

TGAU
GCSE



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

Made for Wales.
Ready for the world.



TGAU
GCSE



UNED 3 UWCHSGILIO RYSEITIAU

SUT I GYNNWYS CYNIFER O DECHNEG AU Â PHOSIBL



Tasg 3	Tystiolaeth	Rheolaethau
<p>3 Paratoi, coginio a chyflwyno tri chanlyniad bwyd a chyfwydydd, fel y bo'n briodol, o fewn un sesiwn 3 awr.</p> <p>Rhaid dilyn trefn gwaith yn ystod y sesiwn hon.</p> <p>Mae tystiolaeth ffotograffig o'r canlyniadau bwyd a'r cyfwydydd gorffenedig, fel y bo'n briodol, yn hanfodol.</p> <p><i>Disgwylir y byddwch yn defnyddio'r offer cywir yn ddiogel ac yn fedrus wrth gyflawni amrywiaeth o dechnegau.</i></p> <p><i>Bydd disgwyl i chi ddangos arferion a gweithdrefnau diogelwch hylendid bwyd hanfodol wrth baratoi, coginio, cyflwyno a storio bwyd ar gyfer yr asesiad hwn.</i></p> <p>Mewn perthynas â'r briff a ddewiswyd: paratoi, coginio a chyflwyno, tri chanlyniad bwyd a chyfwydydd fel y bo'n briodol. Yn ystod y sesiwn ymarferol, cynhyrchu'r canlyniadau bwyd a'r cyfwydydd, fel y bo'n briodol, rhaid i chi ddangos y canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • y gallu i ddilyn eich trefn gwaith a defnyddio cynlluniau wrth gefn yn ôl yr angen. • dewis a defnydd cymwys diogel o amrywiaeth o offer cegin cywir • technegau paratoi addas • technegau cylllell addas • technegau coginio addas • cynhyrchu'r tri chanlyniad bwyd a chyfwydydd, fel y bo'n briodol • tystiolaeth o flasau a sesnin 	<p>Tystiolaeth ffotograffig o'r canlyniadau terfynol Tystiolaeth o unrhyw flasau (dewisol) i gefnogi gwerthuso yn Nhasg 4.</p>	<p>Goruchwyliath: Anuniongyrchol</p> <p>Arweiniad: Heb ei ganiatáu</p> <p>Adnoddau: Heb ei ganiatáu</p> <p>Cydweithio: Heb ei ganiatáu.</p> <p>O fewn y sesiwn tair awr – rhaid cadw at amodau dan reolaeth.</p> <p>Fodd bynnag, oherwydd natur ymarferol yr asesiad hwn, caniateir i ddysgwyr wneud y canlynol:</p> <p>Gofyn i'ch gilydd basio offer ac ati.</p> <p>Rhoi adborth i'ch gilydd ar ganlyniadau bwyd a chyfwydydd terfynol, fel y bo'n briodol, er mwyn</p>
<ul style="list-style-type: none"> • cyflwyno tri chanlyniad bwyd a chyfwydydd terfynol, fel y bo'n briodol, gan gynnwys garneisio, steilio bwyd a rheoli cyfrannau. 		<p>helpu dysgwyr i wneud sylwadau gwybodus ar gyfer Tasg 4. Fodd bynnag, ni chaniateir newidiadau i ganlyniad bwyd a chyfwydydd, fel y bo'n briodol, yn seiliedig ar adborth.</p> <p>Rhaid i'r holl ganlyniadau ymarferol fod yn waith yr ymgeisydd ei hun.</p> <p>Caniateir i athrawon gynorthwyo lle nodir problem iechyd a diogelwch. Rhaid cofnodi manylion cymorth a roddwyd ar gyfer materion iechyd a diogelwch ar Ffurflen Arsylwi (Atodiad E).</p>
	[45 marc]	
<p>Rhaid i chi dreulio tua 3 awr yn cwblhau'r tasgau hyn.</p>		

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:
<ul style="list-style-type: none"> • blendio* • curo* • hufenu** • crimpio*** • dadhydradu** • plygu** • gratio* • hydradu* • troi yn sudd* • tylino** • lamineiddio (crwst)*** • marinadu* • stwnsio* • mesur** • toddi* • toddi gan ddefnyddio bain-marie*** • cymysgu** • peipio*** • prwfio* • creu purée** 	<ul style="list-style-type: none"> • bâton** • brunoise*** • chiffonade** • torri* • tynnu'r esgyrn*** • tynnu'r hadau** • deisio** • torri'n ffledi*** • julienne*** • briwio*** • pilio* • segmentu*** • sleisio** • cywholli** • trimio* 	<ul style="list-style-type: none"> • brasteru* • pobi** • pobi'n wag*** • blansio** • berwi* • brwysio** • carameleiddio*** • oereiddio* • oeri* • ffrio dwfn*** • dadsgleinio** • dadhydradu* • emwlsio*** • ewynnu *** • rhewi* • ffrio** • gridyllu** • grilio* • piclo** • potsio***
<ul style="list-style-type: none"> • rhoio ** • rhwbio i mewn** • siapio*** • mân-dorri* • gogru* • tynnu croen** • tyneru* • tostio (cnau/hadau) ** • pwyso** • chwsgio (awyru)*** • gratio croen sitrws* 		<ul style="list-style-type: none"> • lleihau** • rhostio** • sauté** • setio** • sgimio* • stemio** • tro ffrio** • tymheru*** • tostio* • baddon-dŵr (sous-vide)**

Technegau –
tudalen 31 y
Fanyleb

Mae angen
defnyddio
hwn ar y cyd
â'r cynllun
marcio o'r
Deunyddiau
Asesu
Enghreifftiol

Mae'r cynllun marcio yn y Deunyddiau Asesu Enghreifftiol yn glir iawn y gellir dyfarnu marciau yn y band uchaf dim ond pan mae tystiolaeth o dechnegau cymhleth ar draws y tri chanlyniad yn ogystal â rhai technegau canolig a sylfaenol.

(ch) technegau coginio addas (gweler Atodiad A) [9 marc]	
Band 3	<p style="text-align: center;">Rhowch 7–9 marc</p> <p>Dangos defnydd o un dechneg goginio gymhleth o leiaf ac o leiaf un dechneg goginio arall (naill ai'n sylfaenol, canolig neu gymhleth) ar gyfer y tri chanlyniad bwyd.</p> <ul style="list-style-type: none"> • defnydd cywir o amseru (gan gynnwys cynlluniau wrth gefn) • cywirdeb o ran hylendid a diogelwch bwyd • defnydd cywir o ddilyniannu.
Band 2	<p style="text-align: center;">Rhowch 4–6 marc</p> <p>Dangos defnydd o un dechneg goginio gymhleth o leiaf ac o leiaf un dechneg goginio arall (naill ai'n sylfaenol, canolig neu gymhleth) ar gyfer dau ganlyniad bwyd.</p> <ul style="list-style-type: none"> • defnydd cywir ar y cyfan o amseru (gan gynnwys cynlluniau wrth gefn) • hylendid a diogelwch bwyd yn gywir ar y cyfan • defnydd cywir ar y cyfan o ddilyniannu.

Mae hyn ar gyfer y technegau coginio. Fel welwch fod y Cynllun marcio yn nodi'r angen am dechneg goginio gymhleth ym mhob un o'r tair saig yn ogystal ag o leiaf un arall.

T.G.A.U. Bwyd a Maeth Adolygiad Ymarferol

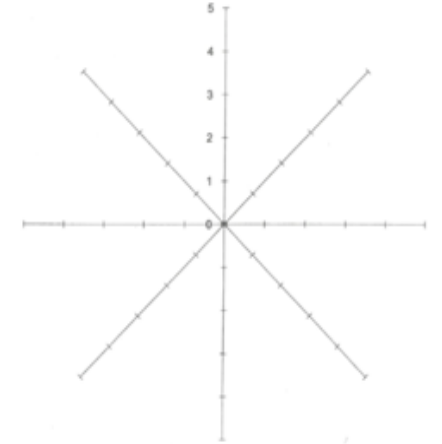
Adolygiad perfformiad personol
Beth wnaethoch chi ei greu?
Esboniwch eich perfformiad (Amser/trefnu/creu)
Cryfderau
Gwendidau
Gwelliannau posibl

Gallwch greu siart adolygu ymarferol syml, gan gyfuno gwerthusiad ac adolygiad o berfformiad personol. Byddai eich dysgwyr yn dod yn gyfarwydd iawn â lefel pob techneg

Ar gyfer pa grŵp cleient byddai'r saig hon yn addas?

Pa faetholion sydd yn y saig hon?

Graddio eich seigiau



Technegau Paratoi (Cylchu neu uwcholeuo)

- * blendio, curo, gratio, hydradu, troi'n sudd, marinadu, stwnsio, toddi, prwffio, carpio, gogru, tyneru, gratio croen sitrws.
- ** hufennu, dadhydradu, plygu, tylino, mesur, cymysgu, creu purée, rholio, rhwbio i mewn, tynnu croen, tostio (cnau/hadau), pwyso.
- *** crimpio, laminiadu, toddi gan ddefnyddio bain-marie, peipio, siapio, chwisgio (awyru)

Technegau Cyllell (Cylchu neu uwcholeuo)

- * torri, pilio, trimio
- ** baton, chiffonade, tynnu hadau, deisio, sleisio, cywholtti
- *** brunoise, tynnu esgyrn, ffiledu, julienne, briwio, segmentu

Technegau coginio (Cylchu neu uwcholeuo)

- * brasteru, berwi, oereiddio, oeri, dadhydradu, rhewi, grilio, sgimio, tostio
- ** pobi, blansio, brwysio, ffrio, gridyllu, piclo, lleihau, rhostio, sautéio, setio, stemio, tro ffrio, baddon dŵr (sous-vide)
- *** pobi'n wag, carameleiddio, ffrio dwfn, emwlsio, ewynnu, potsio, tymheru

TAFLENNI MARCIO – gwefan CBAC

Mae'r rhain yn cael eu datblygu ar hyn o bryd a byddant ar gael ar y wefan gyhoeddus. Bydd y fformat yn debyg i'r rhai ar gyfer yr hen fanyleb bresennol

Uwchsgiliau ryseitiau – seigiau pasta



Saws tomato
ffresh:
Sleisio **
Plicio *
Deisio **
Sautéio **

Gwneud bara:
Mesur **
Pwyso **
Tyfino **
Cymysgu **
Prwffio *
Siapio ***

Pasta ffres:
Pwyso **
Mesur **
Laminadu (pasta) ***
Berwi *

Siapio rafioli***

Emwlsio dresin***

- Ceisiwch wneud y pasta - defnyddiwch brosesydd bwyd a pheiriant pasta ar gyfer rholio
- Mae angen siapio pasta fel Ravioli a pharatoi llenwad
- Sgiliau gwneud saws/blendio/defnyddio cyllell
- Gwneud bara
- Garnais salad
- Gwneud y dresin

Mae llawer o ymgeiswyr yn dewis saig pasta. Pasta sych neu wedi'i wneud yn barod - Byth! Mae gwneud eich pasta eich hun mor hawdd. Gellir ei wneud mewn eiliadau mewn prosesydd bwyd ac yna defnyddio peiriant rholio pasta. Mae jariau o saws yn gyfleus - ydyn. Ond does dim technegau. Ceisiwch ychwanegu bara i'r fwydlen, yn enwedig toes wedi'i gyfoethogi, wedi'i siapio. Meddyliwch am gyfwydydd a garneisiau. "Beth fyddwn i'n ei gael ar fy mhlât pe bawn i'n dewis hwn mewn bwyty?" Mae'n ymwneud â chynyddu nifer y technegau a ddefnyddir ar gyfer pob saig gyflawn. Technegau hynod o gymhleth. Mae briwio cig ar gyfer saig pasta yn dechneg cyllell gymhleth.

Uwchsgilio ryseitiau– defnyddio cyw iâr

Cyw iâr yw'r cig o ddewis i lawer o ymgeiswyr. Ni fydd gan bob ymgeisydd y gallu i ffiledu brest cyw iâr o gyw iâr gyfan. Mae adran sgiliau ardderchog ar wefan CBAC gyda fideos i helpu.

***Mae tynnu esgyrn cyw iâr yn dechneg cylllell gymhleth

Ar gyfer ymgeiswyr yn y band uchaf, dylid ystyried ffiledu cyw iâr/rhannu cyw iâr yn gyfrannau

[Gwefan Adnoddau Addysgol CBAC](#)

Adnoddau



Fideos sgiliau

Bwyd a Maeth
CA4 >

Clipiau ffilm i gefnogi datblygiad sgiliau wrth baratoi at Asesiad 2: Asesiad Paratoi Bwyd.

Sgiliau Bwyd

Gwybodaeth

Cyhoeddwyd: Dydd Gwener, 10 Mehefin 2016
Awdur: - Ruth McIntyre - Stephanie Culham

Adnoddau perthnasol



Cardiau Darllen
Cymraeg All Iaith



Sgiliau a Thechnegau Ymchwilio ac Ymchwil
Daearyddiaeth



Dylunio a Thechnoleg: Dylunio Cynnyrch
Dylunio a Thechnoleg

Ffeiliau

Sgiliau cylllell

Ffiledu pysgodyn

Sleisio cig amnwd

Torri cyw iâr yn ddarnau (yn cynnwys ffiledu)

Toriad pont

Gafael grafanc

Crafu

Deisio



Cyri Cyw Iâr Katsu



Korma Cyw Iâr



Cebab Cyw Iâr

Ceisiwch gynnwys bara bob amser

Mae gan yr ymgeiswyr 3 awr i gwblhau'r dasg, mwy na digon o amser i wneud saig bara fel cyfwyd. Mae hyn yn ychwanegu nifer o dechnegau i'r daflen farciau.

Mesur **
Pwyso **
Tylino **
Cymysgu **
Prwffio *
Siapio ***

Mae tair awr yn fwy na digon o amser i wneud bara, ei brofi, a'i siapio a'i bobi. Torrwch i lawr ryseitiau sy'n defnyddio 400g o flawd, paratowch hanner y rysait. Bydd hyn yn cael ei gydbblethu i'w cynllun amser, yn ychwanegu sgiliau a thechnegau, ac mae'n cyfyd ar gyfer cymaint o seigiau. Mae byrgyr syml yn cael ei uwchsgilio yn syth pan fyddwch yn creu bynsen brioche! Ydych chi erioed wedi gweld saig Eidalaidd heb fara garlleg gawslyd? Bwyd Indiaidd - gwnewch fara fflat, a phryd ydych chi'n gweld cawl heb fara?



Byns cartref ar gyfer byrgyr



Bara garlleg cawslyd ar gyfer saig Eidalaidd

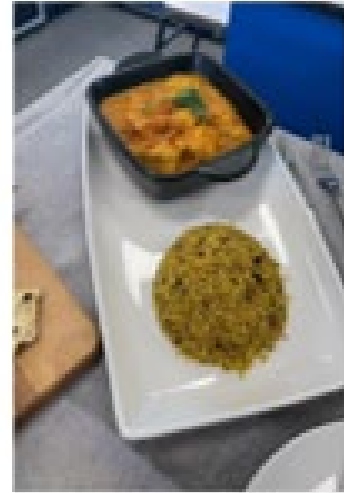
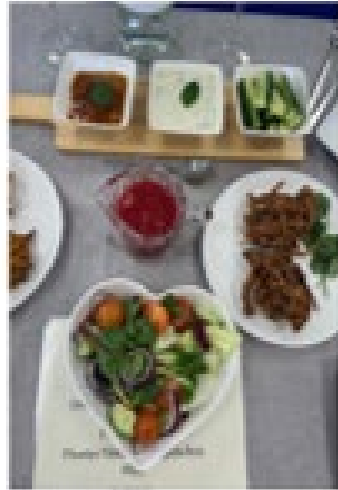
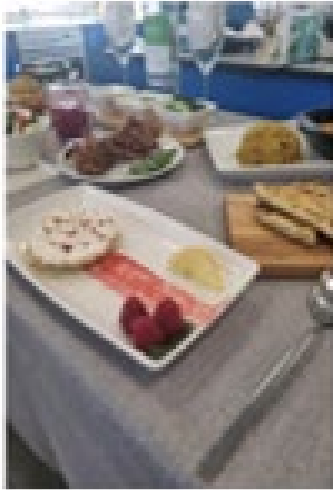


Gwneud bara fflat



Mae bob amser angen rholyn bara ar gawl

Meddyliwch am garneisiau a chyfwydydd...



Nid yw cyri a
reis yn ddigon.
Samosas a bara
fflat wedi'u
hychwanegu,
gyda 3 siytni

- Coulis
- Ffrwythau neu lysiau
- Perlysiâu
- Gwaith siocled
- Gwaith siwgr

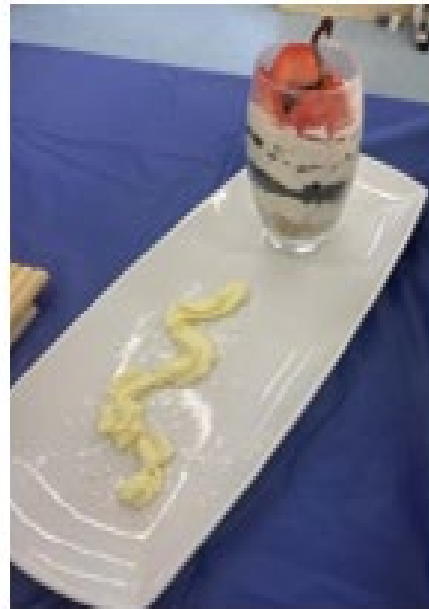
Mae'r cyflwyniad yn 6
marc



Mae'r cyflwyniad yn 6 marc. Yr unig beth y bydd eich cymedrolwr yn ei weld yw'r lluniau rydych chi'n eu hanfon ynghyd â'r taflenni marcio. Felly gwneud yn siwr bod eich llestri neu'r ddysglau yn edrych ar eu gorau. Bydd anegn gofyn i fenthg unwaith eto! Ni fydd gan bob ymgeisydd dysgl gweini na hyd yn oed lliain bwrdd mewn rhai achosion. Felly beth gall yr ysgol ei wneud i helpu? Edrychwch ar y lluniau hyn. Mae eich ymgeisydd am wneud cyri a reis, felly beth am ychwanegu samosas a bara fflat gyda siytni cartref. Edrychwch ar y pei, oni fyddai dau bei bach unigol neu ddau ddarn wedi'u torri yn edrych yn well? Gyda chwstard wrth gwrs.

Cyfrannau llai a seigiau unigol. Yn gynt i'w paratoi ac yn llai costus.

Gall yr Aseiad Di-arholiad hwn fod yn ddrud, ond mae angen i'ch ymgeiswyr ddangos cymaint o sgiliau, seigiau a chyfwydydd ag y gallant. Felly beth am dorri i lawr ar faint y ryseitiai. Ceisiwch osgoi seigiau i'r deulu gyfan. Mae seigiau unigol yn edrych yn well ac yn costio llai, yn cymryd llai o amser i baratoi ac weithiau gallant gynyddu lefel y sgiliau.



TGAU
GCSE

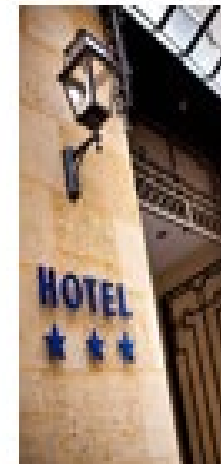
Coleg lleol
Gyrfa Cymru
Rhieni
Busnesau lleol

Cael cymorth
proffesiynol



Gyrfa Cymru
Careers Wales

<https://gyrfacymru.llyw.cymru>



Mae gan Gyrfa Cymru adran sy'n gallu dod o hyd i weithwyr proffesiynol i ddod i mewn i ysgolion neu gallwch fynd â'ch dysgwyr allan i'w gweithleoedd. A oes coleg lleol gydag adran arlwyo y gallwch naill ai ymweld â neu drefnu i rywun ddod allan a gwneud gwers ar blatio a garneisio? Beth am rieni? Oes 'na gogydd fyddai'n gallu sbario awr i ddangos sut i baratoi saig gyda'ch dosbarth blwyddyn 10? Efallai y bydd gan lawer o ddysgwyr swydd ran-amser mewn busnes lletygarwgc lleol, a all y busnes hwnnw helpu? Mae hyn hefyd yn adeiladu cysylltiadau o fewn cymuned ehangach eich ysgol. Bydd eich UDRh yn eich dwlu am hynny!

Cysylltwch â'n Swyddogion Pwnc arbenigol a'r tîm cefnogaeth weinyddol ar gyfer eich pwnc gydag unrhyw ymholiadau.

Allison Candy – Swyddog Pwnc
bwyd@cbac.co.uk

Gemma Edwards – Swyddog Cefnogaeth Pwnc
bwyd@cbac.co.uk

Sian Williams – Ymgynghorydd Pwnc
bwyd@cbac.co.uk

E-asesu
E-asesu@cbac.co.uk

TGAU
GCSE



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

Made for Wales.
Ready for the world.

www.cbac.co.uk/YnarbennigiGymru
www.wjec.co.uk/MadeforWales

