Gwybodaeth a labelu alergenau ar gyfer defnyddwyr

Rhaid i fusnesau roi gwybod i'w cwsmeriaid os yw unrhyw gynhyrchion y maent yn eu darparu yn cynnwys unrhyw un o'r 14 alergen a reoleiddir fel cynhwysyn.

Mae sawl ffordd y gallwch gael gwybodaeth am alergenau. Gall hyn ddibynnu ar y math o fwyd rydych chi'n ei brynu a'r math o fusnes bwyd rydych chi'n archebu oddi wrtho.

Bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw a labelu alergenau

Rhaid pwysleisio'r 14 alergen ar restrau cynhwysion bwyd a diod sydd wedi'u pecynnu ymlaen llaw. Gellir gwneud hyn, er enghraifft, drwy ddefnyddio print trwm, italig neu liw, i wneud y cynhwysion alergenaidd yn haws i'w gweld.

Labelu bwyd ac alergenau nad ydynt wedi'u pecynnu ymlaen llaw (rhydd)

Rhaid i fusnesau bwyd, fel siop fara, cigydd, neu delicatessen, ddarparu gwybodaeth am alergenau ar gyfer unrhyw eitem rhydd rydych chi'n ei brynu sy'n cynnwys unrhyw un o'r 14 alergen. Gellir darparu gwybodaeth am alergenau yn ysgrifenedig neu ar lafar. Os caiff yr wybodaeth hon ei darparu'r wybodaeth hon ar lafar, rhaid i'r busnes bwyd gyfeirio at ble y gellir dod o hyd iddi.

Bwyd wedi'i becynnu ymlaen llaw i'w werthu'n uniongyrchol (PPDS) a labelu alergenau

O 1 Hydref 2021, rhaid i fwyd PPDS fod â label sy'n dangos rhestr gynhwysion lawn. Rhaid sicrhau bod unrhyw gynhwysion alergenaidd wedi'u pwysleisio yn y rhestr hon.

Ni ddylai'r wybodaeth hon gymryd lle na'ch atal rhag cael sgwrs am eich gofynion alergedd gyda'r busnes bwyd.

Bwyta allan ac alergenau

Pan fyddwch chi'n bwyta allan neu'n archebu tecawê, rhaid i'r bwyty neu'r caffi roi gwybodaeth am alergenau i chi. Gallai hyn fod ar ffurf gwybodaeth am alergenau ar y fwydlen neu neges yn egluro sut y gallwch chi gael gafael ar y wybodaeth hon. Gall hyn gynnwys cyngor gan aelod o staff am yr alergenau sydd yn y pryd rydych chi'n bwriadu ei archebu.

Os byddwch chi'n canfod busnes nad yw'n bodloni gofynion y canllawiau ar alergenau, gallwch roi gwybod amdano. Defnyddiwch ein hadnodd rhoi gwybod am broblem gyda bwyd i roi gwybod i'r awdurdod lleol lle mae'r busnes wedi'i leoli.

Labeli alergenau rhagofalus (gallai gynnwys)

Defnyddir labeli alergenau rhagofalus i roi gwybod i gwsmeriaid y gall alergenau fod yn bresennol yn anfwriadol mewn cynhyrchion bwyd, oherwydd croeshalogi. Fel arfer, mae’r rhain yn nodi ‘gallai gynnwys [alergen]’ neu ‘ddim yn addas i bobl ag [alergedd i x]’.

Gall croeshalogi alergenau ddigwydd ar unrhyw adeg yn y gadwyn cyflenwi bwyd.

Nid oes unrhyw ofyniad cyfreithiol penodol i fusnesau bwyd labelu bwyd gyda’r term ‘gallai gynnwys’. Fodd bynnag, rhaid i fwyd fod yn ddiogel i’w fwyta a rhaid darparu gwybodaeth i helpu pobl ag alergeddau i wneud dewisiadau diogel, a rheoli eu cyflwr.