

# Yr Asiantaeth Safonau Bwyd wedi rhannu ymchwil ar ymddygiadau myfyrwyr mewn perthynas â diogelwch bwyd mewn ceginau a rennir

Mae ein hymchwil yn tynnu sylw at nifer o ymddygiadau sy'n peryglu iechyd myfyrwyr. Mae'n peri pryder bod 54 % o fyfyrwyr yn dal i olchi cyw iâr amrwd, ac nid yw traean ohonynt bob amser yn golchi eu dwylo ar ôl trin cig. Dywedodd bron i 4 o bob 10 myfyriwr eu bod wedi cael bwyd o finiau neu ardal wastraff archfarchnad neu siop. Yn ogystal, dywedodd tua dwy ran o dair (65%) o fyfyrwyr fod eu hoergell yn cynnwys bwyd a oedd wedi mynd heibio'r dyddiad 'defnyddio erbyn'.

Os nad yw myfyrwyr yn sicr am farciau dyddiad ar ddeunydd pecynnu bwyd, dylent ddarllen ein canllawiau ar [ddyddiadau 'defnyddio erbyn' ac 'ar ei orau cyn'](#). Gallwch ddarllen yr adroddiad ymchwil llawn ar ymddygiadau myfyrwyr mewn perthynas â diogelwch bwyd mewn ceginau a rennir: [Archwilio ymddygiadau myfyrwyr y DU mewn perthynas â bwyd – Canfyddiadau dros dro](#) (Saesneg yn unig).

Yn ôl yr adroddiad, mae 44% o'r ymatebwyr a gymerodd ran yn yr astudiaeth wedi'u hystyried fel rhai sydd â diffyg diogeledd bwyd, sy'n uwch na'r ystadegyn cenedlaethol diweddaraf o'r arolwg [Bwyd a Chi 2](#), sef 18% ar gyfer Cymru, Lloegr a Gogledd Iwerddon.

Mae ein canllawiau ar hylendid bwyd yn cynnwys gwybodaeth sy'n benodol i fyfyrwyr sy'n rhannu ceginau, ac mae'n cynnig arferion gorau mewn perthynas ag oergelloedd a rennir fel rhewi a dadmer eich bwyd. Mae'n bwysig bod myfyrwyr yn mabwysiadu ymddygiadau da mewn perthynas â diogelwch bwyd o'r cychwyn cyntaf. Ewch ati i ddarllen ein [canllawiau i fyfyrwyr ar ddiogelwch hylendid bwyd](#).