Camau i'w cymryd wrth Godi Cwyn am Fwyd

Iawn:

- Gwnewch yn siŵr eich bod wedi darllen y label ac wedi deall y dyddiadau 'defnyddio erbyn' / 'ar ei orau cyn' a'r cyfarwyddiadau defnydd.
- Cadwch dderbynebau.
- Cadwch y cynhwysydd neu'r papur lapio.
- Cadwch fwyd yn yr oergell neu'r rhewgell, yn enwedig os ydy'r gŵyn yn ymwneud â phydru neu arogleuon neu flas pwdr.
- Gwnewch yn siŵr fod digon o fwyd dros ben i'w samplu rhag ofn fod angen ei archwiliol

Peidiwch â:

- Tynnu unrhyw eitem sydd yn y bwyd – gadewch e yn ei le
- Rhoi'r eitem yn eich ceg neu lyfu'r bwyd, achos gallai hyn effeithio ar brofion.
- Gadael i'r bwyd bydru'n bellach – cadwch e yn yr oergell neu'r rhewgell.
- Thaflu'r bwyd nac unrhyw ran ohono.