

CBAC TGAU

Bwyd a Maeth

Cymeradwywyd gan Cymwysterau Cymru

Manyleb

Addysgu o 2025

Dyfarnu o 2027

Fersiwn 2b - Ebrill 2026



Nid yw'r cymhwyster hwn a reoleiddir gan
Cymwysterau Cymru ar gael i ganolfannau Lloegr.

Yn arbennig i Gymru.
Yn barod i'r byd.

Mae'r fanyleb hon yn bodloni gofynion y dogfennau rheoleiddio canlynol a gyhoeddwyd gan Cymwysterau Cymru:

- [Meini Prawf Cymeradwyo Cymwysterau TGAU Gwneud i Gymru](#) sy'n nodi'r gofynion ar gyfer unrhyw gymhwyster TGAU newydd a gymeradwywyd i'w addysgu gyntaf o fis Medi 2025 a thu hwnt.
- [Amodau Cydnabod Safonol](#) sy'n cynnwys y rheolau y mae'n rhaid i bob corff dyfarnu a'u cymwysterau eu bodloni wrth gynnig cymwysterau i ddysgwyr yng Nghymru.
- Meini Prawf Cymeradwyo ar gyfer TGAU [Bwyd a Maeth](#) sy'n nodi'r gofynion pwnc penodol ar gyfer cymwysterau TGAU Bwyd a Maeth o fis Medi 2025 a thu hwnt.

CRYNODEB O NEWIDIADAU

Fersiwn	Disgrifiad	Rhif tudalen
2	Wedi'i osod a'i farcio gan y ganolfan wedi'i gywiro i Wedi'i osod gan CBAC, wedi'i farcio gan y Ganolfan . Noder fod dau achos o'r newid hwn (ar gyfer Uned 2 ac Uned 3)	5
2b	Mân ddiweddariad terminoleg er mwyn cysondeb	drwyddi draw

CYNNWYS

1	CYFLWYNIAD.....	7
1.1	Nodau.....	7
1.2	Cwricwlwm i Gymru.....	7
1.3	Dysgu blaenorol a dilyniant.....	9
1.4	Oriau Dysgu dan Arweiniad.....	9
1.5	Defnyddio iaith.....	9
1.6	Cydraddoldeb a mynediad teg.....	9
2	CYNNWYS Y PWNC.....	11
	Sut i ddarllen yr ymhelaethiad.....	11
	Uned 1.....	11
	Uned 2.....	18
	Uned 3.....	22
	Cyfleoedd i integreiddio profiadau dysgu.....	26
3	ASESU.....	27
3.1	Amcanion asesu a phwysoli.....	27
3.2	Trosolwg o'r trefniadau ar gyfer asesu di-arholiad.....	28
4	CAMYMDDWYN.....	29
5	GWYBODAETH DECHNEGOL.....	30
5.1	Cofrestru.....	30
5.2	Graddio, dyfarnu ac adrodd yn ôl.....	30
	Atodiad A – Technegau paratoi, cyllell a choginio.....	31
	Atodiad B – Cyfleoedd i ymgorffori elfennau o'r Cwricwlwm i Gymru.....	33

TGAU BWYD A MAETH

CRYNODEB O'R ASESU

Uned 1: Egwyddorion Bwyd a Maeth**Arholiad digidol: 1 awr 30 munud****40% o'r cymhwyster****80 marc**

Cwestiynau sy'n gofyn am ymatebion gwrthrychol, ymateb cyflym, atebion byr ac estynedig.

Uned 2: Ymchwiliad Bwyd**Asesiad di-arholiad: 8 awr****20% o'r cymhwyster****Wedi'i marcio gan y ganolfan a'i chymedroli gan CBAC****40 marc**

Wedi'i osod gan CBAC, wedi'i farcio gan y Ganolfan a'i chymedroli gan CBAC. Bydd yr asesiad yn cynnwys dau friff a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw y bydd CBAC yn eu gosod bob blwyddyn. Gall canolfannau ddewis un o'r ddau friff a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw yr hoffent i ddysgwyr eu cwblhau.

Bydd y briffiau a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw, a fydd yn cynnwys sawl tasg, i'w gweld ar wefan Porth CBAC.

Uned 3: Bwyd a Maeth ar Waith**Asesiad di-arholiad: 12 awr****40% o'r cymhwyster****Wedi'i marcio gan y ganolfan a'i chymedroli gan CBAC****80 marc**

Wedi'i osod gan CBAC, wedi'i farcio gan y Ganolfan a'i chymedroli gan CBAC. Bydd yr asesiad yn cynnwys dau friff a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw y bydd CBAC yn eu gosod bob blwyddyn. Gall dysgwyr ddewis un o'r ddau friff a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw yr hoffent i ddysgwyr eu cwblhau.

Bydd y briffiau a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw, a fydd yn cynnwys sawl tasg, i'w gweld ar wefan Porth CBAC.

Cymhwyster llinol yw hwn.

Nid yw'n cynnwys haenau.

Nid oes hierarchaeth o ran trefn dysgu'r unedau.

Bydd arholiad Uned 1 ar gael yn ystod haf y flwyddyn astudio olaf. Bydd yn cael ei ddyfarnu am y tro cyntaf yn 2027.

Bydd Uned 2 yn cael ei hasesu drwy aseiniad wedi'i osod yn allanol a fydd yn cael ei osod gan CBAC. Bydd Uned 2 yn seiliedig ar friff wedi'i ryddhau ymlaen llaw; gall canolfannau ddewis un o ddau friff a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw. Bydd y briffiau a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw ar gael ym mis Mai y flwyddyn astudio gyntaf, i'w cwblhau erbyn haf y flwyddyn astudio olaf. Bydd yn cael ei ddyfarnu am y tro cyntaf yn 2027. Bob blwyddyn, bydd strwythur a thasgau yr asesiad yn aros yr un fath, fodd bynnag, bydd y briffiau a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw yn newid.

Bydd Uned 3 yn cael ei hasesu drwy aseiniad wedi'i osod yn allanol a fydd yn cael ei osod gan CBAC. Bydd Uned 3 yn seiliedig ar friff wedi'i ryddhau ymlaen llaw; gall dysgwyr ddewis un o ddau friff a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw. Bydd y briffiau a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw ar gael ym mis Mai y flwyddyn astudio gyntaf, i'w cwblhau erbyn haf y flwyddyn astudio olaf. Bydd yn cael ei ddyfarnu am y tro cyntaf yn 2027. Bob blwyddyn, bydd strwythur a thasgau'r asesiad yn aros yr un fath, fodd bynnag, bydd y briffiau a gaiff eu rhyddhau ymlaen llaw yn newid.

Rhif Cymeradwyo'r Cymhwyster: C00/4967/1

TGAU BWYD A MAETH

1 CYFLWYNIAD

1.1 Nodau

Rhaid i'r cymhwyster TGAU Bwyd a Maeth gefnogi Dysgwyr i:

- ddeall taith bwyd – o'r 'fferm i'r fforc'
- gwneud dewisiadau bwyd iach a gwybodus iddyn nhw eu hunain ac i eraill
- esbonio swyddogaeth, manteision maethol a rhinweddau synhwyrdd cynhwysion o fewn rysât
- esbonio swyddogaeth a manteision maethol bwyd a diodydd yn y corff dynol
- disgrifio'r cysylltiadau rhwng deiet, maeth, iechyd a llesiant
- archwilio'r dylanwadau economaidd, amgylcheddol, moesegol a diwylliannol-gymdeithasol ar argaeledd bwyd, prosesau cynhyrchu, deiet a dewisiadau iechyd
- paratoi, prosesu, storio, coginio a gweini bwyd sy'n cynnwys amrywiaeth o gynwyddau bwyd yn effeithiol ac yn ddiogel
- archwilio amrywiaeth o gynhwysion a dulliau a thechnegau coginio, o gogyddiaeth leol, genedlaethol a rhyngwladol
- addasu ryseitiau presennol a datblygu eu syniadau eu hunain ar gyfer seigiau
- archwilio thema drawsbynciol hawliau dynol ac amrywiaeth y cwricwlwm, gan gynnwys cyfraniadau a chogyddiaeth cymunedau ac unigolion Du, Asiaidd ac ethnig leiafrifol
- gwerthfawrogi sut mae bwyd yn ein cysylltu â'r byd o'n cwmpas
- dadansoddi a gwerthuso amrywiaeth o fwyd a seigiau a wneir ganddyn nhw eu hunain a gan eraill.

Mae Meini Prawf Cymeradwyo Cymwysterau Cymru yn nodi'r nodau hyn.

1.2 Cwricwlwm i Gymru

Mae fframwaith y Cwricwlwm i Gymru yn sail i'r cymhwyster TGAU Bwyd a Maeth hwn. Cafodd ei lunio er mwyn sicrhau y gall dysgwyr barhau i wneud cynnydd tuag at y pedwar diben gan astudio ar gyfer y cymhwyster hwn ar yr un pryd. Yn ganolog i hyn mae'r [egwyddorion cynnydd](#), yn ogystal â'r [datganiadau o'r hyn sy'n bwysig](#) a'r [sgiliau a chysyniadau penodol i'r pwnc](#) hynny a amlinellir yn rhan '[Cynllunio eich Cwricwlwm](#)' maes Dysgu a Phrofiad Iechyd a Llesiant.

Wrth ddatblygu'r cymhwyster hwn, ystyriwyd lle byddai cyfleoedd i ymgorffori'r themâu trawsgwricwlaidd a chyfleoedd yn ogystal i feithrin sgiliau cyfannol a sgiliau trawsgwricwlaidd. Mae mapio syml i'w weld yn Atodiad B, a bydd y Canllawiau Addysgu yn cynnwys gwybodaeth i gefnogi athrawon.

Ystyriwyd hefyd lle gall y cymhwyster greu cyfleoedd i integreiddio'r profiadau dysgu a nodwyd ar dudalen 25. bydd gwybodaeth bellach i'w chael yn y Canllawiau Addysgu o ran integreiddio'r profiadau dysgu hyn wrth gyflwyno'r cymhwyster.

Mae'r cymhwyster TGAU Bwyd a Maeth yn cefnogi'r Cwricwlwm i Gymru drwy wneud hyn:

- gefnogi'r datganiadau o'r hyn sy'n bwysig¹, gan roi cyfle i ddysgwyr:
 - ddeall y ffactorau sy'n effeithio ar iechyd corfforol a llesiant sy'n hybu cyrff iach a meddyliau iach. Mae hyn yn cynnwys ymddygiadau sy'n hybu iechyd fel dilyn deiet cytbwys
 - datblygu'r hyder, y cymhelliant, y gallu corfforol, y wybodaeth a'r ddealltwriaeth a fydd yn gallu eu helpu i ddilyn ffordd o fyw iach a gweithgar sy'n hybu iechyd corfforol da a llesiant drwy astudio maetheg ac iechyd da
 - galluogi dysgwyr i ddatblygu'r sgiliau meddwl yn greadigol sydd eu hangen i allu ystyried sut maen nhw'n gwneud penderfyniadau yn nhermau goblygiadau posibl wrth baratoi bwyd, gan gynnwys risgiau, iddyn nhw eu hunain ac i bobl eraill
 - ymgysylltu'n feirniadol â'r dylanwadau cymdeithasol hyn yn eu diwylliant eu hunain sy'n dylanwadu ar y deiet a'r dewisiadau iechyd.
- cefnogi'r egwyddorion cynnydd² drwy annog dysgwyr i:
 - atgyfnerthu'r dysgu mewn amrywiaeth eang o gysyniadau yn y datganiadau o'r hyn sy'n bwysig gan ystyried amrediad eang o destunau ac agweddau ar fwyd a maeth
 - datblygu eu hannibyniaeth a'u gweithrediaeth mewn materion yn ymwneud â maetheg ac iechyd da: gan arwain at gyfrifoldeb cynyddol am eu hiechyd a'u llesiant eu hunain
 - rhoi'r hyn maen nhw wedi'i ddysgu am fwyd a maeth mewn cyd-destun ymarferol, gan ddatblygu gwybodaeth am y cysyniadau
 - datblygu sgiliau ymarferol fel paratoi bwyd a choginio sydd hefyd yn cefnogi dysgwyr o ran eu hiechyd a'u llesiant.
- cefnogi'r ystyriaethau pwnc-benodol ar gyfer Bwyd a Maeth³. Bydd y cymhwyster yn gwneud y canlynol:
 - darparu cyfleoedd addas i ddysgwyr ddod i ddeall y daith o'r 'fferm i'r fforc', gan archwilio dylanwadau economaidd, moesegol ac amgylcheddol ar argaeledd bwyd ac ystyried materion cynaliadwyedd, cynhyrchu a phrosesu bwyd
 - darparu cyfleoedd i ddysgwyr wneud dewisiadau bwyd iach a gwybodus iddyn nhw eu hunain ac i eraill, gwneud cysylltiadau rhwng deiet, maeth, iechyd a llesiant, archwilio dylanwadau deiet a dewisiadau iechyd, esbonio swyddogaeth a manteision maethol bwyd a diodydd yn y corff dynol
 - darparu cyfleoedd i ddysgwyr feithrin dealltwriaeth o briodweddau swyddogaethol bwyd yn y corff ac o gynhwysion bwyd a ddefnyddir mewn rysâit
 - darparu sgiliau i ddysgwyr allu paratoi, prosesu, storio, coginio a gweini bwyd yn effeithiol ac yn ddiogel. Byddant yn gallu addasu ryseitiau presennol a datblygu eu seigiau eu hunain, dadansoddi a gwerthuso amrywiaeth o fwydydd a seigiau maen nhw a phobl eraill wedi'u gwneud, ac archwilio'r rhinweddau synhwyraidd sy'n perthyn i'r cynhwysion mewn rysait
 - rhoi cyfleoedd i ddysgwyr werthfawrogi sut mae bwyd yn ein cysylltu â'r byd o'n cwmpas, archwilio cyfraniadau a bwydydd cymunedau ac unigolion Du, Asiaidd ac ethnig leiafrifol, ac archwilio amrywiaeth o gynhwysion, dulliau a thechnegau coginio, o fwydydd lleol, cenedlaethol a rhyngwladol, a dylanwadau diwylliannol-gymdeithasol ar argaeledd bwyd.

¹ <https://hwb.gov.wales/cwricwlwm-i-gymru/iechyd-a-lles/datganiadau-o-r-hyn-sy-n-bwysig>

² <https://hwb.gov.wales/cwricwlwm-i-gymru/iechyd-a-lles/egwyddorion-cynnydd>

³ <https://hwb.gov.wales/cwricwlwm-i-gymru/iechyd-a-lles/cynllunio-eich-cwricwlwm/>

1.3 Dysgu blaenorol a dilyniant

Er nad yw dysgu blaenorol yn un o'r gofynion penodol, lluniwyd y cymhwyster yn bennaf i ddysgwyr rhwng 14 ac 16 oed. Mae'n adeiladu felly ar y ddealltwriaeth gysyniadol a ddatblygwyd gan ddysgwyr drwy'r hyn a ddysgwyd ganddynt rhwng 3 ac 14 oed.

Mae'r cymhwyster yn galluogi dysgwyr i ddatblygu sylfaen gref o wybodaeth, sgiliau a dealltwriaeth sy'n cefnogi dilyniant i astudio ôl-16 ac sy'n paratoi dysgwyr ar gyfer bywyd, dysgu a gwaith. Mae'r cymhwyster yn darparu sylfaen addas ar gyfer astudio Tystysgrif Lefel 3 mewn Gwyddor Bwyd a Maeth. Yn ogystal, mae'r fanyleb hon yn cynnig cwrs astudio sy'n gydlynol, yn foddhaol ac yn werth chweil i'r dysgwyr hynny nad ydynt yn symud ymlaen i astudio ymhellach yn y pwnc hwn.

1.4 Oriau Dysgu dan Arweiniad

Lluniwyd y cymhwyster TGAU Bwyd a Maeth i'w gyflwyno dros gyfnod o 120 – 140 o oriau dysgu dan arweiniad. Cafodd y cymhwyster ei lunio'n bennaf fel rhaglen 2 flynedd i ddysgwyr ym mlynnyddoedd 10 ac 11.

1.5 Defnyddio iaith

Wrth i'n dealltwriaeth o amrywiaeth, tegwch a chynhwysiant ddatblygu, mae'n rhaid i'n hiaith ddatblygu hefyd. Drwy ddiweddarau terminoleg, rydym yn adlewyrchu hunaniaethau unigol yn well ac yn meithrin parch a chywirdeb. Dylai'r iaith a ddefnyddir fod mor benodol â phosibl. Mae'n hanfodol bod yn ymwybodol o'r hyn sy'n digwydd a bod modd addasu gan fod iaith gynhwysol yn hybu urddas a thegwch. Gan gydnabod y bydd iaith yn parhau i ddatblygu, byddwn yn parhau i fod yn agored i ddiwygiadau pellach i sicrhau y cynrychiolir ac y cefnogir pob unigolyn yn gywir. Bydd CBAC yn rhoi gwybod i ganolfannau am unrhyw ddiwygiadau a bydd y fersiwn diweddaraf o'r fanyleb ar y wefan bob amser.

1.6 Cydraddoldeb a mynediad teg

Gall unrhyw ddysgwr ddilyn y fanyleb hon, beth bynnag fo'i rywedd a'i gefndir ethnig, crefyddol neu ddiwylliannol. Lluniwyd y fanyleb i osgoi, lle bo'n bosibl, nodweddion a allai, heb gyfiawnhad, ei gwneud yn fwy anodd i ddysgwr lwyddo oherwydd bod ganddynt nodwedd warchodedig benodol.

O dan y Ddeddf Cydraddoldeb 2010 y nodweddion gwarchodedig penodol yw oedran, anabledd, ailbennu rhywedd, beichiogrwydd a mamolaeth, hil, crefydd neu gred, rhyw neu gyfeiriadedd rhywiol.

Bydd trefniadau mynediad ac addasiadau rhesymol yn cael eu gwneud ar gyfer dysgwyr cymwys er mwyn i'r asesiadau fod o fewn eu cyrraedd a'u galluogi i ddangos eu gwybodaeth a sgiliau heb newid gofynion yr asesiad.

Mae gwybodaeth am drefniadau mynediad ac addasiadau rhesymol i'w chael yn y ddogfen ganlynol gan y Cyd-gyngor Cymwysterau (CGC): Trefniadau Mynediad, Addasiadau Rhesymol: Cymwysterau Cyffredinol a Galwedigaethol. Mae'r ddogfen hon ar gael ar wefan y Cyd-gyngor Cymwysterau (www.jcq.org.uk).

Byddwn yn dilyn egwyddorion y ddogfen hon ac felly, o ganlyniad i ddarpariaeth addasiadau rhesymol, prin iawn fydd nifer y dysgwyr sydd wedi'u hatal yn llwyr rhag unrhyw ran o'r asesiad.

2 CYNNWYS Y PWNC

Sut i ddarllen yr ymhelaethiad

Mae'r ymhelaethiad sydd i'w weld yn y golofn ar y dde yn defnyddio'r pedwar bonyn canlynol:

- Defnyddir 'Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o' pan mae angen i ddysgwyr feddu ar wybodaeth sylfaenol o'r cynnwys penodol ac nad oes angen dysgu hyn yn fanwl. Dylai athrawon gyfeirio at y dogfennau Canllawiau Addysgu i gael arweiniad pellach ynghylch y dyfnder a'r ehangder sy'n ofynnol wrth addysgu'r cynnwys hwn.
- Mae 'Dylai dysgwyr wybod' yn golygu bod gofyn i ddysgwyr ddangos gwybodaeth a dealltwriaeth sylfaenol.
- Mae 'Dylai dysgwyr ddeall' yn golygu bod gofyn i ddysgwyr ddangos gwybodaeth a dealltwriaeth ddyfnach, eu bod yn cymhwyso gwybodaeth i gyd-destunau, ac yn gwerthuso ac yn dadansoddi gwybodaeth.
- Mae 'Dylai dysgwyr allu' yn golygu bod angen i ddysgwyr gymhwyso'u gwybodaeth a'u dealltwriaeth at sefyllfa ymarferol neu ddangos sgiliau a thechnegau ymarferol yn cael eu cymhwyso.

Mae 'gan gynnwys' yn golygu bod rhaid addysgu'r cynnwys penodol ac y gallai gael ei asesu.

Mae defnyddio'r geiriau 'er enghraifft' neu 'fel' yn golygu mai arweiniad yn unig yw'r cynnwys penodol, a gellid dewis enghreifftiau eraill.

Uned 1

Egwyddorion Bwyd a Maeth

Math o asesiad: Arholiad Digidol
40% o'r cymhwyster
80 marc

Trosolwg o'r uned

Pwrpas yr uned hon yw:

- datblygu gwybodaeth a dealltwriaeth o fwyd a maeth ac o baratoi a choginio bwyd.

Bydd yr uned yn seiliedig ar y meysydd cynnwys canlynol:

- 1.1 Grwpiau cynwyddau bwyd
- 1.2 Maetholion ar gyfer deiet cytbwys
- 1.3 Deiet ac iechyd
- 1.4 Coginio bwyd
- 1.5 Dirywiad bwyd
- 1.6 O'r fferm i'r fforc

Meysydd cynnwys**1.1 Grwpiau cynwyddau bwyd**

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

1.1.1 Grwpiau cynwyddau bwyd

Adran	Ymhelaethiad
1.1.1 Grwpiau cynwyddau bwyd	Dylai dysgwyr wybod enghreifftiau o'r grwpiau cynwyddau bwyd, gan gynnwys: • bwydydd carbohydrad, gan gynnwys ffibr, startsh a siwgr, • bwydydd llaeth a dewisiadau eraill • brasterau ac olewau • ffrwythau a llysiau • bwydydd protein, gan gynnwys wyau, pysgod, cig a dewisiadau eraill seiliedig ar blanhigion. Dylai dysgwyr ddeall y canlynol: • gwerth maethol y grwpiau cynwyddau bwyd • swyddogaethau a nodweddion y grwpiau cynwyddau bwyd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: • dewisiadau storio sy'n ymwneud â'r grwpiau cynwyddau bwyd • tarddiad y grwpiau cynwyddau bwyd.

1.2 Maetholion ar gyfer deiet cytbwys

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

1.2.1 Macrofaetholion

1.2.2 Microfaetholion

1.2.3 Deiet cytbwys

Adran	Ymhelaethiad
1.2.1 Macrofaetholion	Dylai dysgwyr wybod rôl macrofaetholion, gan gynnwys: • carbohydradau • braster • protein. Dylai dysgwyr ddeall y canlynol ar gyfer pob macrofaetholyn: • swyddogaethau • ffynonellau • effeithiau diffyg neu ormodedd.
1.2.2 Microfaetholion	Dylai dysgwyr wybod rôl microfaetholion, gan gynnwys: • mwynau: calsiwm, haearn, potasiwm a magnesiwm • fitaminau: fitaminau braster-hydawdd - A, D, E a K. fitaminau dŵr-hydawdd - B1, B2, B3, B12, B9 ac C. Dylai dysgwyr ddeall, ar gyfer pob microfaetholyn: • swyddogaethau • ffynonellau • effeithiau diffyg neu ormodedd.
1.2.3 Deiet cytbwys	Dylai dysgwyr ddeall y canlynol: • Pwysigrwydd ffibr a dŵr mewn deiet cytbwys • gweithredoedd cyflenwol maetholion. Dylai dysgwyr wybod sut i gyfrifo egni a gwerthoedd maethol mewn bwyd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: • Y Canllaw Bwyta'n Dda a'i argymhellion i sicrhau deiet cytbwys • pwysigrwydd pennu gofynion egni ar sail lefelau gweithgarwch corfforol.

1.3 Deiet ac iechyd

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

1.3.1 Sut mae anghenion maeth yn newid dros gamau bywyd

1.3.2 Anghenion deietegol a diffygion maeth

1.3.3 Ffactorau eraill sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd

Adran	Ymhelaethiad
1.3.1 Sut mae anghenion maeth yn newid dros gamau bywyd	Dylai dysgwyr ddeall sut mae anghenion maeth yn newid dros gamau bywyd, gan gynnwys: • babandod • plentyndod • llencyndod • oedolaeth • oedolaeth ddiweddarach. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r cymeriant maetholion dyddiol a argymhellir dros y camau bywyd.
1.3.2 Anghenion deietegol a diffygion maeth	Dylai dysgwyr ddeall anghenion maeth unigolion ag anghenion deietegol penodol neu ddiffygion maeth, fel: • anaemia • clefyd cardiofasgwlar • clefyd coeliac • anoddefedd bwyd ac alergeddau • diabetes math 2. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r tueddiadau presennol sy'n ymwneud â materion deiet yng Nghymru.
1.3.3 Ffactorau eraill sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd	Dylai dysgwyr wybod am y ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd, gan gynnwys: • dylanwadau diwylliannol • argaeledd bwyd • lefelau gweithgarwch corfforol • ffordd o fyw • dewisiadau personol • credoau crefyddol • dylanwadau economaidd-gymdeithasol. Dylai dysgwyr ddeall effaith dewisiadau bwyd ar y canlynol: • lles anifeiliaid • cydbwysedd egni • cynaliadwyedd amgylcheddol • iechyd a llesiant • cymdeithas. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: • y cyfraniadau y mae dylanwadau diwylliannol wedi'u cael ar y bwyd rydym yn ei fwyta yng Nghymru, gan gynnwys cymunedau ac unigolion Du, Asiaidd ac ethnig leiafrifol • tueddiadau sy'n dod i'r amlwg mewn perthynas â dewisiadau ffordd o fyw • dosbarthiad bwyd anghyfartal yn lleol, yn genedlaethol ac yn rhyngwladol.

1.4 Coginio bwyd

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

1.4.1 Pam rydym yn coginio bwyd

1.4.2 Dulliau trosglwyddo gwres

1.4.3 Dulliau coginio

Adran	Ymhelaethiad
1.4.1 Pam rydym yn coginio bwyd	Dylai dysgwyr wybod pam rydym yn coginio bwyd, gan gynnwys: • gwella diogelwch • cynyddu oes silff bwyd • gwella treuliadwyedd a blasusrwydd.
1.4.2 Dulliau trosglwyddo gwres	Dylai dysgwyr ddeall sut mae gwres yn cael ei drosglwyddo wrth goginio bwyd, gan gynnwys: • dargludiad • darfudiad • pelydriad. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol bod rhai seigiau yn dibynnu ar fwy nag un dull o drosglwyddo gwres.
1.4.3 Dulliau coginio	Dylai dysgwyr ddeall effeithiau amrywiaeth o ddulliau coginio, gan gynnwys: • dulliau sych • dulliau braster • dulliau dŵr. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: • dulliau coginio a gyflwynwyd o ddiwylliannau eraill, gan gynnwys diwylliannau a chymunedau Du, Asiaidd ac ethnig leiafrifol • effaith amgylcheddol coginio.

1.5 Dirywiad bwyd

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

1.5.1 Storio a rheoli tymheredd

1.5.2 Hylendid a diogelwch

1.5.3 Cadwoli

1.5.4 Gwenwyn bwyd

Adran	Ymhelaethiad
1.5.1 Storio a rheoli tymheredd	Dylai dysgwyr wybod sut i storio bwyd yn gywir, gan gynnwys: • storio sych ac oer • pecynnu a gorchuddio • oereiddio a rhewi. Dylai dysgwyr ddeall risgiau peidio â storio bwyd yn gywir iddyn nhw eu hunain ac i eraill. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o ganllawiau'r Asiantaeth Safonau Bwyd (ASB) ar storio a choginio bwyd, gan gynnwys: • coginio ac ailgynhesu • rheoli tymheredd • dyddiadau 'defnyddio erbyn' a dyddiadau 'ar ei orau cyn'.
1.5.2 Hylendid a diogelwch	Dylai dysgwyr ddeall egwyddorion microbiolegol wrth baratoi, coginio a gweini bwyd, gan gynnwys: • arferion a gweithdrefnau o ran hylendid personol • arferion a gweithdrefnau o ran diogelwch bwyd • tymereddau allweddol ar gyfer storio, coginio a diogelwch bwyd • halogiad ffisegol, biolegol a chemegol.
1.5.3 Cadwoli	Dylai dysgwyr wybod technegau cadwoli sy'n helpu i gadw bwyd yn hirach, gan gynnwys: • potelu • canio • sychrewi • gwneud jam • piclo • pecynnu dan wactod. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o ddulliau cadwoli diwydiannol a ddefnyddir wrth gynhyrchu bwyd.
1.5.4 Gwenwyn bwyd	Dylai dysgwyr wybod y canlynol: • y mathau o facteria gwenwyn bwyd, gan gynnwys <i>Campylobacter</i>, <i>Salmonella</i>, <i>E-coli</i>, <i>Staphylococcus</i>, <i>Norofirws</i> a <i>Listeria</i> • y symptomau sy'n cael eu cysylltu fel arfer â gwenwyn bwyd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o risgiau a chanlyniadau arferion hylendid bwyd annigonol neu annerbyniol.

1.6 O'r fferm i'r fforc

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

1.6.1 Tarddiad bwyd

1.6.2 Bwyd a'r amgylchedd

1.6.3 Prosesu bwyd cynradd ac eilaidd

Adran	Ymhelaethiad
1.6.1 Tarddiad bwyd	Dylai dysgwyr wybod y dulliau a ddefnyddir i gael y bwyd rydym yn ei fwyta, gan gynnwys bwydydd sy'n cael eu: • dal • tyfu • magu. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: • datblygiadau o ran cynhyrchu bwyd • tueddiadau o ran argaeledd cynnyrch Cymreig.
1.6.2 Bwyd a'r amgylchedd	Dylai dysgwyr wybod y dulliau a ddefnyddir i gludo bwyd ar raddfa leol, genedlaethol a rhyngwladol, gan gynnwys cludiant oereiddiedig, cynwysyddion inswleiddiedig, cynwysyddion llongau a llwythi awyr. Dylai dysgwyr ddeall yr effeithiau amgylcheddol sy'n gysylltiedig â chynhyrchu bwyd, gan gynnwys: • milltiroedd bwyd • ffermio dwys • ffermio llai dwys. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o argaeledd bwydydd tymhorol a materion sy'n ymwneud â diogelwch bwyd. Dylai dysgwyr ddeall manteision ac anfanteision prynu bwyd yn lleol.
1.6.3 Prosesu bwyd cynradd ac eilaidd	Dylai dysgwyr ddeall y canlynol: • camau sylfaenol prosesu a chynhyrchu bwyd, gan gynnwys: • cynaeafu a glanhau • trin • pecynnu • dulliau prosesu i newid cynhyrchion bwyd cynradd yn gynhyrchion bwyd eilaidd, gan gynnwys: • blawd i fara • ffrwyth i jam, jeli a sudd. • llaeth i gaws ac iogwrt. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: • effeithiau prosesu bwydydd ar y pethau hyn: • gwerth maethol • rhinweddau synhwyrdd • oes silff bwyd.

Uned 2

Ymchwiliad Bwyd

Asesiad di-arholiad: 8 awr
Wedi'i marcio gan y ganolfan a'i chymedroli gan CBAC
20% o'r cymhwyster
40 marc

Trosolwg o'r uned

- Pwrpas yr uned hon yw:
- cymhwyso gwybodaeth a dealltwriaeth o nodweddion gweithio, swyddogaethau a phriodweddau cemegol cynhwysion mewn rysáit.

Bydd yr uned yn seiliedig ar y meysydd cynnwys canlynol:

- 2.1 Gwyddor bwyd
- 2.2 Cynllunio arbrofion gwyddor bwyd
- 2.3 Gwyddor bwyd ar waith

Meysydd cynnwys

2.1 Gwyddor bwyd	
Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol: 2.1.1 Nodweddion gweithio cynhwysion mewn rysáit 2.1.2 Priodweddau swyddogaethol cynhwysion mewn rysáit 2.1.3 Priodweddau cemegol cynhwysion mewn rysáit	
Adran	Ymhelaethiad
2.1.1 Nodweddion gweithio cynhwysion mewn rysáit	Dylai dysgwyr ddeall sut mae nodweddion gweithio cynhwysion yn cyfrannu at lwyddiant rysáit. Dylai dysgwyr ddeall nodweddion gweithio cynhwysion mewn rysáit, gan gynnwys: - lliw ac ymddangosiad - emwlseiddio a rhwymo - ewynnu - trosglwyddo gwres a phriodweddau coginio - gweadedd - gludedd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r grwpiau cynwyddau bwyd o fewn cynhwysion mewn rysáit. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: - tueddiadau presennol o ran dulliau coginio - dulliau a thechnegau coginio o gogyddiaeth leol, genedlaethol a rhyngwladol.

2.1.2 Priodweddau swyddogaethol cynhwysion mewn rysáit	Dylai dysgwyr ddeall priodweddau swyddogaethol cynhwysion mewn rysáit, gan gynnwys: • awyru • rhwymo • swmpuso • lliwio • rhoi blas • sgleinio • addasu cynnwys maethol • cadwoli • codyddion • setio • tyneru • tewychu. Dylai dysgwyr ddeall swyddogaeth cynhwysion mewn rysáit, drwy: • ddewis ac addasu ryseitiau • ystyried newidynnau sy'n effeithio ar ganlyniadau • gwneud newidiadau i rysáit.
2.1.3 Priodweddau cemegol cynhwysion mewn rysáit	Dylai dysgwyr ddeall priodweddau cemegol cynhwysion mewn rysáit, drwy: • ddewis ac addasu ryseitiau • ystyried newidynnau sy'n effeithio ar ganlyniadau. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o ryseitiau sy'n dangos nodweddion penodol, gan gynnwys: Carbohydradau: • carameleiddio • decstrineiddio • gelatineiddio • adwaith Maillard. Brasterau ac olewau: • awyru: stêm, gweithred gemegol a mecanyddol • emwlseiddio • plastigrwydd • breuo neu fflawiog. Ffrwythau a llysiau: • brownio ensymig • ocsideiddio. Protein: • gweithredoedd cyflenwol • ceulo • dadnatureiddio: asid, gwres a gweithred fecanyddol • ffurfio ewyn • geliad • ffurfio glwten • Adwaith Maillard • sefydlogi • gludedd.

2.2 Cynllunio arbrawf gwyddor bwyd

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

2.2.1 Cynllunio ymchwiliad bwyd

2.2.2 Rôl newidynnau mewn arbrawf bwyd

2.2.3 Profi rhinweddau synhwyrdd

Adran	Ymhelaethiad
2.2.1 Cynllunio ymchwiliad bwyd	Dylai dysgwyr ddeall camau cynllun ymchwiliad bwyd, gan gynnwys: • cwestiwn ymchwil • datblygu rhagdybiaeth • nodi newidynnau • rheolyddion arbrawf • offer sydd ei angen • casglu canlyniadau • dadansoddi canlyniadau • cyflwyno canlyniadau'r ymchwiliad • dod i gasgliadau • gwerthuso canlyniadau. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o arferion cynaliadwyedd i atal gwastraff bwyd wrth gynnal ymchwiliad bwyd.
2.2.2 Rôl newidynnau mewn arbrawf bwyd	Dylai dysgwyr ddeall rôl newidynnau mewn arbrawf bwyd, gan gynnwys: • dulliau coginio • amserau coginio • cynhwysion • dulliau paratoi • mesurau • tymereddau. Dylai dysgwyr ddeall sut i addasu newidynnau o fewn arbrawf bwyd i brofi rhagdybiaeth. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o weithredoedd cyflenwol cynhwysion mewn rysâit.
2.2.3 Profi rhinweddau synhwyrdd	Dylai dysgwyr ddeall rhinweddau synhwyrdd bwyd, gan gynnwys: • ymddangosiad • aroma • blas • gweadedd • gludedd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o sut i ddefnyddio disgrifyddion synhwyrdd yn briodol. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o sut i brofi rhinweddau synhwyrdd fel: • profion gwahaniaethu • profion hoff ddewis • diagramau seren.

2.3 Gwyddor bwyd ar waith

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

2.3.1 Cynnal ymchwiliad bwyd

2.3.2 Casglu, dadansoddi a chyflwyno canlyniadau

2.3.3 Myfyrio a gwerthuso

Adran	Ymhelaethiad
2.3.1 Cynnal ymchwiliad bwyd	Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o arferion a gweithdrefnau hylendid a diogelwch bwyd wrth gynnal arbrawf bwyd, gan gynnwys: • hylendid personol • arferion gweithio diogel • paratoi, coginio a storio bwyd yn ddiogel. Dylai dysgwyr allu gwneud y canlynol: • dilyn camau eu cynllun arbrawf bwyd • cynnal arbrawf bwyd i brofi rhagdybiaeth yn seiliedig ar gwestiwn ymchwil • addasu newidynnau o fewn arbrawf bwyd i gael canlyniadau gwahanol.
2.3.2 Casglu, dadansoddi a chyflwyno canlyniadau	Dylai dysgwyr ddeall dulliau addas a ddefnyddir i gasglu canlyniadau wrth brofi rhagdybiaeth, fel: • arsylwadau • mesuriadau • profion, gan gynnwys profion rhinweddau synhwyrdd, gan ddefnyddio disgrifyddion synhwyrdd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o bwysigrwydd dilysrwydd a dibynadwyedd wrth gasglu canlyniadau. Dylai dysgwyr allu cyflwyno canlyniadau i'w dadansoddi, gan ddefnyddio dulliau fel: • ffotograffau / darluniau wedi'u hanodi • siartiau bar / siartiau cylch • diagramau seren • tablau. Dylai dysgwyr ddeall sut i ddadansoddi canlyniadau eu harbrawf bwyd.
2.3.3 Myfyrio a gwerthuso	Dylai dysgwyr allu myfyrio ar eu harbrawf bwyd, gan gynnwys: • dod i gasgliadau • gwerthuso canlyniadau.

Uned 3

Bwyd a Maeth ar Waith

Asesiad di-arholiad: 12 awr
 Wedi'i marcio gan y ganolfan a'i chymedroli gan CBAC
 40% o'r cymhwyster
 80 marc

Trosolwg o'r uned

Pwrpas yr uned hon yw:

- cynllunio, paratoi, coginio a chyflwyno bwyd, gan ddefnyddio sgiliau a thechnegau priodol.

Bydd yr uned yn seiliedig ar y meysydd cynnwys canlynol:

- 3.1 Ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd
- 3.2 Technegau cynllunio, paratoi a choginio bwyd
- 3.3 Coginio ar gyfer cynulleidfa a phwrpas

Meysydd cynnwys

3.1 Ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd	
Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:	
3.1.1 Y ffactorau sy'n dylanwadu ar ddewisiadau bwyd a chynhwysion 3.1.2 Gwneud dewisiadau am fwyd a chynhwysion	
Adran	Ymhelaethiad
3.1.1 Y ffactorau sy'n dylanwadu ar ddewisiadau bwyd a chynhwysion	Dylai dysgwyr ddeall y ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd a chynhwysion, wrth gynllunio a pharatoi prydau bwyd a bwydlenni, gan gynnwys: - dylanwadau diwylliannol - argaeledd bwyd a thymoroldeb - lefelau gweithgarwch corfforol - ffordd o fyw - anghenion maethol dros gamau bywyd - dewisiadau personol - credoau crefyddol - rhinweddau synhwyraidd - oes silff bwyd - dylanwadau economaidd-gymdeithasol - anghenion deietegol penodol neu ddiffygion maeth - tueddiadau sy'n dod i'r amlwg sy'n gysylltiedig â ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd a chynhwysion - manteision defnyddio bwyd Cymreig o ffynonellau lleol.
3.1.2 Gwneud dewisiadau am fwyd a chynhwysion	Dylai dysgwyr allu ystyried y ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd a chynhwysion er mwyn: - gwneud penderfyniadau gwybodus drostynt eu hunain ac eraill am fwyd a diod - cyfiawnhau'r dewisiadau ar gyfer eu hunain ac eraill am fwyd a diod - cynllunio a pharatoi canlyniadau bwyd.

3.2 Technegau cynllunio, paratoi a choginio bwyd

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

3.2.1 Cynllunio coginio

3.2.2 Technegau ar gyfer paratoi, torri a choginio canlyniadau bwyd

3.2.3 Arferion a gweithdrefnau hylendid

Adran	Ymhelaethiad
3.2.1 Cynllunio coginio	Dylai dysgwyr ddeall camau cynllun cynhyrchu bwyd, gan gynnwys: - dewis rysâit (gan gynnwys addasu rysâit) - cynhwysion a mesurau - amserlen (gan gynnwys cynlluniau wrth gefn) - hylendid a diogelwch bwyd - dilyniannu - cyflwyno - gweini - gwerthuso. Dylai dysgwyr allu llunio trefn gwaith wedi'i hamseru er mwyn coginio: - un canlyniad bwyd - nifer o ganlyniadau bwyd.
3.2.2 Technegau ar gyfer paratoi, torri a choginio canlyniadau bwyd	Dylai dysgwyr ddeall y canlynol: - pwrpas pob un o'r technegau a ddefnyddir i baratoi, torri a choginio canlyniadau bwyd, fel y rhestrir yn Atodiad A - effaith ddymunol pob techneg ar y canlyniad bwyd. Dylai dysgwyr allu cyflwyno bwyd mewn modd addas, gan adlewyrchu'r gynulleidfa a'r pwrpas. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: - cynhwysion Cymreig o ffynonellau lleol - bwydydd, cynhwysion a dulliau coginio sy'n adlewyrchu'r cyfraniadau diwylliannol amrywiol, gan gynnwys cyfraniadau gan gymunedau ac unigolion Du, Asiaidd ac ethnig leiafrifol, at y bwyd rydym yn ei fwyta yng Nghymru.
3.2.3 Arferion a gweithdrefnau o ran hylendid	Dylai dysgwyr ddeall arferion a gweithdrefnau hylendid a diogelwch bwyd wrth baratoi, coginio, cyflwyno a storio bwyd. Dylai dysgwyr allu paratoi, coginio a chyflwyno canlyniadau bwyd, gan ddefnyddio: - hylendid personol cywir - arferion gweithio diogel - arferion a gweithdrefnau cywir o ran diogelwch bwyd - dulliau cywir o ran storio a rheoli tymheredd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o ganllawiau ar: - coginio ac ailwresogi bwyd - rheoli tymheredd bwyd - dyddiadau 'defnyddio erbyn' a dyddiadau 'ar ei orau cyn'.

3.3 Coginio ar gyfer cynulleidfa a phwrpas

Yn y testun hwn, bydd dysgwyr yn meithrin gwybodaeth, dealltwriaeth a sgiliau yn y meysydd canlynol:

- 3.3.1 Dewis ac addasu ryseitiai i gynhyrchu canlyniadau bwyd
- 3.3.2 Dewis a defnyddio technegau paratoi, torri a choginio addas
- 3.3.3 Archwilio gwerthoedd maethol canlyniadau bwyd
- 3.3.4 Gwerthuso llwyddiant canlyniadau bwyd

Adran	Ymhelaethiad
3.3.1 Dewis ac addasu ryseitiai i gynhyrchu canlyniadau bwyd	Dylai dysgwyr allu datblygu cynllun cynhyrchu bwyd yn seiliedig ar friff. Dylai dysgwyr allu ystyried y canlynol wrth ddewis rysâit: • addasrwydd y rysâit • addasrwydd ar gyfer y gynulleidfa ac at y pwrpas • ffactorau sy'n effeithio ar ddewisiadau bwyd. Dylai dysgwyr allu dewis a/neu addasu rysâit ar gyfer: • un canlyniad bwyd • nifer o ganlyniadau bwyd.
3.3.2 Dewis a defnyddio technegau paratoi, coginio a gweini addas	Dylai dysgwyr allu arddangos: • amrywiaeth o dechnegau addas, fel y rhestrir yn Atodiad A: • i baratoi canlyniadau bwyd • i goginio canlyniadau bwyd • i weini a chyflwyno canlyniadau bwyd • enghreifftiau o dechnegau paratoi, cyllell a choginio addas ar bob lefel cymhlethdod (wedi'u categorïddio fel rhai sylfaenol, canolig a chymhleth, fel y'u rhestrir yn Atodiad A) fel sy'n addas ar gyfer y canlyniad bwyd a gynhyrchir • sut i gyflwyno a gweini eitemau bwyd; steilio bwyd, garneisio, rheoli cyfrannau. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o ddatblygiadau o ran thechnegau paratoi a coginio.
3.3.3 Archwilio gwerthoedd maethol canlyniadau bwyd	Dylai dysgwyr allu gwneud y canlynol: • archwilio gwerth maethol bwyd • awgrymu newidiadau i gynhwysion a mesurau i fodloni anghenion y gynulleidfa mewn perthynas â gwerth maethol canlyniad bwyd. Dylai dysgwyr fod yn ymwybodol o'r canlynol: • sut i gyfrifo'r gwerth maethol mewn canlyniad bwyd • dulliau ar gyfer addasu gwerth maethol canlyniadau bwyd • sut i gyflwyno a gweini eitemau bwyd; steilio bwyd, garneisio, a rheoli cyfrannau.

3.3.4**Gwerthuso llwyddiant
canlyniadau bwyd**

Dylai dysgwyr allu gwerthuso llwyddiant canlyniadau bwyd gan ddefnyddio'r ffactorau canlynol:

- dewis ryseitiau
- defnyddio cynhwysion a mesurau
- technegau paratoi a choginio a ddefnyddir
- rheoli amser
- iechyd, diogelwch a hylendid
- buddion maethol
- llwyddiant addasiadau
- cyflwyno a gweini
- blasu (gan ddefnyddio disgrifyddion synhwyrdd)
- addasrwydd ar gyfer y gynulleidfa ac at y pwrpas.

Cyfleoedd i integreiddio profiadau dysgu

Mae TGAU Bwyd a Maeth yn creu cyfleoedd i ddatblygu'r profiadau dysgu canlynol (ni chaiff y profiadau eu hasesu'n uniongyrchol):

- cymryd rhan mewn amrywiaeth o diwtorialau a phrofiadau coginio, fel arddangosiadau ymarferol gan athrawon neu chefs proffesiynol, naill ai wyneb yn wyneb neu ar-lein
- ennill profiad o dderbyn ac ymateb i adborth
- cydweithio wrth gynllunio a pharatoi prydau a bwydlenni
- archwilio'r cyfleoedd gyrfa amrywiol o fewn y sectorau cysylltiedig
- gwneud defnydd priodol o dechnoleg ddigidol.

Bydd gwybodaeth bellach i'w chael yn y Canllawiau Addysgu o ran y cyfleoedd y mae'r cymhwyster yn eu cynnig i athrawon/canolfannau integreiddio'r profiadau dysgu hyn wrth gyflwyno'r cymhwyster.

Gweler Atodiad B am gyfleoedd i ddatblygu themâu trawsbynciol, sgiliau trawsgwricwlaidd a sgiliau cyfannol.

3 ASESU

Bydd y Pecyn Asesu yn cynnwys yr holl wybodaeth fanwl sy'n ymwneud ag asesu.

3.1 Amcanion asesu a phwysoli

Mae amcanion asesu'r fanyleb hon wedi'u nodi isod. Rhaid i ddysgwyr:

AA1

Arddangos gwybodaeth a dealltwriaeth o'r canlynol:

- bwyd a maeth
- paratoi, coginio a chyflwyno bwyd.

AA2

Cymhwyso gwybodaeth a dealltwriaeth o'r canlynol:

- bwyd a maeth
- paratoi, coginio a chyflwyno bwyd.

AA3

Dadansoddi a gwerthuso gwahanol agweddau ar y canlynol:

- bwyd a maeth
- paratoi, coginio a chyflwyno bwyd (gan gynnwys bwyd a seigiau a wneir ganddyn nhw eu hunain a gan eraill).

AA4

Cynllunio, paratoi, coginio a chyflwyno seigiau, gan ddefnyddio sgiliau a thechnegau priodol.

Mae'r tabl isod yn dangos pwysoli pob amcan asesu ar gyfer pob uned ac ar gyfer y cymhwyster cyfan.

	AA1	AA2	AA3	AA4	Cyfanswm
Uned 1	15%	15%	10%	-	40%
Uned 2	-	15%	5%	-	20%
Uned 3	-	-	5%	35%	40%
Pwysoliad cyffredinol	15%	30%	20%	35%	100%

3.2 Trosolwg o'r trefniadau ar gyfer asesu di-arholiad

Uned 2

Ar gyfer yr asesiad hwn, mae'n ofynnol i ddysgwyr gwblhau ymchwiliad bwyd lle maent yn cymhwyso gwybodaeth a dealltwriaeth o nodweddion gweithio, swyddogaethau a phriodweddau cemegol cynhwysion mewn rysâit.

Rhoddir briff wedi'i ryddhau ymlaen llaw i ddysgwyr a fydd ar gael i ganolfannau ym mis Mai y flwyddyn astudio gyntaf (Blwyddyn 10). Mae canolfannau yn dewis un o ddau friff yr hoffent i ddysgwyr ei astudio.

Ar gyfer Tasg 1, yn seiliedig ar y briff a ddewiswyd, mae'r dysgwyr neu'r athrawon yn coginio canlyniad eitem bwyd a reolir, gan ddefnyddio rysâit, er mwyn datblygu llinell sylfaen. Gwneir ymchwil i nodweddion gweithio, swyddogaethau a phriodweddau cemegol cynhwysion yn y rysâit a datblygir rhagdybiaeth. Mae'r tasgau sy'n weddill yn canolbwyntio ar brofi neu wrthbrofi'r rhagdybiaeth.

Mae'r asesiad di-arholiad hwn yn cyfrannu at 20% o radd gyffredinol y cymhwyster a bydd yn cymryd 8 awr i'w gwblhau. Gellid cwblhau'r aseiniad mewn sawl sesiwn oherwydd hyd yr asesiad di-arholiad. Bydd yr aseiniad yn cael ei farcio allan o gyfanswm o 40 marc.

Bydd yr uned hon yn cael ei hasesu drwy aseiniad wedi'i osod yn allanol a bydd yn cael ei marcio gan y ganolfan a'i chymedroli gan CBAC.

Uned 3

Ar gyfer yr asesiad hwn, mae'n ofynnol i ddysgwyr gynllunio, paratoi a choginio canlyniad bwyd.

Rhoddir briff wedi'i ryddhau ymlaen llaw i ddysgwyr a fydd ar gael i ganolfannau ym mis Mai y flwyddyn astudio gyntaf (Blwyddyn 10). Mae dysgwyr yn dewis un o ddau friff yr hoffent ei gwblhau ar gyfer yr asesiad di-arholiad.

Ar gyfer Tasg 1, mae dysgwyr yn ymchwilio i'r dasg a ddewiswyd ac maent yn dewis rysâit yn seiliedig ar y briff. Mae gweddill yr asesiad yn seiliedig ar gynllunio, paratoi a choginio'r canlyniad bwyd i fodloni'r briff.

Mae'r asesiad hwn yn cyfrannu at 40% o radd gyffredinol y cymhwyster a bydd yn cymryd 12 awr i'w gwblhau. Gellid cwblhau'r aseiniad mewn sawl sesiwn oherwydd hyd yr asesiad di-arholiad. Bydd yr aseiniad yn cael ei farcio allan o gyfanswm o 80 marc.

Bydd yr uned hon yn cael ei hasesu drwy aseiniad wedi'i osod yn allanol a bydd yn cael ei marcio gan y ganolfan a'i chymedroli gan CBAC.

4 CAMYMDDWYN

Cyn dechrau'r cwrs, cyfrifoldeb athrawon yw rhoi gwybod i ymgeiswyr am reoliadau CBAC ynglŷn â chamymddwyn. Rhaid i ymgeiswyr beidio ag ymddwyn yn annheg mewn unrhyw ffordd wrth baratoi gwaith ar gyfer TGAU Bwyd a Maeth.

Mae ein [Canllaw i atal, adrodd am ac ymchwilio i gamymddwyn](#) yn cynnwys gwybodaeth ynghylch camymddwyn.

Rhaid rhoi gwybod i CBAC ar unwaith am unrhyw achos o gamymddwyn posibl neu gamymddwyn gwirioneddol (camymddwyn@cbac.co.uk). Os bydd ymgeiswyr yn camymddwyn, mae'n bosibl y byddant yn cael eu cosbi neu eu diarddel o'r arholiadau.

Ym mhob achos o gamymddwyn, cynghorir canolfannau i ddilyn cyngor llyfryn y CGC [Amau Camymddwyn: Polisiau a Gweithdrefnau](#).

5 GWYBODAETH DECHNEGOL

5.1 Cofrestru

Cymhwyster llinol yw hwn y mae'n rhaid sefyll yr holl asesiadau ar ei gyfer ar ddiwedd y cwrs. Gellir cwblhau unedau asesiad di-arholiad yn gynharach yn y cwrs ond rhaid eu cyflwyno ar ddiwedd y cwrs.

Bydd cyfleoedd asesu ar gael yn ystod cyfres yr haf dros gyfnod oes y fanyleb hon. Bydd y cyfle asesu cyntaf yn haf 2027.

Gall ymgeiswyr sefyll cymhwyster fwy nag unwaith. Rhaid i ymgeiswyr ailsefyll pob uned arholiad yn yr un gyfres.

Gellir trosglwyddo marciau asesiadau di-arholiad dros gyfnod oes y fanyleb. Os bydd ymgeisydd yn ailsefyll uned Asesiad Di-arholiad (yn hytrach na throsglwyddo'r marc Asesiad Di-arholiad blaenorol), y marc newydd fydd yn cyfrif tuag at y radd gyffredinol, hyd yn oed os yw'r marc hwn yn is na'r cynnig blaenorol (oni bai bod y marc hwn yn absennol).

Nodir y cod cofrestru isod.

	Cod cofrestru	
	Cyfrwng Saesneg	Cyfrwng Cymraeg
CBAC TGAU Bwyd a Maeth	3580QS	3580CS

Mae rhifyn cyfredol ein dogfen Dulliau Cofrestru a Gwybodaeth am y Codau yn rhoi'r dulliau cofrestru diweddaraf.

5.2 Graddio, dyfarnu ac adrodd yn ôl

Mae cymwysterau TGAU yn cael eu hadrodd ar raddfa wyth pwynt o A*-G, ac A* yw'r radd uchaf. Bydd y canlyniadau sy'n methu â chyrraedd y safon isaf ar gyfer y dyfarniad yn cael eu dangos fel U (annosbarthedig).

Atodiad A – Technegau paratoi, cylllell a choginio

Lefelau cymhlethdod

*** Cymhleth

** Canolig

* Sylfaenol

Mae cydrannau parod/wedi'u paratoi a ddefnyddir wrth baratoi a choginio canlyniadau bwyd i gyd yn cael eu hystyried yn elfennau sylfaenol.

Technegau paratoi:	Technegau cylllell:	Technegau coginio:
• blendio* • curo* • hufennu** • crimpio*** • dadhydradu** • plygu** • gratio* • hydradu* • troi yn sudd* • tylino** • laminadu (crwst)*** • marinadu* • stwnsio* • mesur** • toddi* • toddi gan ddefnyddio bain-marie*** • cymysgu** • peipio*** • prwfio* • creu purée**	• bâton** • brunoise*** • chiffonade** • torri* • tynnu'r esgyrn*** • tynnu'r hadau** • deisio** • torri'n ffiledi*** • julienne*** • briwio*** • pilio* • segmentu*** • sleisio** • cywholli** • trimio*	• brasteru* • pobi** • pobi'n wag*** • blansio** • berwi* • brwysio** • carameleiddio*** • oereiddio* • oeri* • ffrio dwfn*** • dadsgleinio** • dadhydradu* • emwlsio*** • ewynnu *** • rhewi* • ffrio** • gridyllu** • grilio* • piclo** • potsio***

● rholio ** ● rhwbio i mewn** ● siapio*** ● mân-dorri* ● gogru* ● tynnu croen** ● tyneru* ● tostio (cnau/hadau) ** ● pwyso** ● chwisgio (awyru)*** ● gratio croen sitrws*		● lleihau** ● rhostio** ● sauté** ● setio** ● sgimio* ● stemio** ● tro ffrio** ● tymheru*** ● tostio* ● baddon-dŵr (sous-vide)**
---	--	---

Atodiad B – Cyfleoedd i ymgorffori elfennau o'r Cwricwlwm i Gymru

Llinynnau Cwricwlwm i Gymru	Uned 1	Uned 2	Uned 3
Themâu Trawsbynciol			
Cyd-destunau Lleol, Cenedlaethol a Rhyngwladol	✓	✓	✓
Cynaliadwyedd	✓	✓	✓
Addysg Cydberthynas a Rhywioldeb	✓		✓
Hawliau Dynol	✓	✓	✓
Amrywiaeth	✓		✓
Gyrfaeodd a Phrofiadau Cysylltiedig â Byd Gwaith	✓	✓	✓
Sgiliau Trawsbynciol - Llythrennedd			
Gwranddo	✓	✓	✓
Darllen	✓	✓	✓
Siarad	✓	✓	✓
Ysgrifennu	✓	✓	✓

Llinynnau Cwricwlwm i Gymru	Uned 1	Uned 2	Uned 3
Sgiliau Trawsbynciol - Rhifedd			
Datblygu Hyfedredd Mathemategol	✓	✓	✓
Mae deall y system rifau yn ein helpu ni i gynrychioli a chymharu'r perthnasoedd rhwng rhifau a meintiau	✓	✓	✓
Mae dysgu am geometreg yn ein helpu ni i ddeall siâp, gofod a safle, ac mae dysgu am fesuriad yn ein helpu i feintioli yn y byd go iawn	✓	✓	✓
Mae dysgu bod ystadegau yn cynrychioli data a bod tebygolrwydd yn modelu siawns yn ein helpu ni i wneud casgliadau a phenderfyniadau gwybodus		✓	

Llinynnau Cwricwlwm i Gymru	Uned 1	Uned 2	Uned 3
Cymhwysedd Digidol			
Dinasyddiaeth	✓		
Rhyngweithio a Chydweithio		✓	✓
Cynhyrchu		✓	✓
Data a Meddwl Cyfrifiannol		✓	✓
Sgiliau Cyfannol			
Creadigrwydd ac Arloesi		✓	✓
Meddwl yn Feirniadol a Datrys Problemau	✓	✓	
Cynllunio a Threfnu		✓	✓
Effeithiolrwydd Personol	✓	✓	✓