

## NWYDDAU BECWS

Golosg Becws - Gall bara a theisenni gynnwys tameidiau o does wedi gor-grasu sydd wedi dod oddi ar duniau becws. Nid yw o angenrheidrwydd yn dangos glanweithdra gwael er y gallant gael eu camgymryd am faw cnofilod. Mae'r rhain yn ddu ac o siâp torpido rheolaidd, tra bo golosg becws yn llwydaidd ac o siâp garw.

Camau: Cysylltu â'r gwneuthurwr neu, os byddwch yn amheus, y Tîm Diogelwch Bwyd

### **Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

Saim wedi Carboneiddio - Bydd y peiriannau sy'n cael eu defnyddio i gynhyrchu bara a theisenni yn cael eu hiro gydag olew llysiâu diwenwyn. Yn achlysurol, gall rhywfaint o hyn ddod yn rhan o'r does gan wneud iddo edrych yn llwyd a seimllyd.

Camau: Cysylltu â'r gwneuthurwr

### **Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

## BWYDYDD SYCH

Trychfilod - Gall cynhyrchion sych fel blawd, siwgwr a chorbys gynnwys trychfilod bach fel psosidiaid (llau llyfrau). Nid yw'r rhain yn cludo afiechydon, ond maent yn hyll a gallant fwyta trwy bapur y pecyn. Maent yn magu'n gyflym iawn dan amgylchiadau cynnes, llaith gan ledaenu i fwyd dihalog yn gyflym iawn.

Camau: Taflu holl fwyd yr effeithiwyd arno, glanhau cypyrddau gyda thoddiant cannu (dilyn y cyngor ar y botel) a sychu'n drwyadl. Cadw bwyd sych newydd mewn cynwysyddion seliedig. Sicrhau awyru da mewn cypyrddau cegin / cadw ac, os dymunwch, cysylltu â'r Tîm Diogelwch Bwyd i gael cyngor.

### **Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

## SIOCLED / MELYSION

Gwawr - Gall siocled ddatblygu gwawr olau o'i gadw'n rhy gynnes. Nid yw'n llwydni ond daw oherwydd gwahaniad braster ac nid yw'n niweidiol.

Camau: Dychwelyd i'r gwerthwr

### **Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

Grisialau Siwgwr - Gall grisialau siwgwr mawr ffurfio mewn melysion ac mae'n hawdd eu camgymryd fel gwydr. Bydd y grisialau'n toddi mewn dŵr cynnes.

Camau: Profi gyda dŵr cynnes, cysylltu â'r Tîm Diogelwch Bwyd os nad yw'r grisialau'n toddi. Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd o grisialau siwgwr, Perygl i Iechyd y Cyhoedd o wydr

# CYNGOR BWRDEISTREF SIROL WRECSAM

## TAFLEN CWYNIION BWYD

Nid yw'n brofiad braf dod o hyd i rywbeth estron mewn bwyd. Fodd bynnag, nid yw popeth felly'n achosi perygl difrifol i iechyd. Dyma rai cwynion cyffredin am fwyd ynghyd ag esboniad byr ac awgrymiadau ar y camau gweithredu gorau.

Os hoffech gael rhagor o gyngor ar y bwyd a brynwch, cysylltwch â'r Tîm Diogelwch Bwyd ar 01978 813731 / 813732

### **BWYDYDD TUN**

**Trychfilod** - Yn achlysurol, fe gewch gynrhon bach mewn llysiau tun yn enwedig india-corn a thomatos. Larfaod gwyfyn sy'n byw yng nghnewyllyn yr india-corn neu domato yw'r cynrhon ac maent yn amhosibl eu gweld cyn eu prosesu. Er nad yw'n braf cael hyd i gynrhonyn yn eich bwyd, mae'r broses dunio'n eu lladd a'u diheintio. Fel y bydd llai o ddefnyddio plaladdwyr, bydd y mathau hyn o broblem yn cynyddu. Gweithredu: Dychwelyd i'r gwerthwr neu gysylltu â'r gwneuthurwr

**Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

**Gwenyn meirch a phryfed ffrwythau** - mae'r rhain yn gysylltiedig yn naturiol â ffrwythau ac i'w cael yn aml mewn tuniau o ffrwythau. Nid ydynt yn cludo afiechydon.

Camau: Cysylltu â'r gwneuthurwr

**Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

### **PYSGOD**

**Llyngyr y penfras** - Gall cnawd pysgod gwyn fel penfras neu hadog fod yn llawn mwydod bach, crwn brownaidd /melyn. Mae coginio'n eu lladd ac nid ydynt yn peryglu pobl. Fel arfer, mae rhannau'r pysgod yr effeithiwyd arnynt yn cael eu tynnu, ond fe all rhai gael eu methu.

Camau: Cysylltu â'r gwerthwr neu gyflenwr

**Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

**Struvite** - Gall rhai elfennau sy'n digwydd yn naturiol mewn pysgod ddatblygu'n risialau caled yn ystod y broses dunio. Mae modd camgymryd y grisialau hyn fel tameidiau gwydr a'u henw yw Struvite. Nid ydynt yn niweidiol a bydd asid y stumog yn eu dadelfennu os cânt eu llyncu.

Mae Struvite yn gyffredin iawn mewn eog tun a bydd yn toddi o'i roi mewn finegr a'i dwymo'n ysgafn am hyd at 15-20 munud (efallai na fyddant yn toddi'n gyfan gwbl yn y cyfnod hwn ond byddant yn mynd yn llai). Ni fydd gwydr yn toddi.

Camau: Twymo'n ysgafn mewn finegr am 15-20 munud. Os yw'n Struvite, cysylltu â'r gwneuthurwr. Os yw'n wydr, cysylltu â'r Tîm Diogelwch Bwyd.

**Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd os yw'n Struvite. Perygl i Iechyd y Cyhoedd os yw'n wydr**

### **CIG A DOFEDNOD**

**Croen, esgyrn ac ati** - Gall cynhyrchion cig a/neu ddofednod gynnwys esgyrn bach, croen neu rannau o lestri gwaed. Mae'r rhain yn hyll ond yn anaml yn peryglu iechyd gan eu bod yn rhannau arferol o'r anifail gwreiddiol. Weithiau gallant achosi problemau fel torri dant a'r ffordd orau yw i'r rhain unigolyn ddelio â'r rhain - trwy'r Llys Sifil os bydd angen.

Camau: Cysylltu â'r gwerthwr neu'r gwneuthurwr

**Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

### **FFRWYTHAU A LLYSIAU**

**Cerrig, pridd a malwod duon** - Mae'n gyffredin i ffrwythau a llysiau ddod gyda phridd, cerrig neu falwod bach. Mae hyn yn hollol arferol gan eu bod yn dod o'r pridd.

Camau: Golchi holl ffrwythau a llysiau'n drwyadl cyn eu bwyta

**Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

**Llau'r dail** - Gall fod llau'r dail mewn llysiau salad, yn enwedig letys. Mae hyn yn dod yn fwy cyffredin wrth ddefnyddio llai o blaladdwyr, ond nid ydynt yn niweidiol.

Camau: Golchi holl lysiau salad yn drwyadl

**Dim Perygl i Iechyd y Cyhoedd**

Sylwch: Bydd llwydni'n tyfu'n naturiol ar ôl cleisio neu niweidio ffrwythau a llysiau. Bydd hyn yn lleihau os bydd y prynwr yn edrych ar y cynnyrch cyn ei brynu ac yn ei drin yn ofalus wedyn.