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

169/51

ECONOMEG Y CARTREF (BWYD A MAETH)

PAPUR 1

Haen Sylfaenol – Graddau G i C

P.M. DYDD IAU, 21 Mehefin 2007

(1 awr 30 munud)

Nid oes angen unrhyw ddeunyddiau ychwanegol

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, ewch ymlaen â'r ateb yng nghefn y llyfryn, gan gofio nodi rhif y cwestiwn yn gywir.

GWYBODAETH I YMGEISWYR

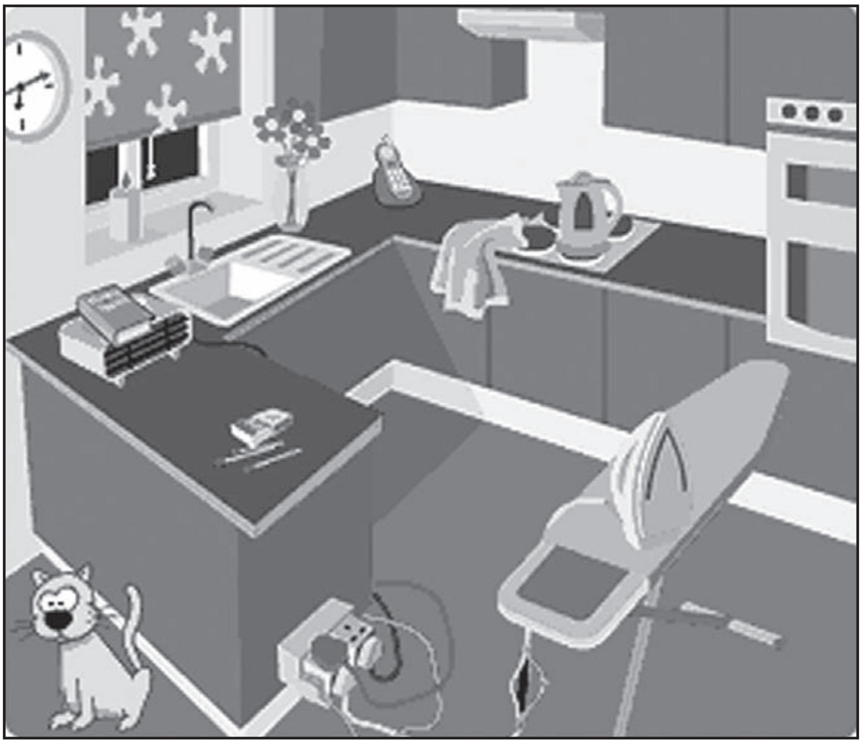
Dangosir nifer y marciau mewn cromfachau ar ddiwedd pob cwestiwn neu ran o gwestiwn.

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

Examiner only
Arholwr yn unig

Atebwch y cwestiynau canlynol **i gyd**.

1. Mae diogelwch yn bwysig. Rhestrwch **bedwar** perygl sydd i'w gweld yn y darlun isod. [4]



(i) ....

....

(ii) ....

....

(iii) ....

....

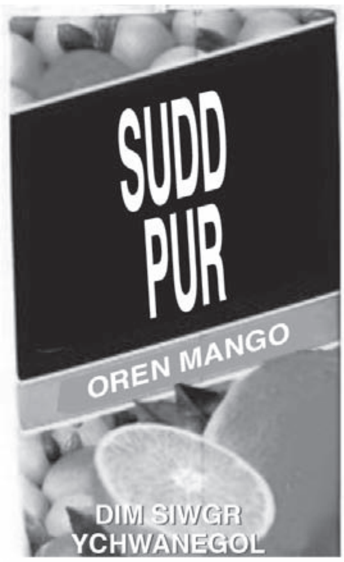
(iv) ....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

2. Mae'r diodydd canlynol ar gael mewn peiriannau gwerthu diodydd yn yr ysgol.

Sudd oren a mango



Kcal: 52 Kcal
Fitamin C: 40mg

Gwybodaeth faethol ar gyfer pob 100g

Ysgytlaeth mefus

Kcal: 66 Kcal
Fitamin C: 0·9mg

Gwybodaeth faethol ar gyfer pob 100g

Pa ddiod sy'n cynnwys

(i) y nifer mwyaf o galorïau, ...

(ii) y mwyaf o galsiwm, ...

(iii) y mwyaf o fitamin C? ....

[3]

Trosodd.

3. Mae bwydydd amlddiwylliannol *(multicultural)* yn boblogaidd iawn.
Cysylltwch y saig â'r wlad. Mae enghraifft wedi ei gwneud i chi. [3]

	Gwlad		**Saig**
B	*Mèxico*	A	*Sushi*
	Yr Eidal	B	*Tortillas*
	Japan	C	*Tikka* Cyw Iâr
	India	CH	*Lasagne*

4. *(a)* Enwch **ddau** grŵp o bobl y mae angen calsiwm ychwanegol arnynt yn eu deiet. [2]

(i) ....

(ii) ....

(b) Cwblhewch y brawddegau canlynol. [3]

(i) Mae calsiwm yn gweithio gyda fitamin .... i gael esgyrn a dannedd cryf.

(ii) Dwy ffynhonnell *(sources)* dda o galsiwm yw .... a ....

Examiner only
Arholwr yn unig

5. Mae blodiau *(flours)* yn cael eu defnyddio am wahanol resymau wrth baratoi bwyd.

(a) Cwblhewch y siart.
Enwch **flawd** gwahanol ar gyfer pob eitem fwyd a rhowch **resymau** dros eich dewis. [6]

Eitem bwyd	Blawd	Rhesymau
(i) Rholiau bara	....	....
(ii) Crwst brau	....	....
(iii) Cacennau bach *(fairy cakes)*	....	....

(b) Rhowch **ddau** reswm pam y gall blawd gwenith cyfan gael ei ddewis yn lle blawd gwyn i'w ddefnyddio wrth bobi. [2]

(i) ....

....

(ii) ....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

6. Rydych yn bwriadu gwneud Caserol Cyw Iâr a Madarch Hufennog yn y bore i'w fwyta gyda'r nos.

Y prif gynhwysion yn y rysáit yw

Cyw iâr, madarch, winwns (nionod), llaeth (llefrith), isgell *(stock)*, hufen, sesnin.

(a) Nodwch sut y gellir rheoli'r prif beryglon gwenwyn bwyd wrth:

(i) siopa am y cynhwysion, [2]

....

....

....

....

....

....

(ii) paratoi'r caserol, [2]

....

....

....

....

....

....

(iii) ailgynhesu'r caserol gyda'r nos. [2]

....

....

....

....

....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

(b) Awgrymwch **ddau** o gyfwydydd *(accompaniments)* addas i fynd gyda'r caserol gan roi rhesymau dros bob dewis. [2]

Cyfwyd	**Rheswm**
(i)	....
(ii)	....

Examiner only
Arholwr yn unig

7. *(a)* Mae paratoi a choginio bwyd yn gywir yn bwysig er mwyn sicrhau ansawdd *(quality)* yr eitem fwyd derfynol.
Eglurwch sut mae hyn yn berthnasol wrth [4]

(i) paratoi a choginio brocoli,

....

....

....

....

(ii) cylchffrio *(stir frying)*.

....

....

....

....

(b) Eglurwch sut y gall defnyddio offer cegin sy'n arbed llafur *(labour-saving)* helpu i wella ansawdd *(quality)* y seigiau terfynol. [5]

....

....

....

....

....

....

....

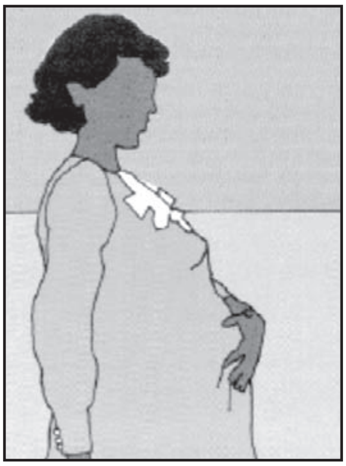
....

....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

8.



Mae Sali yn disgwyl ei baban cyntaf. Cynghorwyd hi i gymryd mwy o ofal i fwyta'n dda pan fydd hi'n feichiog. Rhowch gyngor iddi ar

(i) **bwydydd** i'w bwyta, [6]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

(ii) **bwydydd** i'w hosgoi. [4]

....

....

....

....

....

....

....

....

Trosodd.

Examiner only
Arholwr yn unig

9.

Mae prynu bwyd yn gallu bod yn un o'r costau uchaf yng nghyllideb teulu, ond mae yna ffyrdd o arbed arian. Trafodwch hyn mewn perthynas â

(i) y dewis o leoedd i brynu bwyd, [5]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

(ii) y dewis o eitemau bwyd. [5]

....

....

....

....

....

....

....

....

....

....

Examiner only
Arholwr yn unig

Trosodd.

Examiner only
Arholwr yn unig