

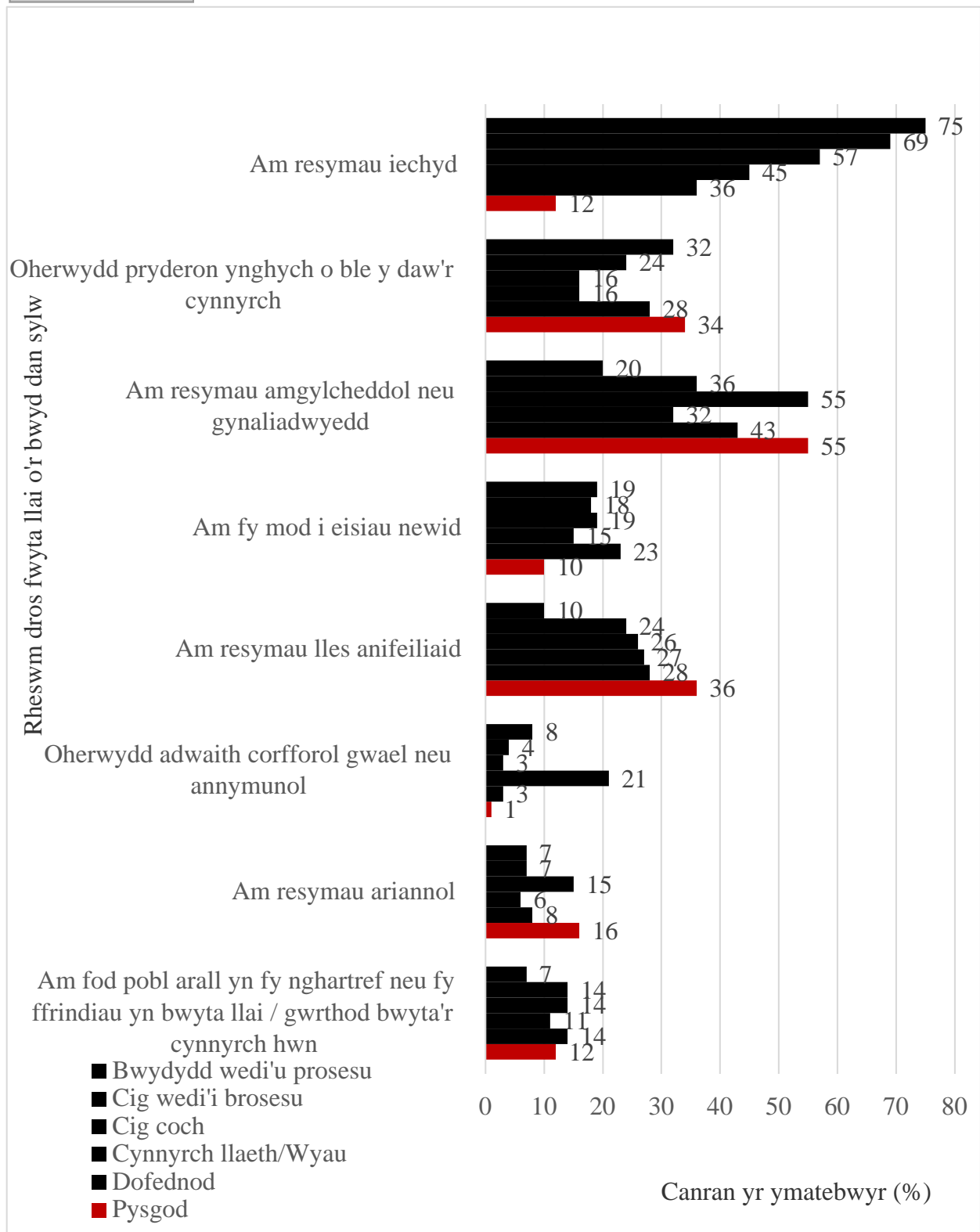
Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd eu bod wedi bwyta llai o gig, dofednod neu bysgod yn ystod y 12 mis blaenorol pa fathau o gynhyrchion yr oedd y newidiadau'n ymwneud â hwy. O'r ymatebwyr hyn, roedd y rhan fwyaf (86%) wedi bwyta llai o gig coch (er enghraifft, cig eidion, porc, neu gig oen) ac roedd 72% wedi bwyta llai o gig wedi'i brosesu (er enghraifft, nygets cyw iâr, ham, cig moch) yn ystod y 12 mis blaenorol. Dywedodd dros draean (36%) eu bod wedi bwyta llai o dofednod a dywedodd 18% eu bod wedi bwyta llai o bob math o bysgod, gyda 6% yn bwyta llai o rai mathau o bysgod yn unig yn y 12 mis blaenorol (Ffigur 26) ([footnote 2](#)).

## Rhesymau dros newidiadau mewn arferion defnydd

## Ffigur 27: Rhesymau cyffredin pam mae ymatebwyr wedi bwyta llai o fwydydd penodol yn ystod y 12 mis blaenorol

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



<b>Rheswm dros fwyta llai o'r bwyd dan sylw</b>	<b>Pysgod</b>	<b>Dofednod</b>	<b>Cynnyrch llaeth/Wyau</b>	<b>Cig coch</b>	<b>Cig wedi'i brosesu</b>	<b>Bwyd wedi'i brosesu</b>
Am fod pobl arall yn fy nghartref neu fy ffrindiau yn bwyta llai / gwrthod bwyta'r cynnyrch hwn	12	14	11	14	14	7
Am resymau ariannol	16	8	6	15	7	7
Oherwydd adwaith corfforol gwael neu annymunol	1	3	21	3	4	8
Am resymau lles anifeiliaid	36	28	27	26	24	10
Am fy mod i eisiau newid	10	23	15	19	18	19
Am resymau amgylcheddol neu gynaliadwyedd	55	43	32	55	36	20
Oherwydd pryderon ynghych o ble y daw'r cynnyrch	34	28	16	16	24	32
Am resymau iechyd	12	36	45	57	69	75

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

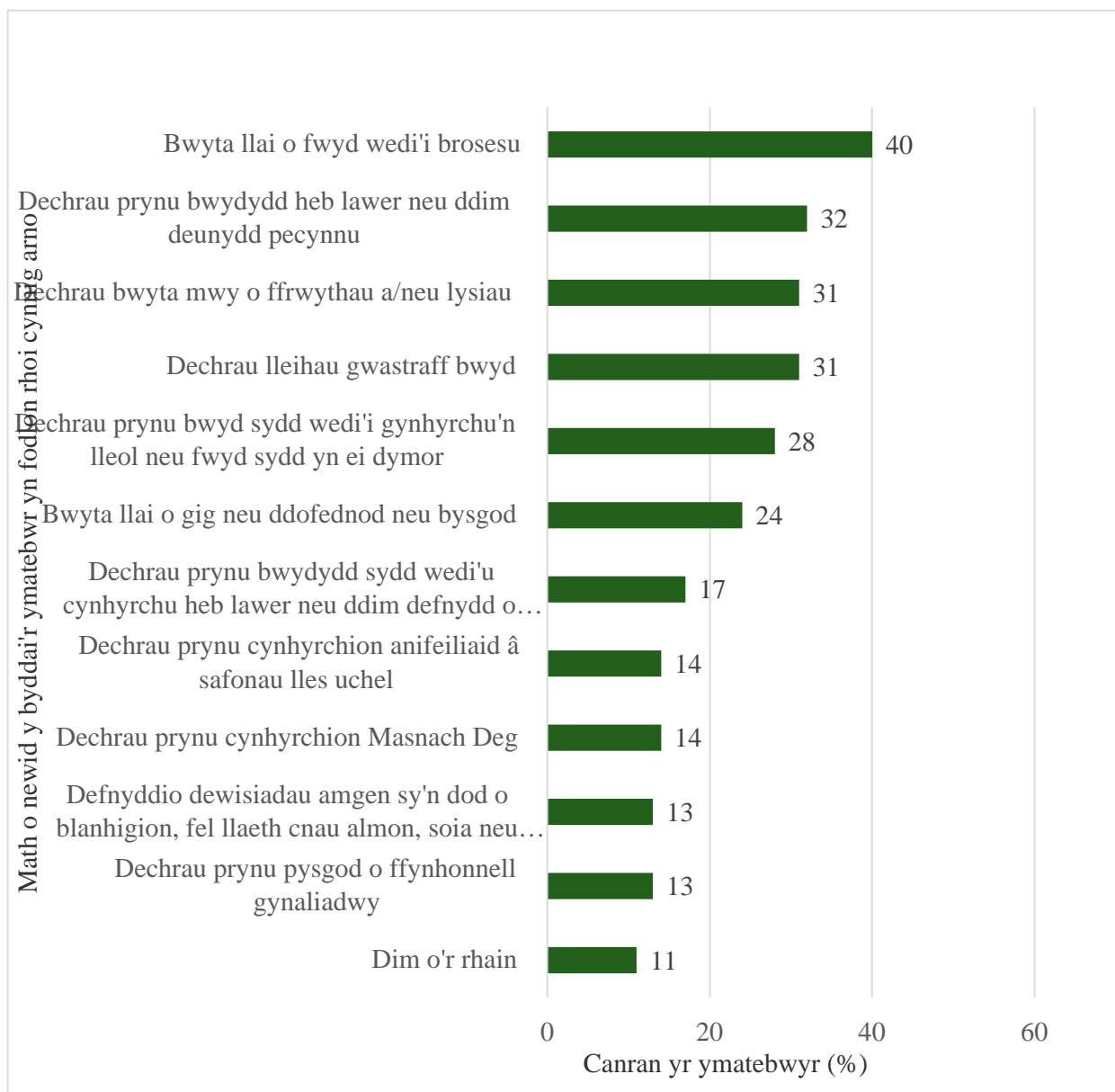
Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd eu bod wedi bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu, cig coch, cig wedi'i brosesu, dofednod, pysgod neu laeth a/neu wyau yn ystod y 12 mis blaenorol, pa rai o'r opsiynau a roddwyd, os o gwbl, oedd y rhesymau pam yr oeddent wedi bwyta llai o'r cynnyrch hwnnw. Y rheswm mwyaf cyffredin dros fwyta llai o fwyd wedi'i brosesu (75%), cig wedi'i brosesu (69%), cig coch (57%), laeth a/neu wyau (45%) oedd er budd iechyd (er enghraifft, er mwyn bod yn fwy iach neu golli pwysau). Y rheswm mwyaf cyffredin dros fwyta llai o bysgod (55%) neu dofednod (43%) oedd am resymau amgylcheddol neu gynaliadwyedd (er enghraifft, effaith ar newid hinsawdd). Roedd ymatebwyr yn fwy tebygol o nodi eu bod wedi bwyta llai o gynnyrch laeth a/neu wyau (21%) oherwydd adwaith corfforol gwael neu annymunol o gymharu â bwydydd eraill (er enghraifft, roedd 1% o ymatebwyr wedi bwyta llai o bysgod oherwydd yr adwaith corfforol gwael neu annymunol) (Ffigur 27) [\(footnote 3\)](#).

## **Newidiadau cysylltiedig â bwyd yr oedd ymatebwyr yn fodlon rhoi cynnig arnynt**

### **Ffigur 28: Newidiadau yr oedd ymatebwyr yn fodlon rhoi cynnig arnynt yn ystod y 12 mis dilynol**

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Math o newid	Canran yr ymatebwyr
Arall	2
Rhoi'r gorau i fwyta cig, dofednod neu bysgod yn llwyr	4
Ddim yn gwybod	7
Dechrau tyfu ffrwythau a'neu lysiau	11
Dechrau prynu bwydydd sy'n cael eu tyfu'n organig	11



Math o newid	Canran yr ymatebwyr
Dim un o'r rhain	11
Bwyta/yfed llai o laeth (er enghraifft llaeth, caws, menyn neu wyau)	12
Dechrau prynu pysgod o ffynhonnell gynaliadwy	13
Defnyddio dewisiadau amgen sy'n dod o blanhigion, fel llaeth cnau almon, soia neu geirch, yn lle cynhyrchion llaeth	13
Dechrau prynu cynhyrchion Masnach Deg	14
Dechrau prynu cynhyrchion anifeiliaid ? safonau lles uchel	14
Dechrau prynu bwydydd sydd wedi'u cynhyrchu heb lawer neu ddim defnydd o dd?r a/neu heb ddatgoedwigo	17
Bwyta llai o gig neu ddofednod neu bysgod	24
Dechrau prynu bwyd sydd wedi'i gynhyrchu'n lleol neu fwyd sydd yn ei dymor	28
Dechrau lleihau gwastraff bwyd	31
Dechrau bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysiau	31
Dechrau prynu bwydydd heb lawer neu ddim deunydd pecynnu	32
Bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu	40

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

Gofynnwyd i'r ymatebwyr pa rai, os o gwbl, o restr benodol o newidiadau yr oeddent yn fodlon rhoi cynnig arnynt yn ystod y 12 mis dilynol. Y newid mwyaf cyffredin y dywedodd ymatebwyr eu bod yn fodlon rhoi cynnig arno oedd bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu (40%). Dywedodd tua thraean o'r ymatebwyr eu bod yn fodlon dechrau prynu bwyd gydag ychydig iawn o ddeunydd pecynnu neu ddim deunydd pecynnu o gwbl (32%), dechrau creu cyn lleied o wastraff bwyd â phosib (31%) neu ddechrau bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysiau (31%) yn y 12 mis dilynol. Fodd

bynag, dywedodd 11% o'r ymatebwyr na fyddent yn fodlon rhoi cynnig ar unrhyw un o'r newidiadau a restrir yn y 12 mis dilynol (Ffigur 28) [\(footnote 4\)](#).

## Dewisiadau amgen i gig

Cynhyrchion nad ydynt yn cynnwys cig y gellir eu bwyta yn lle cig, fel selsig a byrgyrs seitan neu lysieuol, yw dewisiadau amgen i gig (er enghraifft, cynhyrchion Quorn, Linda McCartney, neu Beyond Meat).

### Bwyta dewisiadau amgen i gig

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oeddent erioed wedi bwyta dewisiadau amgen i gig. Dywedodd tua thraean (32%) o'r ymatebwyr eu bod wedi bwyta dewisiadau amgen i gig, dywedodd 21% o'r ymatebwyr eu bod yn arfer bwyta dewisiadau amgen i gig ond nad ydynt yn eu bwyta mwyach, a dywedodd 39% o'r ymatebwyr nad oeddent erioed wedi bwyta dewisiadau amgen i gig [\(footnote 5\)](#).

O'r ymatebwyr sy'n bwyta dewisiadau amgen o gig ar hyn o bryd, dywedodd 34% eu bod yn bwyta cig amgen 2-3 gwaith yr wythnos neu'n amlach (hynny yw, bob dydd, bron bob dydd, 2-3 gwaith yr wythnos), dywedodd 45% eu bod yn bwyta cig o bryd i'w gilydd (hynny yw, tua unwaith yr wythnos, 2-3 gwaith y mis) a dywedodd 21% eu bod yn bwyta cig amgen tua unwaith y mis neu'n llai aml (hynny yw, tua unwaith y mis, llai nag unwaith y mis) [\(footnote 6\)](#).

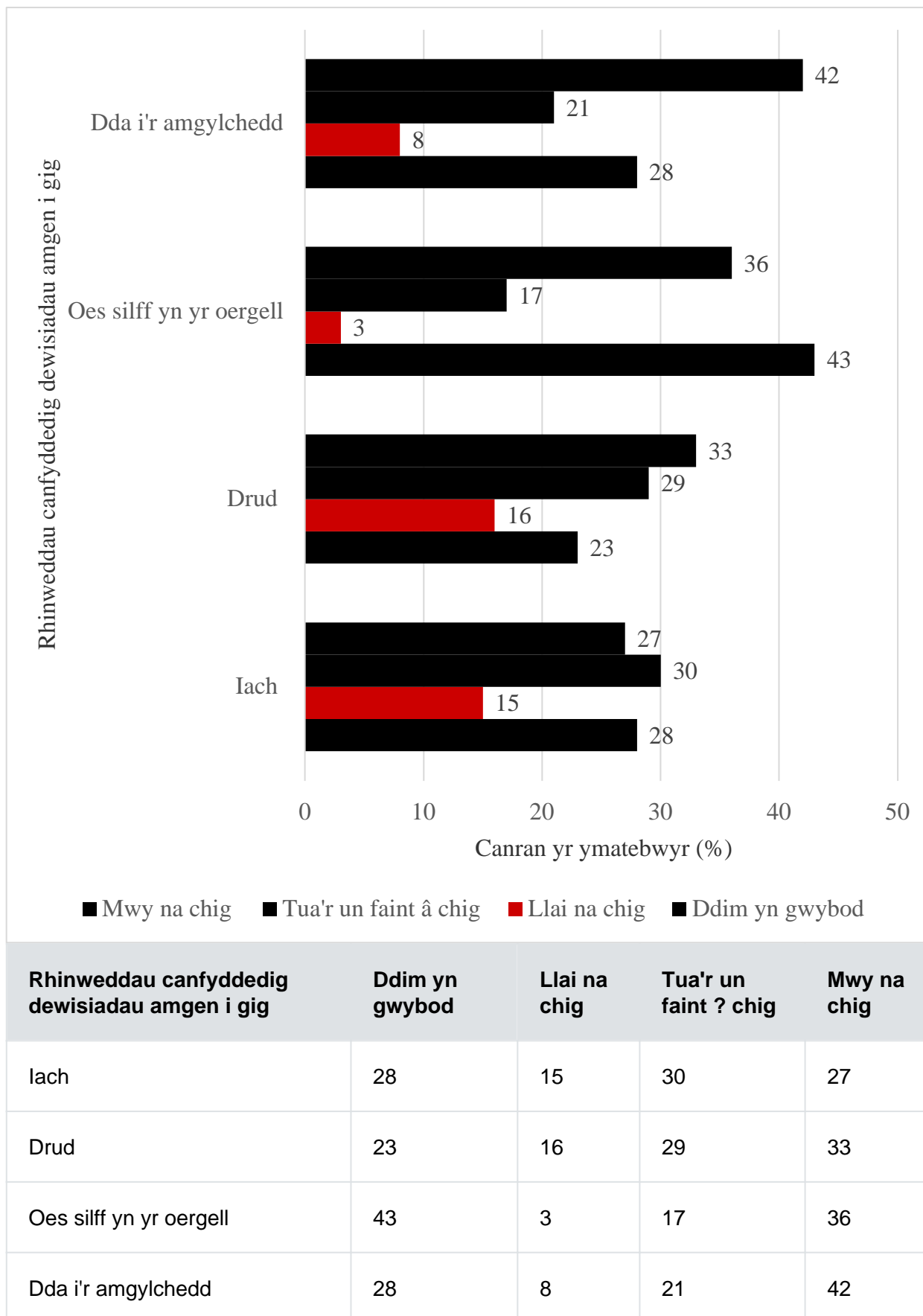
Gofynnwyd i'r ymatebwyr a ddywedodd eu bod yn bwyta dewisiadau amgen i gig ar hyn o bryd pam y maent yn bwyta dewisiadau cig amgen o restr o opsiynau. Y rhesymau mwyaf cyffredin oedd rhesymau amgylcheddol neu gynaliadwyedd (41%), rhesymau lles anifeiliaid (35%) a rhesymau iechyd (35%) [\(footnote 7\)](#).

### Canfyddiadau o ddewisiadau amgen i gig o gymharu â chig

## Ffigur 29: Canfyddiadau o ddewisiadau amgen i gig a brynir mewn siop o gymharu â chig

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Gofynnwyd i'r ymatebwyr sut mae dewisiadau amgen i gig yn cymharu â chig yn eu barn nhw, o safbwynt nifer o rinweddau, gan gynnwys effaith amgylcheddol, oes silff, cost ac iechyd. Roedd tua 4 o bob 10 o ymatebwyr o'r farn bod dewisiadau amgen i gig yn well i'r amgylchedd (42%) ac y byddent yn para'n hirach yn yr oergell (36%) o gymharu â chig. Fodd bynnag, nid oedd llawer o ymatebwyr yn gwybod sut mae dewisiadau amgen i gig yn cymharu â chig, wrth ystyried pa mor hir y mae dewisiadau amgen i gig wedi'u hoeri a brynwyd yn y siop yn para (43%), a pha mor dda i'r amgylchedd (28%), iach (28%) a drud (23%) ydynt (Ffigur 29) [\(footnote 8\)](#).

## Parodrwydd i roi cynnig ar gig a dyfir mewn labordy

Mae hyn yn cynnwys cig a dyfir mewn labordy o gelloedd neu feinwe (tissue) anifail byw fel buwch, heb orfod lladd yr anifail.

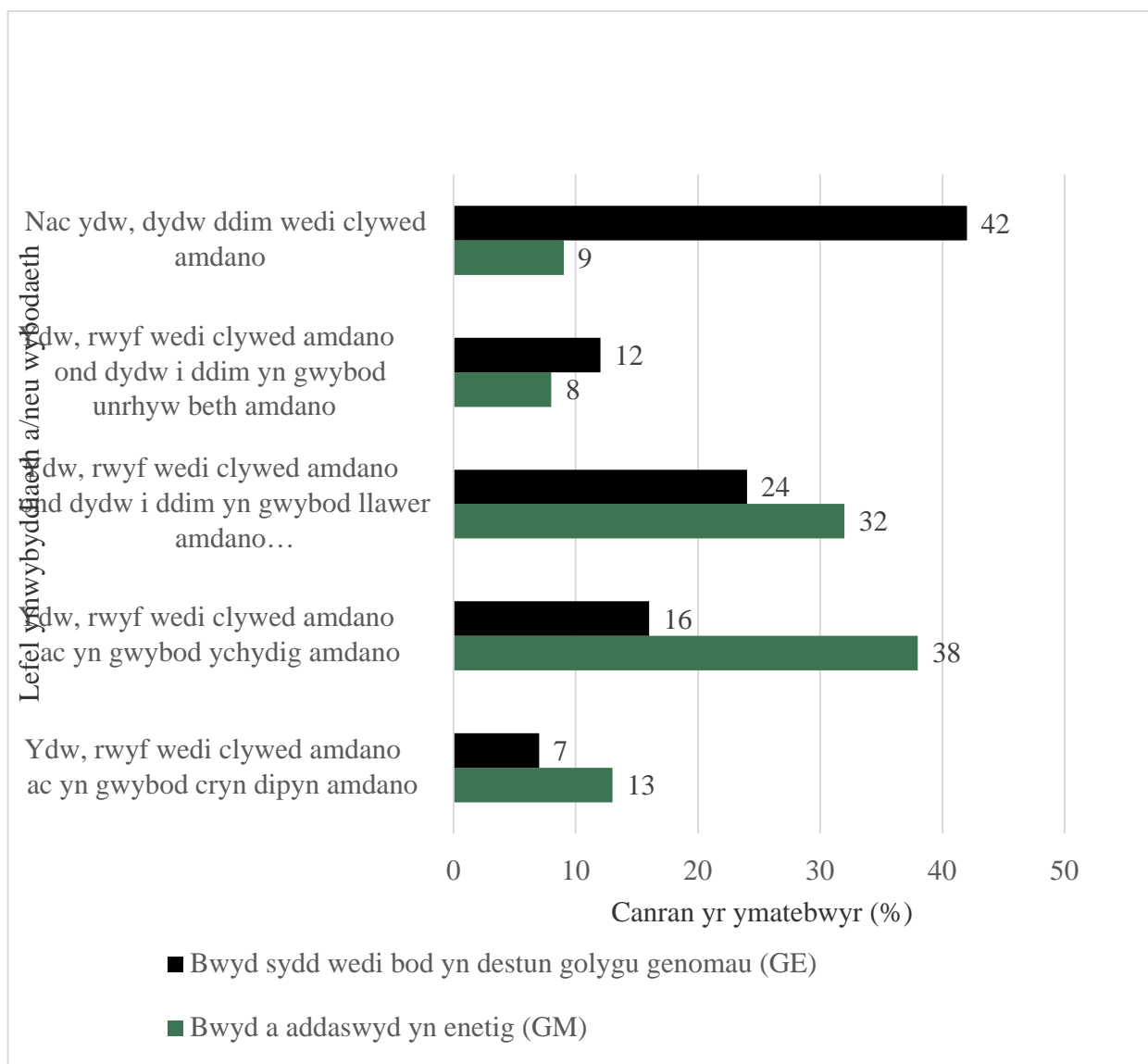
Gofynnwyd i ymatebwyr a fyddent yn dymuno cynnwys cig a dyfir mewn labordy yn eu deiet pe bai ar gael yn y wlad hon. Dywedodd bron i 3 o bob 10 (28%) o ymatebwyr y byddent yn dymuno rhoi cynnig ar gig wedi'i dyfu mewn labordy (hynny yw, byddai 9% yn bendant yn hoffi rhoi cynnig arno; byddai 18% yn debygol o roi cynnig arno) ac ni fyddai tua 6 o bob 10 (59%) yn rhoi cynnig arno (hynny yw, byddai 21% yn debygol o beidio â rhoi cynnig arno, byddai 38% yn bendant ddim yn dymuno rhoi cynnig arno). Fodd bynnag, dywedodd 14% o ymatebwyr nad oeddent yn gwybod a fyddent yn dymuno rhoi cynnig ar gig a dyfir mewn labordy yn eu deiet [\(footnote 9\)](#).

## Ymwybyddiaeth o fwydydd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau (GE) a bwydydd wedi'u haddasu'n enetig (GM)

### Ffigur 30: Ymwybyddiaeth a gwybodaeth am fwyd wedi'i addasu'n enetig (GM) a bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau/golygu genomau (GE)

Newid i weld tabl a fersiwn hygyrch

Newid i weld siart



Lefel ymwybyddiaeth neu wybodaeth	Bwyd a addaswyd yn enetig (GM)	Bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genomau (GE)
Ydw, rwyf wedi clywed amdano ac yn gwybod cryn dipyn amdano	13	7
Ydw, rwyf wedi clywed amdano ac yn gwybod ychydig amdano	38	16
Ydw, rwyf wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod llawer amdano		
but don't know much about it"	32	24

Lefel ymwybyddiaeth neu wybodaeth	Bwyd aaddaswyd ynenetig (GM)	Bwyd sydd wedi bod yn destun golygugenomau (GE)
Ydw, rwyf wedi clywed amdano ond dydw i ddim yn gwybod unrhyw beth amdano	8	12
Nac ydw, dydw ddim wedi clywed amdano	9	42

Lawrlwytho'r siart hon

[Delwedd .csv](#)

Ffynhonnell: Bwyd a Chi 2: Cylch 4

Gofynnwyd i'r ymatebwyr a oeddent erioed wedi clywed am fwyd wedi'i addasu'n enetig (GM) a bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau. Adroddodd ymatebwyr fod mwy o ymwybyddiaeth a gwybodaeth am fwyd a addaswyd yn enetig (GM) na bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau (GE). Er enghraifft, nid oedd 42% o ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GE ac nid oedd 9% o ymatebwyr erioed wedi clywed am fwyd GM (Ffigur 30) ([footnote 10](#)).

1. Cwestiwn: Pa rai o'r newidiadau canlynol, os o gwbl, ydych chi wedi'u gwneud yn ystod y 12 mis diwethaf? Ymatebion: Rho'r gorau i fwyta cig neu ddofednod neu bysgod yn gyfan gwbl, Bwyta llai o gig neu ddofednod neu bysgod, Bwyta/yfed llai o laeth neu gynnyrch llaeth, Bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu, Dechrau bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysiau, Dechrau gwastraff cyn lleied o fwyd â phosib, Dechrau tyfu ffrwythau a/neu lysiau, Dechrau prynu cynhyrchion anifeiliaid â safonau lles uchel, Dechrau prynu cynhyrchion masnach deg, Dechrau prynu bwyd wedi'i gynhyrchu'n lleol neu fwyd sydd yn ei dymor, Dechrau prynu bwydydd gydag ychydig iawn o ddeunydd pecynnu neu ddim deunydd pecynnu o gwbl, Dechrau prynu bwydydd sydd wedi'u cynhyrchu heb fawr o ddefnydd o dd?r a/neu ychydig o ddatgoedwigo, Dechrau prynu bwydydd a dyfwyd yn organig, Dechrau prynu pysgod o ffynonellau cynaliadwy, Arall, Dim un o'r rhain, Ddim yn gwybod . Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a gwblhaodd yr holiadur 'Bwyta Gartref' trwy'r post
2. Cwestiwn: Pa fathau o gig, dofednod a/neu bysgod ydych chi wedi bwyta llai ohonynt yn ystod y 12 mis diwethaf? Ymatebion: Cig coch, er enghraifft cig eidion, porc neu gig oen; Cig wedi'i brosesu, er enghraifft nygets cyw iâr, ham, cig moch, selsig, salami; Dofednod, er enghraifft cyw iâr, twrci, hwyaden; Pob pysgodyn; Dim ond rhai mathau o bysgod; Dydw i ddim wedi bwyta llai o gig, dofednod a/neu bysgod yn ystod y 12 mis diwethaf. Sylfaen = 1308, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheini a gwblhaodd yr holiadur 'Bwyta Gartref' trwy'r post sydd wedi bwyta llai o gig, dofednod a/neu bysgod yn ystod y 12 mis diwethaf.
3. Cwestiwn: Rydych chi wedi dweud eich bod wedi bwyta llai o ...A/B/C/D/E/F... yn ystod y 12 mis diwethaf. Pa rai o'r rhesymau canlynol, os o gwbl, sy'n egluro pam y gwnaethoch ddewis gwneud y newid hwn? A) cig coch B) cig wedi'i brosesu, C= dofednod, D=pysgod,

E= llaeth a/neu wyau, F= bwydydd wedi'u prosesu. Ymatebion: Am resymau lles anifeiliaid, Am resymau amgylcheddol neu gynaliadwyedd, er enghraifft effaith ar newid hinsawdd, Am resymau ariannol, er enghraifft cost cig neu ostyngiad mewn incwm, Am resymau iechyd, er enghraifft i fod yn fwy iach neu golli pwysau, Am resymau crefyddol, Oherwydd yr adwaith corfforol gwael neu adwaith annymunol mae bwyta A/B/C yn ei achosi i mi (er enghraifft anoddefiad bwyd), Oherwydd pryderon am wenwyn bwyd, Oherwydd bod pobl eraill yn fy nghartref neu fy ffrindiau wedi lleihau eu defnydd o A/B/C neu ddim yn bwyta cig, Oherwydd cyngor gan ffrindiau neu deulu, Oherwydd cyngor gan enwogion neu ddylanwadwyr, Oherwydd pryderon ynghylch o ble mae cig yn dod, Oherwydd roeddwn i eisïau newid, Oherwydd beichiogrwydd, Dim un o'r rhain. Sylfaen A = 908, B = 755, C=389, D=255, E=497, F=1550, pawb a ymatebodd ar-lein sydd wedi bwyta llai o A/B/C/D/E/F yn ystod y 12 mis diwethaf.

4. Cwestiwn: Pa rai o'r newidiadau canlynol, os o gwbl, ydych chi'n barod i roi cynnig arnyn nhw yn ystod y 12 mis nesaf? Ymatebion: Rhoi'r gorau i fwyta cig neu ddofednod neu bysgod yn gyfan gwbl, Bwyta llai o gig neu ddofednod neu bysgod, Bwyta/yfed llai o gynnyrch llaeth er enghraifft llaeth, caws, menyn neu wyau, Bwyta llai o fwyd wedi'i brosesu, Amnewid cynhyrchion llaeth â chynhyrchion eraill sy'n seiliedig ar blanhigion fel llaeth soia, llaeth ceirch neu laeth almon, Dechrau bwyta mwy o ffrwythau a/neu lysïau, Dechrau creu cyn lleied o wastraff bwyd â phosib, Dechrau tyfu ffrwythau a/neu lysïau, Dechrau prynu cynhyrchion anifeiliaid â safonau lles uchel, Dechrau prynu cynhyrchion masnach deg, Dechrau prynu bwyd a gynhyrchir yn lleol neu fwyd sydd yn ei dymor, Dechrau prynu bwydydd sydd ag ychydig iawn o ddeunydd pecynnu neu ddim deunydd pecynnu o gwbl, Dechrau prynu bwydydd sydd wedi'u cynhyrchu heb fawr o ddefnydd o dd ?r a/neu ychydig o ddatgoedwigo, Dechrau prynu bwydydd wedi'u tyfu'n organig, Dechrau prynu pysgod o ffynonellau cynaliadwy, Arall, Dim o'r rhain, Ddim yn gwybod . Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a gwblhaodd yr holiadur 'Bwyta Gartref' trwy'r post.
5. Cwestiwn: Ydych chi erioed wedi bwyta cynhyrchion dewis amgen i gig (meat alternatives)? Ymatebion: Ydw, ar hyn o bryd rwy'n bwyta dewisiadau amgen i gig; Oeddw, roeddwn i'n arfer bwyta dewisiadau amgen i gig ond dydw i ddim nawr; Na, dydw i erioed wedi bwyta dewisiadau amgen i gig; Dydw i erioed wedi clywed am ddewisiadau amgen i gig; Ddim yn gwybod . Sylfaen = 4786, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a gwblhaodd yr holiadur 'Bwyta Gartref' trwy'r post.
6. Cwestiwn: Pa mor aml ydych chi'n bwyta cynhyrchion dewis amgen i gig? 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, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 1411, pawb a ymatebodd ar-lein a'r rheiny a gwblhaodd yr holiadur `Bwyta Gartref' trwy'r post sy'n bwyta dewisiadau amgen i gig ar hyn o bryd.
7. Cwestiwn: Pa rai o'r rhesymau canlynol, os o gwbl, sy'n egluro pam eich bod chi'n dewis bwyta dewisiadau amgen i gig? Ymatebion: Rhesymau lles anifeiliaid; Rhesymau amgylcheddol neu gynaliadwyedd, er enghraifft effaith ar newid hinsawdd; Rhesymau ariannol, er enghraifft am eu bod yn rhatach na chig; Rhesymau iechyd, er enghraifft i fod yn fwy iach neu golli pwysau; Rhesymau crefyddol; Oherwydd dydw i ddim yn bwyta cig; Oherwydd pryderon am wenwyn bwyd; Am fod person arall wedi coginio dewisiadau amgen i gig i mi neu am fy mod i wedi eu coginio i eraill; Oherwydd cyngor gan ffrindiau neu deulu; Oherwydd cyngor gan enwogion neu ddylanwadwyr; Am fy mod i'n hoffi'r blas; Oherwydd pryderon ynghylch o ble y daw cig; Am fy mod i eisïau newid; Oherwydd beichiogrwydd; Rheswm arall; Dim o'r rhain; Gwell gennyf beidio â dweud. Sylfaen = 1126,

pawb a ymatebodd ar-lein sy'n bwyta dewisiadau amgen i gig ar hyn o bryd.

8. Cwestiwn: Yn gyffredinol, pa mor A/B/C/D yw dewisiadau amgen i gig a brynir mewn siop o gymharu â chig yn eich barn chi? A) iach B) dda i'r amgylchedd C) ddrud D) dda o ran para yn yr oergell. Ymatebion: A/B/C - Mwy na chig, Tua'r un peth â chig, Llai na chig, Ddim yn gwybod . D - Mae dewisiadau amgen i gig yn para'n hirach na chig yn yr oergell, Mae dewisiadau amgen i gig yn para tua'r un amser â chig yn yr oergell, Nid yw dewisiadau cig yn para mor hir â chig yn yr oergell, Ddim yn gwybod. Sylfaen = 3645, yr holl ymatebwyr ar-lein ac eithrio'r rhai nad oeddent erioed wedi clywed am ddewisiadau amgen i gig.
  
9. Cwestiwn: A fydddech chi'n hoffi rhoi cynnig ar gynnwys cig a dyfir mewn labordy yn eich deiet, pe bai ar gael yn y wlad hon? Ymatebion: Byddwn i'n bendant eisiau rhoi cynnig ar hyn, Byddwn i'n debygol o eisiau rhoi cynnig ar hyn, Fyddwn i ddim yn debygol o eisiau rhoi cynnig ar hyn, Fyddwn i'n bendant ddim eisiau rhoi cynnig ar hyn, Ddim yn gwybod . Sylfaen = 3745, pob un a ymatebodd ar-lein.
  
10. Cwestiwn: Ydych chi erioed wedi clywed am...A/B? A) Bwyd sydd wedi'i addasu'n enetig (bwyd GM)? B) Bwyd sydd wedi bod yn destun golygu genynnau neu olygu genomau? 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= 5796, pawb a ymatebodd.