

Canllawiau ar labelu alergenau ar gyfer cynhyrchwyr bwyd

Sut i labelu alergenau ac osgoi croeshalogi alergenau wrth gynhyrchu bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw.

Os ydych chi'n cynhyrchu bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw, mae angen i chi ddilyn y gofynion labelu alergenau sydd wedi'u nodi yn [Rheoliad Gwybodaeth am Fwyd ar gyfer Defnyddwyr yr UE \(Gwybodaeth i Ddefnyddwyr yr UE\)](#).

Bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw yw 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
- mae'n barod i'w werthu

14 alergen

Os yw'ch cynnyrch yn cynnwys unrhyw un o'r prif 14 alergenau fel cynhwysyn neu gymorth prosesu, rhaid ei gynnwys ar y label.

Dyma'r 14 prif alergedd:

- 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 cashiw, cnau pecan, cnau pistasio a chnau macadamia
- pysgnau
- hadau sesame
- ffa soia
- sylffwr deuocsid a sylffitau (os ydynt mewn crynodiad o fwy na deg rhan fesul miliwn)

Labelu alergenau

Rhaid i fwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw gael rhestr gynhwysion. Mae'n rhaid i gynhwysion alergenaidd gael eu pwysleisio rhyw ffordd bob tro maen nhw'n ymddangos yn y rhestr gynhwysion. Er enghraifft, gallwch chi eu rhestru mewn print trwm, mewn lliw gwahanol neu drwy eu tanlinellu.

Dyma enghraifft o sut i restru alergenau ar eich cynnyrch

Dyma enghraifft o sut i restru alergenau ar eich cynnyrch:

Dyma enghraifft o sut i restru alergenau ar eich cynnyrch

Cynhwysion: D?r, Moron, Nionod, Corbys Coch (4.5%), Tatws, Blodfresych, Cennin, Pys, Blawd Corn, Blawd **Gwenith**, Halen, **Hufen**, Rhin Burum, Past Tomato Crynodedig, Garleg, Siwgr, Hadau **Seleri**, Olew Blodyn yr Haul, Perllysiau a Sbeisys, Pupur Gwyn, Persli.

Mae'n rhaid datgan cynhwysion alergenaidd drwy gyfeirio'n glir at yr alergen fel y rhestrwyd yn Rheoliad Gwybodaeth am Fwyd i Ddefnyddwyr yr UE, i sicrhau dealltwriaeth glir a chyson.

Dyma enghreifftiau o gynhwysion lle mae angen cyfeirio at yr alergen:

- tofu (**soia**)
- past tahini (**sesame**)
- madd (**llaeth**)

Gellir hefyd rhoi datganiad sy'n rhoi cyngor am alergenau ar label y cynnyrch i esbonio sut caiff gwybodaeth am alergenau ei chyflwyno ar y label, er enghraifft:

- 'Cyngor ar alergenau: i weld yr alergenau, gweler y cynhwysion mewn print trwm'
- 'Cyngor ar alergenau: i weld yr alergenau, gan gynnwys grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten, gweler y cynhwysion mewn coch'

O ran diodydd alcoholaidd lle nad oes rhestr o gynhwysion yn bresennol, gellir nodi alergenau drwy ddefnyddio'r geiriau 'yn cynnwys' ac yna enw'r alergen.

Labeli yn rhybuddio am alergenau

Os oes perygl bod cynnyrch bwyd wedi'i groeshalogi ag alergenau, dylai'r label gynnwys un o'r datganiadau canlynol:

- Gallai gynnwys X
- Nid yw'n addas i unigolyn sydd ag alergedd i X

Dim ond yn dilyn asesiad risg trylwyr pan fo risg wirioneddol o groeshalogi alergenau ac na ellir cael gwared ohoni y dylid defnyddio labeli rhybuddio am alergenau.

Bwydydd wedi'u labelu â 'rhydd rhag' (free-from)

Mae bwydydd 'rhydd rhag' yn gasgliad arbennig o fwydydd sydd wedi'u cynhyrchu heb alergenau. Os yw label yn nodi bod eich cynnyrch yn 'rhydd rhag llaeth' neu 'dim pysgnau' (peanut free), mae'n rhaid ei fod yn seiliedig ar fesurau rheoli llym. Mae angen i'r mesurau rheoli hyn sicrhau bod y cynnyrch terfynol yn gwbl rhydd rhag yr alergen penodol. Mae hyn yn cynnwys

gwirio nad yw'r holl gynhwysion a'r deunyddiau pecynnu yn cynnwys yr alergen hwn, a bod mesurau ar waith i atal croeshalogi o fwydydd eraill sy'n cael eu paratoi ar y safle.

Un eithriad i'r rheol hon yw glwten. Gall cynhyrchion labelu heb glwten gynnwys uchafswm o 20mg/kg o glwten.

laith ar y label

Dylai'r iaith ar y labeli fod yn hawdd i'w deall gan bobl y wlad lle mae'r bwyd wedi'i farchnata. Ar gyfer cynhyrchion bwyd sy'n cael eu gwerthu yn y DU, rhaid i'r wybodaeth fod yn Saesneg.

Cynhyrchion 'Aml-bac' (*multi-pack*)

Pan gaiff cynhyrchion eu gwerthu mewn pecyn 'aml-bac' (multi-pack), mae'n rhaid arddangos yr alergenau ar du allan y deunydd pecynnu.

Os ydych chi'n darparu gwybodaeth am alergenau ar ddeunydd pecynnu cynhyrchion unigol, yna mae'n rhaid iddi fod yn gyson â'r pecyn allanol.

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](#).

Osgoi croeshalogi alergenau

Mae croeshalogi yn digwydd pan fydd olion alergenau yn dod i mewn i gynhyrchion yn ddamweiniol yn ystod gweithgynhyrchu, trin, cludo neu storio bwyd. Gellir osgoi neu leihau'r risg o groeshalogi drwy reoli'n ofalus.

Ymwybyddiaeth staff

Dylai'r holl staff sy'n trin cynhwysion, offer, offer cegin, deunydd pecynnu a chynhyrchion bwyd terfynol fod yn ymwybodol ohonynt ac anelu at leihau posibiladau croeshalogi gydag alergenau.

Dyluniad

Yn ddelfrydol, dylai bod gennych chi gyfleusterau cynhyrchu ar wahân ar gyfer cynhyrchion penodol. Os na, rhowch gynnig ar gael amserlen ar gyfer y bwyd rydych chi'n ei gynhyrchu, drwy baratoi bwyd yn ôl y lleiaf alergenig i'r mwyaf alergenig er mwyn rheoli croeshalogi.

Storio

Dylid cadw cynhwysion amrwd sy'n cynnwys alergenau bwyd i ffwrdd oddi wrth unrhyw gynhwysion eraill. Dylech eu cadw mewn biniau plastig wedi'u selio ac wedi'u marcio'n glir (gallwch eu marcio â chod lliw hefyd).

Glanhau

Gall niferoedd bach o rai alergenau achosi adwaith alergaidd difrifol mewn unigolion sensitif. Mae'n bwysig iawn [glanhau'n drylwyr](#) mewn ffordd sy'n lleihau'r risg o groeshalogi.

Gall rhai dulliau glanhau fod yn annigonol o ran cael gwared â rhai alergenau. Mae tynnu offer yn ddarnau a glanhau pob rhan unigol â d?r (os yw'n briodol) â llaw yn ffordd dda o sicrhau bod

rhannau 'anodd eu glanhau' yn rhydd rhag halogiad alergenau. Dylech ddatblygu a dilyn gweithdrefnau glanhau addas.

Deunydd pecynnu

Yn aml, deunydd pecynnu neu labelu'n anghywir sy'n golygu bod angen tynnu neu alw cynnyrch yn ôl oherwydd alergedd. Dylech sicrhau bod y labeli cywir ar gynhyrchion ac unrhyw ddeunydd pecynnu allanol.

Dylid tynnu a dinistrio deunydd pecynnu ar ddiwedd unrhyw broses gynhyrchu. Mae hyn yn cynnwys unrhyw ddeunydd a all fod o fewn y peiriant lapio.

Labelu alergenau wrth weithgynhyrchu

Os oes perygl bod cynnyrch bwyd wedi'i groeshalogi ag alergenau, dylai'r label gynnwys un o'r datganiadau canlynol:

- gallai gynnwys X
- nid yw'n addas i unigolyn sydd ag alergedd i X

Dim ond yn dilyn asesiad risg trylwyr pan fo risg wirioneddol o groeshalogi alergenau ac na ellir cael gwared ohono y dylid defnyddio labeli rhybuddio am alergenau.

Bwydydd wedi'u labelu â 'rhydd rhag' (*free-from*)

Mae bwydydd 'rhydd rhag' yn gasgliad arbennig o fwydydd sydd wedi'u cynhyrchu heb alergenau. Os yw label yn nodi bod eich cynnyrch yn 'rhydd rhag llaeth' neu 'dim pysgnau' (peanut free), mae'n rhaid ei fod yn seiliedig ar fesurau rheoli llym. Mae hyn yn cynnwys gwirio nad yw'r holl gynhwysion a'r deunyddiau pecynnu yn cynnwys yr alergen penodol, a bod mesurau ar waith i atal croeshalogi o fwydydd eraill sy'n cael eu paratoi ar y safle.

Datblygu cynhyrchion newydd neu newid cynhyrchion sy'n bodoli eisoes

Os yw'r cynnyrch, boed yn newydd neu wedi'i newid, yn cynnwys un neu fwy o'r 14 alergen, gallai arwain at groeshalogi cynhyrchion eraill sy'n cael eu cynhyrchu ar yr un safle. Yn yr achos hwn, bydd angen i chi asesu'r risg a phenderfynu p'un a yw labelu alergenau rhagofalus yn briodol ar gyfer y cynnyrch newydd a'r cynnyrch sy'n bodoli eisoes.

Pan fydd ryseitiau'n cael eu diweddarau a chynhwysion alergenauidd yn newid, rydym ni'n argymhell labelu'r cynnyrch newydd gyda sticer rysâit newydd i dynnu sylw cwsmeriaid at y newid.