

Canllawiau ar alergenau ar gyfer busnesau bwyd

Canllawiau i fusnesau bwyd ar ddarparu gwybodaeth am alergenau ac arfer gorau ar gyfer trin alergenau.

Mae'n ofynnol i weithredwyr busnesau bwyd yn y sector manwerthu ac arlwyd ddarparu gwybodaeth am alergenau a dilyn rheolau labelu fel y'u nodir mewn [cyfraith bwyd](#).

Mae hyn yn golygu bod yn rhaid i weithredwyr busnesau bwyd:

- ddarparu gwybodaeth am alergenau i'r defnyddiwr ar gyfer [bwyd a diod wedi'u pecynnu ymlaen llaw a bwyd a diod heb eu pecynnu ymlaen llaw](#)
- trin a rheoli alergenau bwyd yn effeithiol wrth baratoi bwyd.

Rhaid i fusnesau bwyd sicrhau bod staff yn cael hyfforddiant ar alergenau. Gall staff gwblhau ein [hyfforddiant alergenau bwyd](#) am ddim. Gall rheolwyr hefyd rannu ein [rhestr wirio alergenau](#) gyda staff i gael cyngor arfer gorau ar alergeddau bwyd.

Mae gennym ni ganllawiau ar wahân ar gyfer [gweithgynhyrchwyr bwyd](#) ac [arlwywyr sefydliadol](#).

14 alergen

Mae angen i fusnesau bwyd ddweud wrth gwsmeriaid os oes unrhyw fwyd y maen nhw'n ei ddarparu yn cynnwys unrhyw un o'r alergenau rhestredig fel cynhwysyn.

Gall defnyddwyr fod ag alergedd neu anoddefiad i gynhwysion eraill, ond dim ond yr [14 prif alergen](#) y mae'n ofynnol eu datgan fel alergenau yn ôl y gyfraith bwyd.

Yr 14 alergen yw: **seleri**, **grawnfwydydd sy'n cynnwys glwten** (fel haidd a cheirch), **cramenogion** (fel corgimychiaid, crancod a chimychiaid), **wyau**, **pysgod**, **bys y blaidd** (lupin), **llaeth**, **molysgiaid** (fel cregyn gleision ac wystrys), **mwstard**, **pysgnau**, **hadau sesame**, **ffa soia**, **syllfwr deuocsid** a **syllffitau** (os ydynt mewn crynodiad o fwy na deg rhan y filiwn) a **chnau coed** (fel cnau almon, cnau cyll, cnau Ffrengig, cnau Brasil, cnau cashiw, cnau pecan, cnau pistasio a chnau macadamia).

Mae hyn hefyd yn berthnasol i ychwanegion, cymhorthion prosesu ac unrhyw sylweddau eraill sy'n bresennol yn y cynnyrch terfynol.

Labelu alergenau ar gyfer gwahanol fathau o fwyd

Mae yna nifer o ffyrdd y gellir darparu gwybodaeth am alergenau i'ch cwsmeriaid. Bydd angen i chi ddewis y dull sydd orau i'ch busnes a'r math o fwyd rydych chi'n ei weini.

Mae bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw yn cyfeirio at unrhyw fwyd sy'n cael ei becynnu cyn ei roi ar werth, tra bod bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw (bwyd rhydd) yn fwyd heb ei roi mewn pecyn. Mae gwahanol reolau labelu alergenau yn berthnasol yn dibynnu ar sut mae'r bwyd yn cael ei ddarparu.

Mae ein [canllawiau technegol](#) yn rhoi esboniad manwl o'r gofynion labelu ar gyfer pob math o fwyd.

Bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw

Mae cynhyrchion wedi'u pecynnu 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 bod gan fwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw restr gynhwysion ar y deunydd pecynnu. Rhaid pwysleisio'r alergenau sy'n bresennol yn y cynnyrch bob tro maen nhw'n ymddangos ar y rhestr gynhwysion.

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

Mae 'cynhyrchion wedi'u pecynnu ymlaen llaw i'w gwerthu'n uniongyrchol' yn fwyd sydd wedi'i becynnu ar yr un safle ag y caiff ei werthu.

Mae bwydydd cyffredin a all ddod o dan y categori hwn yn cynnwys brechedanau, saladau a phastai wedi'u paratoi a'u gwerthu ar yr un safle. Disgwylir y gall y cwsmer siarad â'r person a oedd yn gyfrifol am baratoi neu becynnu'r cynnyrch er mwyn gofyn am gynhwysion.

Ar hyn o bryd, gellir darparu gwybodaeth am alergenau yn yr un ffordd ag ar gyfer bwyd heb ei becynnu (bwyd rhydd).

O Hydref 2021, bydd y ffordd y mae'n rhaid i fusnesau bwyd ddarparu [gwybodaeth am alergenau ar labeli ar gyfer bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw i'w werthu'n uniongyrchol \(PPDS\)](#) yn newid. Bydd angen i fwydydd gynnwys label sydd â rhestr gynhwysion lawn gyda phwyslais ar unrhyw gynhwysion alergenaid.

Bydd y newidiadau hyn yn darparu gwybodaeth hanfodol i helpu pobl sydd ag alergeddau neu anoddefiadau bwyd i wneud dewisiadau bwyd diogel.

Bwyd heb ei becynnu ymlaen llaw (bwyd rhydd)

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

Mae bwydydd heb eu pecynnu ymlaen llaw (bwyd rhydd) yn cynnwys:

- bwydydd sy'n cael eu gwerthu'n rhydd mewn siopau manwerthu
- bwydydd nad ydynt yn cael eu gwerthu wedi'u pecynnu ymlaen llaw

Gall gofynion o ran gwybodaeth am alergenau ar fwyd heb ei becynnu ymlaen llaw fod yn berthnasol i eitemau rhydd a werthir mewn cownter delicatessen, becws, cigydd, yn ogystal â phrydau bwyd sy'n cael eu gweini mewn bwyty, a bwyd o siop tecawê.

Honiadau 'rhydd rhag', 'heb glwten' a 'figan'

Mae gwneud honiadau 'rhydd rhag' ar gyfer bwydydd yn golygu rheolaeth lym o gynhwysion, a'r ffordd maen nhw'n cael eu trin a'u paratoi. Mae 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 mewn cegin ac nid ydych chi'n gallu cael gwared ar y perygl o groeshalogi trwy wahanu oherwydd amser a lle, dylech roi gwybod i'r cwsmer. Ni ddylech wneud unrhyw honiadau 'heb glwten' neu 'heb wenith'.

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

Weithiau mae cwsmeriaid yn tybio bod prydau figan yn rhydd rhag alergenau sy'n dod o anifeiliaid (wyau, pysgod, cramenogion, molysgiaid, llaeth). Nid yw hyn yn wir bob amser oherwydd gellir croeshalogi rhywfaint o'r cynhwysion hyn yn ystod y broses gynhyrchu. Rhaid i chi fod yn glir ar y risg hon yn y bwyd rydych chi'n ei ddarparu.

Mae'r Ffederasiwn Bwyd a Diod yn darparu gwybodaeth a chanllawiau penodol ar [honiadau 'heb alergenau' a 'figan'](#).

Gwybodaeth am alergenau ar gyfer gwahanol fathau o fusnesau bwyd

Bydd sut rydych chi'n darparu gwybodaeth am alergenau i gwsmeriaid yn dibynnu ar y math o fusnes bwyd sydd gennych. Gall staff busnesau bwyd ddysgu rhagor am ddarparu gwybodaeth am alergenau trwy gwblhau ein [hyfforddiant am ddim ar alergeddau bwyd](#) a thrwy ddefnyddio ein [rhestr wirio alergenau](#).

Busnesau bwyd

Rhaid i chi ddarparu gwybodaeth am alergenau yn ysgrifenedig os ydych chi'n gwerthu neu'n darparu bwyd i'ch cwsmeriaid yn uniongyrchol. Gallai hyn fod naill un o'r canlynol:

- gwybodaeth lawn am alergenau ar fwydlen, bwrdd sialc neu mewn pecyn gwybodaeth
- rhybudd ysgrifenedig wedi'i osod mewn man sy'n amlwg yn egluro sut y gall eich cwsmeriaid gael gafael ar y wybodaeth hon

Pan ddarperir gwybodaeth am alergenau fel rhan o sgwrs gyda chwsmer, gellir ategu hyn gan wybodaeth ysgrifenedig. Byddai hyn yn sicrhau bod yr wybodaeth yn gywir ac yn gyson.

Gallwch arddangos yr [arwydd alergeddau ac anoddefiadau](#) hwn i roi gwybod i gwsmeriaid sut y gallant ddod o hyd i wybodaeth am alergenau, neu gallwch lunio arwydd eich hun.

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. Ni ddylech ei darparu ar gyfer y cinio yn ei gyfanrwydd.

Gallwch chi ddarparu'r wybodaeth hon trwy labelu'r alergenau sydd mewn prydau unigol, neu trwy arddangos arwydd yn cyfarwyddo cwsmeriaid i ofyn i staff am wybodaeth am alergenau.

Rhaid bod y cwsmer yn gallu gweld yr wybodaeth hon, ei darllen yn glir a chael mynediad rhwydd ati.

Dosbarthu bwyd a bwyd tecawê

Os yw bwyd yn cael ei werthu ar-lein neu dros y ffôn trwy ddulliau gwerthu o bell, rhaid darparu

gwybodaeth am alergenau yn ystod dau gam yn y broses archebu.

Rhaid i chi ddarparu gwybodaeth am alergenau:

- cyn gorffen prynu'r bwyd – gall hyn fod yn ysgrifenedig (ar wefan, mewn catalog neu ar fwydlen) neu ar lafar (dros y ffôn)
- pan ddanfonir y bwyd - gall hyn fod yn ysgrifenedig (sticeri alergenau ar fwyd neu gopi amgaeedig o fwydlen) neu ar lafar (dros y ffôn).

Dylai gwybodaeth am alergenau fod ar gael i gwsmer yn ysgrifenedig ar ryw bwynt rhwng archebu a chael y bwyd.

Dylai prydau tecawê gael eu labelu'n glir, fel bod cwsmeriaid yn gwybod pa brydau sy'n addas i'r rhai hynny ag alergedd.

Gofynion alergenau ac arfer gorau i fusnesau bwyd

Mae'n bwysig rheoli alergenau'n effeithiol yn eich busnes bwyd er mwyn sicrhau bod bwyd yn ddiogel i gwsmeriaid ag alergeddau bwyd.

Mae hyn yn cynnwys nodi gwybodaeth am alergenau wrth gynllunio bwydlenni a chynnal arferion paratoi a hylendid bwyd da i osgoi croeshalogi yn eich cegin.

Gellir gweld canllawiau manwl ar sut i reoli alergenau yn y gegin yn ein pecynnau gwybodaeth [Bwyd mwy diogel, busnes gwell](#) ar gyfer arlwyfwr.

Rydym ni'n darparu [hyfforddiant alergedd bwyd](#) am ddim ar arfer gorau ar gyfer rheoli alergenau. Gallwch hefyd rannu ein [rhestr wirio alergenau](#) gyda'ch staff.

Cofnodi cynhwysion alergenaid

Mae angen i chi sicrhau eich bod chi'n gwybod beth sydd yn y bwyd rydych chi'n ei ddarparu. Gallwch wneud hyn trwy gofnodi gwybodaeth am gynhwysion alergenaid ar ffurf ysgrifenedig. Dylai gwybodaeth am gynhwysion alergenaid:

- 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

Mae gennym ni [demptedi cynhwysion alergenaid](#) ac adnoddau hyfforddi eraill a allai fod yn ddefnyddiol wrth gynllunio alergenau ar gyfer eich bwydlen.

Osgoi croeshalogi alergenau

Mae'n bwysig bod busnesau bwyd yn cymryd camau i osgoi croeshalogi wrth baratoi bwyd er mwyn diogelu cwsmeriaid ag alergedd bwyd.

Mae yna nifer o gamau y gallwch chi eu cymryd i atal croeshalogi ag alergenau. Mae'r rhain yn cynnwys:

- glanhau offer cyn eu defnyddio bob tro, yn enwedig os oeddent yn cael eu defnyddio i

baratoi prydau yn cynnwys alergenau

- golchi dwylo'n drylwyr ar ôl paratoi prydau sy'n cynnwys alergenau penodol a chyn coginio prydau nad ydynt yn 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

Gall croeshalogi alergenau hefyd ddigwydd drwy ddefnyddio'r un olew coginio. I goginio sglodion heb glwten, ni chewch ddefnyddio'r un olew sydd wedi'i ddefnyddio o'r blaen i goginio pysgod mewn cytew.

Os nad oes modd osgoi croeshalogi wrth baratoi bwyd, dylech roi gwybod i'ch cwsmeriaid na allwch chi ddarparu pryd heb alergenau.

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

Gorfodi a chosbau

Ar wahân i'r posibilrwydd o wneud cwsmer yn ddifrifol wael, fe allech chi hefyd wynebu'r risg o gael colledion ariannol a cholli enw da eich busnes bwyd os byddwch chi'n methu â chydymffurfio â gofynion gwybodaeth am alergenau.

Awdurdodau lleol sy'n gorfodi'r rheoliadau gwybodaeth am alergenau. Gall methu â chydymffurfio arwain at gamau'n cael eu cymryd gan yr awdurdod lleol.

Os byddwch chi'n methu â gweithredu ar gyngor 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.

Mae gennych 14 diwrnod i apelio yn erbyn hysbysiad gwella o'r dyddiad y cyhoeddwyd yr hysbysiad. Mewn rhai achosion gall busnesau hefyd gael eu herlyn.