

Canllawiau alergenau ar gyfer busnesau bwyd

Canllawiau ar gyfer busnesau bwyd yn y diwydiant manwerthu ac arlwyo. Mae'r dudalen yn cynnwys cyngor ar ddarparu gwybodaeth am yr 14 alergen i gwsmeriaid a thrin alergenau yn y gegin.

Fel busnes bwyd, mae'n rhaid i chi ddilyn y rheolau gwybodaeth am alergenau a nodir yn [Rheoliad Gwybodaeth am Fwyd i Ddefnyddwyr yr UE \(FIC yr UE\)](#). Mae hyn yn golygu bod yn rhaid i chi wneud y canlynol:

- darparu gwybodaeth am alergenau i'r cwsmer ar gyfer bwyd a diod wedi'u pecynnu ymlaen llaw a rhai heb eu pecynnu ymlaen llaw
- trin a rheoli alergenau bwyd yn ddigonol

Mae hefyd angen i chi wneud yn siŵr bod gan eich staff hyfforddiant alergenau.

14 alergen

Mae angen i chi roi gwybod i'ch cwsmeriaid os yw unrhyw un o'r cynhyrchion bwyd rydych chi'n eu gwerthu neu'n eu darparu'n cynnwys unrhyw un o'r 14 prif alergen fel cynhwysyn.

Dyma'r 14 alergen:

- seleri
- grawnfwydydd gyda glwten – gan gynnwys gwenith (megis gwenith yr Almaen (spelt) a Khorasan), rhyg, haidd a cheirch
- cramenogion – fel corgimychiaid, crancod a chimychiaid
- wyau
- pysgod
- bys y blaidd (*lupin*)
- llaeth
- molysgiaid – fel cregyn gleision ac wystrys
- mwstard
- cnau coed – gan gynnwys cnau almon, cnau cyll, cnau Ffrengig, cnau Brasil, cnau cashew, cnau pecan, cnau pistasio a chnau macadamia
- pysgnau / cnau mwnci
- hadau sesame
- ffa soia
- sylffwr deuocsid a sylffitau (os ydynt mewn crynodiad o fwy na deg rhan fesul miliwn)

Mae hyn hefyd yn berthnasol i'r ychwanegion, y cymhorthion prosesu ac unrhyw sylweddau eraill sy'n bresennol yn y cynnyrch terfynol. Er enghraifft, efallai y bydd sylffitau, sy'n aml yn cael eu defnyddio i gadw ffrwythau wedi'u sychu, yn bresennol ar ôl defnyddio'r ffrwythau i wneud siynti. Os felly, bydd angen i chi eu datgan.

Bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw a bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw

Mae gwahanol reolau yn berthnasol i fwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw a bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw

Bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw

Mae bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw yn cyfeirio at unrhyw fwyd sydd wedi'i roi mewn pecyn cyn ei werthu. Mae bwyd yn fwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw pan:

- fo un ai wedi'i amgáu'n rhannol neu'n llwyr yn y pecyn
- ni ellir ei newid heb agor neu newid y pecyn
- fo'n barod i'w werthu

Rhaid i fwyd wedi'i becynnu gael rhestr gynhwysion. [Mae'n rhaid i gynhwysion alergenauidd gael eu pwysleisio](#) rhyw ffordd bob tro maen nhw'n ymddangos yn y rhestr gynhwysion.

Bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw i'w werthu'n uniongyrchol

PWYSIG

O 1 Hydref 2021, bydd y ffordd y mae'n rhaid i fusnesau bwyd ddarparu gwybodaeth am labelu alergenau ar gyfer bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw i'w werthu'n uniongyrchol yn newid.

Bydd yn rhaid i fwydydd gael [label yn cynnwys rhestr lawn o gynhwysion gyda phwyslais ar unrhyw gynhwysion alergenauidd](#). Bydd y newidiadau hyn yn darparu gwybodaeth hanfodol i helpu pobl sydd ag alergedd neu anoddefiad bwyd i wneud dewisiadau diogel wrth brynu bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw i'w werthu'n uniongyrchol.

Mae bwyd sydd wedi'i becynnu ymlaen llaw i'w werthu'n uniongyrchol yn fwyd a gafodd ei baratoi ar yr un safle â lle mae'n cael ei werthu. Gellir darparu gwybodaeth am alergenau ar gyfer y cynhyrchion hyn yn yr un ffordd ag ar gyfer bwyd heb ei becynnu (rhydd).

Nid yw hyn yn berthnasol i gynhyrchion bwyd i'w gwerthu mewn siopau manwerthu mewn lleoliadau eraill.

Bwyd heb ei becynnu (rhydd)

Mae bwyd heb ei becynnu (rhydd) yn cynnwys:

- bwyd a werthir yn rhydd mewn siopau manwerthu, er enghraifft cig oer neu gaws a werthir mewn siop deli, bara a werthir mewn becws, cig a werthir gan gigydd a danteithion cymysg
- bwyd nad yw'n cael ei werthu wedi'i becynnu ymlaen llaw, megis pryddau a weinir mewn bwyty a bwyd o siop tecawê

Os ydych chi'n darparu bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw, bydd rhaid i chi ddarparu gwybodaeth am alergenau ar gyfer pob eitem sy'n cynnwys unrhyw un o'r 14 prif alergen.

Gellir dod o hyd i esboniad manwl o'r gofynion ar gyfer bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw a bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw, gan gynnwys sut mae'n rhaid labelu bwyd, yn ein [hysbysiad technegol](#).

Darparu gwybodaeth am alergenau ar gyfer bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw

Gwerthu'n uniongyrchol

Os ydych chi'n gwerthu neu'n darparu bwyd i'ch cwsmeriaid yn uniongyrchol, megis mewn bwyty neu gaffi, mae'n rhaid i chi ddarparu gwybodaeth am alergenau yn ysgrifenedig. Gallai hyn fod naill un o'r canlynol:

- gwybodaeth lawn am alergenau ar fwydlen, bwrdd sialc neu mewn pecyn gwybodaeth
- hysbysiad ysgrifenedig yn cael ei osod mewn lle amlwg yn esbonio sut y gall eich cwsmeriaid gael gafaél ar y wybodaeth hon – er enghraifft drwy siarad ag aelod o'ch staff

Gallwch chi ddefnyddio'r [arwydd alergedd ac anoddefiad](#) hwn i roi gwybod i'ch cwsmeriaid sut y gallant gael gafaél ar wybodaeth am alergenau.

Pan fydd gwybodaeth am alergenau yn cael ei darparu yn rhan o sgwrs gyda chwsmer, mae angen ategu hyn â gwybodaeth ysgrifenedig i sicrhau ei bod yn gywir ac yn gyson.

Cinio bys a bawd (*buffets*)

Os ydych chi'n gweini bwyd ar ffurf cinio bys a bawd, bydd angen i chi ddarparu gwybodaeth am alergenau ar gyfer pob eitem o fwyd ar wahân yn hytrach nag ar gyfer y cinio bys a bawd cyfan.

Dylai'r holl wybodaeth orfodol am alergenau fod ar gael yn hawdd, a dylai fod yn gwbl ddarllenadwy i'r cwsmer, boed alergedd ganddo ai peidio.

Gwerthu o bell

Os caiff bwyd ei werthu o bell, er enghraifft dros y ffôn neu archeb ar-lein ar gyfer tecawê, mae'n rhaid darparu gwybodaeth am alergenau yn ystod dau gam o'r broses:

- cyn gorffen prynu'r bwyd – gallai hyn fod yn ysgrifenedig (fel ar wefan, mewn catalog neu ar fwydlen) neu ar lafar (er enghraifft dros y ffôn)
- pan gaiff y bwyd ei ddarparu – gallai hyn fod yn ysgrifenedig (fel ar sticeri alergenau ar fwyd neu gopi caled o fwydlen wedi'i hamgáu) neu ar lafar (er enghraifft dros y ffôn)

Dylai'r wybodaeth am alergenau fod ar gael i gwsmer ar ffurf ysgrifenedig ar rhyw bwynt rhwng archebu a chael y bwyd.

Labelwch brydau tecawê yn glir, fel bod eich cwsmeriaid yn gwybod pa brydau sy'n addas i'r rhai hynny ag alergedd.

Trin alergenau bwyd yn y gegin

Rheoli cynhwysion alergaidd

Mae angen i chi sicrhau eich bod chi'n gwybod beth sydd yn y bwyd yr ydych chi'n ei ddarparu drwy gofnodi gwybodaeth am gynhwysion alergaidd ar ffurf ysgrifenedig. Dylai gwybodaeth am gynhwysion alergaidd:

- gael ei chofnodi ar daflenni
- cael ei chynnwys ar labeli cynhwysion a dylai cynhwysion gael eu cadw mewn cynwysyddion gwreiddiol neu wedi'u labelu
- cael ei chynnwys mewn ryseitiau neu esboniadau o brydau a ddarperir – bydd angen i chi ystyried yr effaith pan fydd ryseitiau'n newid
- cael ei diweddarau

Rheoli croeshalogi

Mae gwahanol bethau y gallwch chi eu gwneud i atal croeshalogi gydag alergenau. Mae'r rhain yn cynnwys:

- cael arwynebau gwaith, byrddau torri ac offer ar wahân ar gyfer bwyd wedi'i baratoi sy'n rhydd rhag un neu nifer o alergenau, a glanhau offer cegin bob tro cyn eu defnyddio, yn enwedig os cawsant eu defnyddio i baratoi prydau sy'n cynnwys alergenau.
- storio cynhwysion a bwyd wedi'i baratoi ar wahân mewn cynwysyddion wedi'u cau a'u labelu
- cadw cynhwysion sy'n cynnwys alergenau ar wahân i gynhwysion eraill
- golchi dwylo'n drylwyr ar ôl paratoi prydau sy'n cynnwys alergenau penodol a chyn coginio prydau nad ydynt yn cynnwys alergenau

Gall croeshalogi alergenau ddigwydd drwy ddefnyddio'r un olew coginio. Er enghraifft, i goginio sglodion heb glwten, ni chewch ddefnyddio'r un olew sydd wedi'i ddefnyddio o'r blaen i goginio eich pysgod mewn cyteu.

Os nad oes modd osgoi croeshalogi, dylech ddweud wrth eich cwsmeriaid na allwch chi ddarparu pryd heb alergenau.

Gellir dod o hyd i ragor o fanylion a chanllawiau ar sut i reoli alergenau yn y gegin yn y pecyn ['Bwyd mwy Diogel, Busnes Gwell' ar gyfer arlwywyr](#).

Honiadau rhydd rhag gan gynnwys heb glwten

Mae gwneud 'honiadau rhydd rhag' ar gyfer prydau yn golygu rheolaeth lym o gynhwysion, a'r ffordd maen nhw'n cael eu rheoli a'u paratoi. Y rheswm am hyn yw fod honiad rhydd rhag yn gwarantu bod y bwyd yn addas i bawb sydd ag alergedd neu anoddefiad. Er enghraifft, os ydych

chi'n trin blawd gwenith yn y gegin ac nid ydych chi'n gallu cael gwared ar y perygl o groeshalogi drwy wahanu oherwydd amser a/neu le, dylech roi gwybod i'r cwsmer a pheidio â gwneud unrhyw honiadau heb glwten na heb wenith.

Mae'r Ffederasiwn Bwyd a Diod yn darparu [gwybodaeth a chanllawiau ar honiadau 'rhydd rhag'](#), gan gynnwys heb glwten.

Hyfforddiant alergenau

Dylai eich staff:

- wybod beth yw'r gweithdrefnau a'r polisiau pan ofynnir iddynt ddarparu gwybodaeth am alergenau
- cael hyfforddiant ar drin ceisiadau gwybodaeth am alergenau a gallu sicrhau bod prydau heb alergenau yn cael eu gweini i'r cwsmeriaid priodol
- gwybod beth yw peryglon croeshalogi alergenau wrth drin a pharatoi bwyd a sut i atal hyn

Hyfforddiant ar-lein am ddim

Rydym ni'n darparu [hyfforddiant alergedd bwyd ar-lein am ddim](#) lle gallwch chi a'ch staff ddysgu mwy am alergeddau bwyd a'r rheolau o ran gwybodaeth am alergenau.

Adnoddau

[View Gwybodaeth am alergenau ar gyfer bwyd rhydd as PDF](#) (1.72 MB)

[View Arwydd anoddefiadau ac alergeddau as PDF](#) (13.44 KB)

[View Siart o brydau a'u cynnwys alergenauidd as Word](#) (1.25 MB)

[View Cardiau Rysait i'r Cogydd as Word](#) (1.32 MB)

[View Siart o brydau a'u cynnwys alergenauidd as PDF](#) (370.08 KB)

[View Cardiau Rysait i'r Cogydd as PDF](#) (253.11 KB)

Poster

[View Poster 'Meddyliwch am Alergedd' as PDF](#) (496.64 KB)

[View Meddyliwch am Alergedd: Poster Tsieineaidd as PDF](#) (524.68 KB)

[View Meddyliwch am Alergedd: Poster Punjabi as PDF](#) (508.32 KB)

[View Meddyliwch am Alergedd: Poster Bengali as PDF](#) (500.43 KB)

[View Meddyliwch am Alergedd: Poster Wrddw as PDF](#) (552.05 KB)

Cadw'ch cwsmeriaid sydd ag alergeddau bwyd yn ddiogel

1. A yw eich cwsmeriaid yn ei chael hi'n 'hawdd holi' am wybodaeth am alergenau neu wybodaeth ddeietegol? Beth am ofyn i'ch staff wirio wrth gymryd archebion bwyd neu pan fo pobl yn trefnu bwrdd yn eich bwyty?

2. A oes gennych chi broses ar waith i sicrhau eich bod chi'n gallu cynnig pryd o fwyd diogel i rywun sydd ag alergedd neu anoddefiad bwyd? Er enghraifft:

- a ydych chi'n darparu gwybodaeth syml a defnyddiol am alergenau?
- a oes gennych chi ryseitiau cywir ar gyfer pob pryd a weinir gennych, fel bod rhestr glir o'r cynhwysion yr ydych chi'n eu defnyddio yn eich prydau bwyd?
- a ydych chi'n labelu prydau bwyd tecawê yn glir, fel bod eich cwsmer yn gwybod pa bryd bwyd yw'r un iawn a beth sy'n addas i'r rhai sydd ag alergedd?

3. A ydych chi'n cadw cofnod cywir o'r holl alergenau yn eich prydau bwyd? A oes gennych chi negeseuon atgoffa ar waith i ddiweddarau'r wybodaeth pan fyddwch yn gwneud newidiadau?

4. A ydych chi'n gwybod beth yw eich pwyntiau rheoli critigol yn y gegin ac wrth storio cynhwysion i atal croeshalogi alergenau?

5. O ystyried yr asesiad hwn, beth ellir ei wneud i ddileu neu leihau'r risg o groeshalogi alergenau? Os na ellir gwneud dim, byddwch yn onest a chyfathrebu'r risg hon i'ch cwsmeriaid.

6. A ydych chi a'ch tîm wedi cael hyfforddiant alergenau addas i reoli alergenau yn briodol o fewn y busnes? A yw pawb sy'n gweithio yn y busnes yn glir yngl?n â beth yw'r broses hon?

Gorfodi a chosbau

Awdurdodau lleol sy'n gorfodi'r rheoliadau gwybodaeth am alergenau. Os byddwch chi'n methu â gweithredu ar gyngor blaenorol a roddwyd gan yr awdurdod lleol, gall hysbysiad gwella gael ei gyflwyno i chi. Os nad ydych chi'n bodloni gofynion yr hysbysiad hwn, byddwch chi'n cael cosb.

Os ydych chi'n dymuno apelio yn erbyn hysbysiad gwella, bydd gennych 28 diwrnod i wneud hynny. Mae'r 28 diwrnod hwn yn dechrau o'r dyddiad y cyflwynwyd yr hysbysiad.