

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

169/52

ECONOMEG Y CARTREF (BWYD A MAETH)

PAPUR 2

Haen Uwch – Graddau D i A*

P.M. DYDD IAU, 22 Mehefin 2006

(1 awr 30 munud)

Nid oes angen unrhyw ddeunyddiau ychwanegol

I'r 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 ar y llinellau priodol yn y llyfryn hwn. Os nad oes digon o le i'ch ateb, ewch ymlaen â'r ateb yng nghefn y llyfryn, ond cofiwch nodi rhif y cwestiwn yn gywir.

GWYBODAETH I YMGEISWYR

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

Cewch farciau am ansawdd eich cyfathrebu ysgrifenedig.

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

Atebwch y cwestiynau canlynol i gyd.

1. (a) Awgrymwch **bedair** dull o gynyddu ffibr dietegol (*NSP*) yn y diet. [4]

(i)

(ii)

(iii)

(iv)

(b) Nodwch **un** bwyd sy'n isel mewn ffibr dietegol.
Rhowch reswm pam mae'r bwyd hwn yn isel mewn ffibr dietegol. [2]

Bwyd:

Rheswm:

2. Mae pasta a reis yn ddewisiadau poblogaidd o fwyd i lawer o deuluoedd.



(a) Rhowch **dri** rheswm pam mae pasta a reis wedi dod yn fwy poblogaidd yn y blynyddoedd diwethaf. [3]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(b) Mae llawer o bobl yn meddwl bod seigiau reis a phasta yn ddi-flas (*bland*).
Awgrymwch **dair** ffordd o wneud seigiau pasta a reis yn flasus a deniadol. [3]

(i)

(ii)

(iii)

3.

Mae E-Coli yn taro ysgolion De Cymru.

(a) Nodwch yr amodau y mae eu hangen ar facteria gwenwyn bwyd er mwyn iddynt luosi (*multiply*). [3]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(b) Eglurwch sut gellir trosglwyddo bacteria gwenwyn bwyd wrth baratoi bwyd. [4]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4.



Mae diet yn chwarae rhan bwysig mewn cynnal iechyd.
Rhowch fanylion am y cyngor y dylai pobl ifanc ei ddilyn drwy'r dydd er mwyn sicrhau diet iach.

[8]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. Dyma label cynhwysion wedi'i gymryd o gynnyrch byrbryd.

Cynhwysion: nwdlau: blawd gwenith, olew llysiâu, halen, startsh, glwten gwenith, ychwanegiad blas, llysiâu (bresych sych, moron sych, pys gwyrdd wedi'u sych-rewi, cennin syfi sych a phersli sych), sbeisys, lliw, powdr blas cyw iâr, cyffeithydd, asid sitrig, cyfrwng gwrthdalpio.

Gan ddefnyddio'r wybodaeth a roddir atebwch y canlynol.

(a) Rhowch **un** enghraifft o gynhwysydd a geir ar y label sy'n [3]

(i) gwella'r blas,

.....

(ii) gwella'r ansawdd (*texture*),

.....

(iii) cadw'r bwyd am fwy o amser.

.....

(b) Eglurwch pam na fyddai pobl sy'n dioddef o glefyd coeliag neu anoddefgarwch (*intolerance*) gliwten yn gallu bwyta'r cynnyrch hwn. [2]

.....

.....

.....

.....

(c) Trafodwch pam mae defnyddwyr yn dewis prynu cynhyrchion bwyd sy'n cynnwys llai o ychwanegion. [6]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. Mae amryw o ddarnau o offer yn cael eu hysbysebu bellach i hybu dulliau iachach o goginio.

(a) Nodwch ddau ddarn o offer ac eglurwch yr egwyddorion (*principles*) y tu ôl i'w defnyddio. [4]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(b) Eglurwch sut mae coginio mewn ffwrn microdon yn gallu effeithio ar safon (*quality*) cynhyrchion bwyd. (Dylai eich ateb gyfeirio at ansawdd (*consistency*), blasusrwydd a phriodweddau synhwyraidd (*sensory qualities*) y bwyd.) [6]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7. Naill ai,

(a) Mae llawer o bobl yn credu y dylai uwchfarchnadoedd gymryd rhywfaint o gyfrifoldeb am ddietau ac iechyd eu cwsmeriaid. Trafodwch y gosodiad hwn mewn perthynas â

(i) bwydydd sydd ar gael i'r cwsmer, [6]

a

(ii) ymgyrchoedd hysbysebu uwchfarchnadoedd. [6]

Neu,

(b) Cafwyd llawer o gyhoeddusrwydd am fuddion (*benefits*) posibl bwyd wedi'i addasu'n enetig (*genetically modified*). Trafodwch y mater hwn mewn perthynas â

(i) y buddion posibl, [6]

a

(ii) y pryderon. [6]

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A series of horizontal dotted lines for writing.

A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page.

A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a guide for writing.