Enw'r Ymgeisydd	Rhif y Ganolfan	Rhif yr Ymgeisydd

CYD-BWYLLGOR ADDYSG CYMRU
Tystysgrif Gyffredinol Addysg Uwchradd

WELSH JOINT EDUCATION COMMITTEE
General Certificate of Secondary Education

124/52

ARLWYO

PAPUR 2

Haen Uwch – Graddau D i A*

P.M. DYDD MERCHER, 13 Mehefin 2007

(2 awr)

Arholwr yn unig

CYFANSWM Y MARCIAU	

CYFARWYDDIADAU I YMGEISWYR

Ysgrifennwch eich enw, rhif y ganolfan a'ch rhif ymgeisydd yn y blychau ar ben y dudalen hon.

Atebwch **bob** cwestiwn.

Ysgrifennwch eich atebion yn y lleoedd gwag priodol yn y llyfryn hwn. Os nad oes digon o le i'ch ateb, cewch barhau â'ch ateb yng nghefn y llyfryn, gan ofalu nodi rhif y cwestiwn yn gywir.

GWYBODAETH I YMGEISWYR

Dangosir nifer y marciau mewn cromfachau ar ddiwedd pob cwestiwn neu ran o gwestiwn.

Ni roddir tystysgrif i ymgeisydd a geir yn ymddwyn yn annheg yn ystod yr arholiad.

TUDALEN WAG

Examiner only
Arholwr yn unig

1. Mae adroddiadau am achosion o wenwyn bwyd yn cynyddu.

(a) Enwch **ddau** fwyd risg uchel. [2]

(i) ....

(ii) ....

(b) Mae rheoli tymheredd yn bwysig er mwyn helpu i atal gwenwyn bwyd.
Cwblhewch y tabl canlynol. [3]

Tymheredd	**Pwynt Rheoli Critigol** *(Critical Control Point)*
(i)	**Bwydydd oer** *(chilled)*
Dros 63°C	(ii) ....
(iii)	**Tymheredd yng nghanol bwydydd wedi'u coginio**

(c) Eglurwch sut y gall hylendid personol y person sy'n trin bwyd helpu i atal gwenwyn bwyd. [4]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

Trosodd.

Examiner only
Arholwr yn unig

2.

Bwydlen Plant

Ar gyfer plant o dan ddeuddeg oed

Caws Macaroni
Macaroni siâp penelin mewn saws caws
wedi ei weini gyda llysiau ffres neu sglodion

****

***Eidionyn** (Beefburger)*
Eidionyn wedi ei osod ar fynsen wedi'i thostio
gyda mayonnaise a relish
Wedi ei weini gyda sglodion

****

Stribedi Cyw Iâr
Cyw iâr ansawdd da wedi'i orchuddio â briwsion bara
a'i weini gyda sglodion a saws dipio

****

Pris yn cynnwys
'Sundae' hufen iâ gyda dewis o dopin mefus neu siocled
wedi ei weini gyda hufen wedi'i chwipio
ac addurniadau lliw

****

Dewis o ddiod ysgafn, llaeth neu sudd

(a) Rhowch resymau pam y gall rhai prydau bwyd plant sy'n cael eu gweini mewn tai bwyta fethu â chwrdd â chanllawiau bwyta'n iach. [3]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

(b) Fel rheolwr y tŷ bwyta, gofynnwyd i chi awgrymu amrywiaeth o seigiau diddorol a allai fod yn rhan o fwydlen newydd ar gyfer plant. Rhowch resymau dros eich dewis o seigiau. [6]

[Yn yr ateb dylech gyfeirio at werth maethol, blas, ansawdd *(texture)* a golwg y seigiau.]

Examiner only
Arholwr yn unig

3. Mae wyau yn nwyddau gwerthfawr yn y diwydiant arlwyo.

(a) Enwch **ddau** faetholyn sy'n bresennol mewn wyau. [2]

(i) ....

(ii) ....

(b) Rhowch **ddau** bwynt ansawdd *(quality)* y byddech yn edrych amdanynt wrth dderbyn cyflenwad o wyau ffres. [2]

(i) ....

(ii) ....

(c) Pam mae cogyddion yn cael eu cymell i ddefnyddio cynhyrchion wyau pasteureiddiedig? [2]

....

....

....

....

....

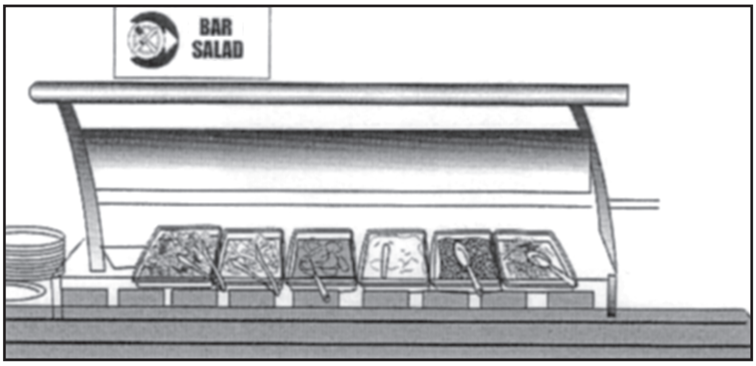
....

Examiner only
Arholwr yn unig

(ch) Eglurwch pam mae wyau mor ddefnyddiol i'r arlwywr fel cynhwysyn *(ingredient)*. [8]

Examiner only
Arholwr yn unig

4. Mae barrau salad yn dod yn fwy poblogaidd mewn tai bwyta.



(a) Trafodwch y rhesymau pam mae barrau salad wedi dod yn fwy poblogaidd. [4]

....

....

....

....

....

....

....

....

(b) Enwch **ddau** salad sy'n cynnwys llawer o garbohydrad y gellid eu cynnwys mewn bar salad. [2]

(i) ....

(ii) ....

Examiner only
Arholwr yn unig

(c) Wrth arddangos saladau i'w gwerthu mae'n rhaid eu diogelu rhag ffynonellau halogiad *(sources of contamination).*

Er mwyn osgoi halogiad awgrymwch ffyrdd posibl o **arddangos** a **gweini** bwyd yn ddiogel.

(i) Arddangos bwyd [3]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

(ii) Gweini bwyd [3]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

5. Argymhellir ein bod yn bwyta 18g o ffibr *(NSP)* y dydd. Mae person cyffredin yn bwyta rhwng 8g a 12g mewn diwrnod.

(a) Pam mae ffibr deietegol yn rhan bwysig o'n deiet ni? [3]

....

....

....

....

....

....

(b) Astudiwch y fwydlen ganlynol:

Cinio Canol Dydd

Cwrs cyntaf
Cawl tomato
neu
Madarch wedi'u gorchuddio â briwsion bara gyda dip garlleg

Prif Gwrs
Lasagne, sglodion a phys
neu
Pastai caws a nionod/winwns, sglodion a phys
neu
Cyri cyw iâr a reis

Pwdin
Crymbl afal a chwstard
neu
Hufen iâ a saws siocled

Mae cogydd newydd wedi dechrau gweithio mewn cantîn ffatri yn ddiweddar. Mae e'n awyddus i godi cynnwys ffibr y prydau sydd ar y fwydlen amser cinio.
Trafodwch y gwelliannau y mae angen eu gwneud i'r fwydlen bresennol er mwyn helpu gweithwyr y ffatri i gynyddu faint o ffibr *(NSP)* maent yn ei fwyta. [9]

....

....

....

....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

Gallwch barhau eich ateb i gwestiwn *(b)* yma.

Examiner only
Arholwr yn unig

6. Mae gweithio yn ddiogel yn y gegin yn bwysig.

(a) Nodwch **ddwy** o amcanion y Ddeddf Iechyd a Diogelwch yn y Gwaith. [2]

....

....

....

....

(b) Nodwch beth yw prif achosion damweiniau mewn cegin fasnachol. [4]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

(c) Trafodwch ffyrdd o osgoi damweiniau mewn ceginau arlwyo. [6]

Trosodd.

Examiner only
Arholwr yn unig

7. Naill ai,

(a) Mae tai bwyta llwyddiannus yn rhoi anghenion eu cwsmeriaid yn gyntaf.

(i) Trafodwch sut y gall arlwywr fesur a chofnodi boddhad y cwsmeriaid. [6]

(ii) Mae'r prif gogydd yn poeni am gynnydd mewn costau. Trafodwch sut y gellir rheoli costau cynyddol heb ostwng safonau.
[Gallwch gyfeirio yn eich ateb at y canlynol: bwyd a ddefnyddir; llafur; offer; tanwydd a gwastraff.] [6]

Neu,

(b) Mae'n rhaid i arlwywyr ymateb i newidiadau yn anghenion cwsmeriaid *(changing customer needs)*.

Trafodwch sut y gall yr arlwywr

(i) cwrdd ag anghenion cymdeithas sy'n ddiwylliannol amrywiol *(culturally diverse)*, [6]

a hefyd

(ii) cwrdd ag anghenion cwsmeriaid sydd â gofynion deietegol arbennig. [6]

Examiner only
Arholwr yn unig

Examiner only
Arholwr yn unig