**Cyngor Arlwyo Cartref**

**(Gan gynnwys Busnesau Cacennau sy'n Gweithredu Gartref)**

**Nid yw'r rhestr isod yn cynnwys popeth a dylech barhau i gyfeirio at y llyfryn gwybodaeth am 'Sefydlu busnes bwyd newydd' i gael cyngor manylach ar hylendid bwyd.**

Rheolaeth

* Gofalwch eich bod wedi cofrestru'r busnes gyda Iechyd yr Amgylchedd o leiaf 28 niwrnod cyn i chi fwriadu dechrau masnachu.
* Rhaid i weithredwyr bwyd sicrhau eu bod nhw a phawb arall sy'n gweithio gyda bwyd yn y busnes yn cael eu cyfarwyddo, eu goruchwylio a/neu eu hyfforddi'n briodol. Argymhellir bod staff yn cael Hyfforddiant Hylendid Bwyd cyfwerth â Thystysgrif Lefel 2 mewn Hylendid Bwyd.
* Mae'r gyfraith yn gofyn eich bod yn rhoi system rheoli diogelwch bwyd ar waith ar sail egwyddorion HACCP (Dadansoddi Peryglon a Phwyntiau Rheoli Critigol), sy'n gymesur â maint a natur eich busnes. Os yw eich cynhyrchion yn cynnwys bwydydd risg uchel, e.e. bwydydd protein fel hufen, caws, wyau neu gigoedd ffres, bydd angen i chi roi System Rheoli Diogelwch Bwyd sydd wedi'i dogfennu ar waith, e.e. "Bwyd Mwy Diogel, Busnes Gwell"

Hylendid Personol

* Golchwch eich dwylo bob amser cyn paratoi bwyd ac ar adegau allweddol wrth baratoi bwyd. Mae golchi dwylo'n effeithlon yn cynnwys defnyddio dŵr poeth, sebon gwrth-facterol, brws ewinedd a thywelion llaw tafladwy.
* Dylech bob amser wisgo dillad amddiffynnol glân na fyddant yn halogi bwyd, er enghraifft, yn sgîl blew anifeiliaid anwes, ffibrau gwlân, botymau llac, ac ati.
* Cyn paratoi bwyd, tynnwch emwaith diangen, broetshis ac ati gan fod gemwaith yn dal baw a bacteria a all syrthio i'r bwyd.
* Peidiwch â smygu, na chyffwrdd â'ch gwallt, eich trwyn na’ch ceg wrth i'r bwyd gael ei baratoi.
* Os oes gennych gwt, gofalwch eich bod yn rhoi gorchudd lliwgar drosto sy'n gwrthsefyll dŵr, yn hytrach na rhwymyn rhwyllog.
* Os oes gennych friwiau, cornwydydd, anafiadau septig neu unrhyw fath arall o gyflwr croen, peidiwch â cheisio paratoi a thrin bwyd i'w fwyta gan bobl eraill.
* Os oes gennych symptomau chwydu a/neu ddolur rhydd, peidiwch â cheisio paratoi bwyd. Gofalwch na fyddwch yn paratoi bwyd i bobl eraill am o leiaf 48 awr ar ôl i'ch symptomau ddiflannu.

Y Gegin

* Mae'n rhaid bod mynediad hawdd o'r gegin i fasn golchi dwylo, gyda dŵr poeth, sebon a thywelion, yn ddelfrydol yn y gegin ei hun a dylid ei ddynodi ar gyfer golchi dwylo'n unig.
* Gofalwch fod yr arwynebau sy'n cyffwrdd â'r bwyd, powlenni ac offer cegin yn lân cyn paratoi bwyd.
* Peidiwch byth â defnyddio cyfarpar a/neu offer cegin ar gyfer bwydydd amrwd ac yna ar gyfer bwydydd wedi'u coginio heb eu glanhau a'u diheintio.
* Gofalwch fod unrhyw waith arlwyo masnachol yn y gegin yn digwydd ar adegau gwahanol i weithgareddau domestig. Mae hyn yn cynnwys paratoi bwyd i'w fwyta'n bersonol, golchi dillad neu dasgau domestig eraill.
* Peidiwch â chaniatáu anifeiliaid anwes, bwyd anifeiliaid anwes neu eu blychau baw yn y gegin yn ystod amserau arlwyo masnachol gan eu bod yn dal bacteria ac yn gallu colli blew a dulliau halogi eraill.
* Os oes gennych blant ifanc neu rai bach, cadwch nhw allan o'r gegin wrth i chi baratoi bwyd ar gyfer eich busnes.

Cynhwysion

* Gofalwch fod eich cynhwysion o ansawdd da.
* Prynwch gynhwysion gan gyflenwr dibynadwy, yn ddelfrydol yn union cyn y bydd eu hangen arnoch, a gofalwch eu defnyddio ymhell cyn eu dyddiadau "defnyddio erbyn" ac "ar ei orau cyn".
* Cadwch fwydydd sy'n barod i'w bwyta, er enghraifft, cacennau a bisgedi yn ddigon pell o fwydydd amrwd, fel cig a dofednod amrwd.
* Peidiwch byth ag ychwanegu ŵy amrwd o'r plisgyn (melynwy neu wyn ŵy) at gynnyrch sy'n barod i'w fwyta na'i ychwanegu at fwyd na chaiff ei goginio'n drwyadl, er enghraifft fel cynhwysyn ar gyfer eisin neu *mousse*, ac ati. Argymhellir eich bod yn defnyddio wyau â "stamp y llew" arnynt.

Storio Bwyd yn Ddiogel

* Rhaid cadw cacennau caws a chynhyrchion sy'n cynnwys hufen neu eisin menyn mewn oergell ar dymheredd o 8°C neu lai (ar 5°C yn ddelfrydol).
* Gorchuddiwch fwyd - rhaid amddiffyn pob cynnyrch rhag ei halogi, er enghraifft:
  + Halogi gan facteria - bwydydd amrwd, sbwriel, dwylo brwnt, anifeiliaid, pryfed, ac ati
  + Halogi gan gemegion - deunyddiau glanhau, diheintyddion, ac ati
  + Halogi corfforol gan wallt, gemwaith, botymau, blew anifeiliaid anwes, ac ati
    - Gwiriwch y cyfarwyddiadau storio ar y labeli a gofalwch na chaiff bwyd ei adael y tu allan i'r oergell am gyfnodau hir.
    - Cadwch gigoedd, dofednod, pysgod a bwydydd amrwd eraill islaw bwydydd wedi'u coginio neu fwydydd sy’n barod i'w bwyta ac mewn cynhwysydd diogel rhag diferu os bydd hynny'n bosibl.
    - Dylid cadw rhan oeraf eich oergell rhwng 0°C a 5°C. Argymhellir y dylech ddarparu thermomedr er mwyn i chi allu monitro'r tymheredd hwn.
    - Peidiwch â gorlwytho'ch oergell neu bydd yn llai effeithlon. Os bydd angen storio llawer o fwyd a rheoli ei dymheredd, argymhellir eich bod yn darparu oergell ddynodedig ar wahân.
    - Paratowch fwydydd y bydd angen eu hoeri'n olaf - peidiwch â'u gadael i sefyll allan o'r oergell a cheisiwch oeri bwydydd wedi'u coginio o fewn 1 awr a 90 munud.
    - Diogelwch y cynhwysion a'r cacennau/cynhyrchion gorffenedig rhag eu halogi gan fwydydd eraill, yn enwedig bwydydd a allai gynnwys cnau (os ydych yn gwneud cacennau â chnau, mae'n syniad da eu paratoi'n olaf er mwyn lleihau'r tebygolrwydd y caiff bwydydd eraill eu halogi).
* Cadwch gacennau caws a chacennau neu bwdinau sy'n cynnwys hufen neu eisin menyn yn yr oergell tan y bydd eu hangen. Ar ôl eu paratoi, gofalwch y cânt eu gwerthu/bwyta pan fyddant yn ffres ac yn addas i'w bwyta gan bobl (Gwaredwch fwyd anaddas ar unwaith).
* Storiwch gacennau/gynhyrchion gorffenedig mewn cynhwysydd glân y gellir ei selio, yn ddigon pell o fwydydd amrwd a chig amrwd yn arbennig.

Cludo Bwyd

* Dylid gosod cynhyrchion mewn cynhwysydd addas ar gyfer bwyd, yn ddelfrydol un â chaead tynn.
* Dylid cadw bwydydd risg uchel, gan gynnwys cacennau caws a bwydydd sy'n cynnwys hufen/ eisin menyn yn oer trwy ddefnyddio "paciau rhew".
* Gofalwch fod y cerbyd yn lân ac nad oes perygl y bydd yn halogi'r bwydydd hyn.

Gwerthu bwyd o stondinau, mewn digwyddiadau, ac ati

* Cludwch fwyd mewn cynwysyddion glân, y gellir eu selio, a gorchuddiwch unrhyw "fwydydd heb eu lapio", fel cacennau - yn enwedig wrth eu gwerthu neu eu gweini yn yr awyr agored.
* Gofalwch fod bwydydd risg uchel, gan gynnwys cacennau caws a chacennau neu bwdinau sy'n cynnwys hufen neu eisin menyn y tu allan i'r oergell am y cyfnod byrraf posibl (defnyddiwch flychau oer os nad oes digon o le yn yr oergell).
* Osgowch drin bwydydd - gwerthwch fwyd "wedi'i lapio'n unigol", neu defnyddiwch efeiliau neu gyllell gacennau i weini bwyd.
* Gofalwch fod gennych ryw ffordd o olchi eich dwylo a'ch cyfarpar (os cânt eu defnyddio) - naill ai sinc gyfagos neu fasn golchi dwylo neu bowlenni, sebon, tywel a rhyw fath o gyflenwad dŵr cludadwy (e.e. fflasgiau o ddŵr poeth).
* Gofalwch fod pob deunydd sy'n cyffwrdd â bwyd/deunydd lapio bwyd yn 'ddi-haint' ac yn "addas ar gyfer bwyd".

Enw (Masnachu) Busnes ac Yswiriant

* Mae'n rhaid bod gan bob busnes/endid masnachu enw masnachu ffurfiol ac mae'n rhaid ei arddangos mewn man blaenllaw lle gall cyflenwyr a chwsmeriaid ei weld, ym mhob safle lle mae'r busnes hwnnw'n gweithredu.
* Mae'n rhaid i enw/enwau masnachu a chyfeiriad y busnes ymddangos ar bob archeb, anfoneb, derbynneb a gorchymyn am dâl.
* Y canlynol yw'r prif fathau o yswiriant i'w hystyried/cael:-
  + Yswiriant Atebolrwydd Cyflogwyr - o dan Ddeddf Atebolrwydd Cyflogwyr (Yswiriant Gorfodol) 1969,
  + Yswiriant Atebolrwydd Cyhoeddus,
  + Yswiriant Atebolrwydd Cynnyrch.