



From December 2014, childcare providers are required to comply with the EU Food Information for Consumers Regulation which is enforced in the UK by the Food Information Regulations 2014. The EU law lists 14 allergens that need to be identified if they are present in food or used as ingredients in a dish. This new regulation introduces a requirement for all food businesses, including childcare providers, to give information about the deliberately allergenic ingredients used in any food that they provide.

Food allergens pose a significant risk to people who have allergies, which may be life threatening. Children are particularly vulnerable because they often have food choices made for them. Allergen information should be easily accessible and readily available to parents, who leave or may leave children in your care, and any children in your care who can make their own informed food choices.

As a childcare provider, it is your responsibility to ensure that you:

- provide allergen information about the food which you serve to parents/carers, and ensure that information is accurate, consistent and verifiable. You do not have to list all the food you serve just the allergens contained.
- update and maintain the information and make it available to parent/carers and local authority officers when requested.
- are able to confidently identify allergens in any dish you serve.
- check food labels regularly as manufacturers ingredients can change.

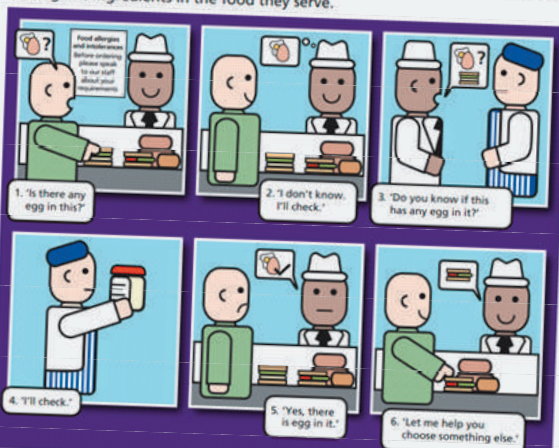
You can find a variety of support and resources on the Food Standards Agency Website. [www.food.gov.uk/allergen-resources](http://www.food.gov.uk/allergen-resources). This can support you in making the necessary changes and implement the new changes into your setting. Resources include a FREE online training course, a poster of the 14 allergens, a matrix for identifying allergens in your dishes, recipe cards and allergy cards that children can fill in.

If you require any more guidance on how this affects you please contact your Local Authority [www.food.gov.uk/enforcement/find-food-safety-team](http://www.food.gov.uk/enforcement/find-food-safety-team)

Allergen information links:  
[www.allergytraining.food.gov.uk/english](http://www.allergytraining.food.gov.uk/english)  
[www.food.gov.uk/science/allergy-intolerance](http://www.food.gov.uk/science/allergy-intolerance)

### Think Allergy

When someone asks you if a food contains a particular ingredient – always check. From 13 December 2014, food businesses will need to provide information about allergenic ingredients in the food they serve.



For more information and advice about allergy, visit: [food.gov.uk/allergy](http://food.gov.uk/allergy)  
 A booklet Allergen information for loose foods is also available to download.



#### Which ingredients can cause a problem?



Working in partnership with:



Llywodraeth Cymru  
 Welsh Government



Yn Rhagfyr 2014 daeth yn ofynnol i ddarparwyr gofal plant gydymffurfio â Gwybodaeth yr UE ar Fwyd ar gyfer Rheoleiddiad Defnyddwyr, sy'n cael ei rymuso yn y DU gan y Rheoliadau Gwybodaeth am Fwyd 2014. Mae cyfraith yr UE yn rhestru 14 alergen yr oedd yn rhaid eu nodi os oeddent yn bresennol mewn bwyd neu'n gynhwysion pryd. Mae'r rheoliad newydd hwn yn ei gwneud yn ofynnol, am y tro cyntaf, i bob busnes, gan gynnwys darparwyr gofal plant, i roi gwybodaeth ar y cynhwysion alergenauidd bwriadol sy'n cael eu defnyddio mewn unrhyw fwyd y maent yn ei ddarparu.

Mae alergenau bwyd yn risg enfawr i bobl sydd ag alergeddau; gallent beryglu eu bywyd. Mae plant yn arbennig o agored i'r perygl gan mai eraill, yn aml iawn, sy'n dewis eu bwyd drostynt. Dylai gwybodaeth ar alergenau fod yn gwbl hygyrch ac wrth law i rieni sy'n gadael, neu a allent adael, plant yn eich gofal, ac i unrhyw blant yn eich gofal sydd â'r wybodaeth i ddewis eu bwyd drostynt eu hunain.

Fel darparydd gofal plant, eich cyfrifoldeb chi yw sicrhau eich bod:

- yn darparu gwybodaeth parthed alergenau ar y bwyd yr ydych yn ei weini i rieni/gofalwyr, a sicrhau bod y wybodaeth yn gywir, yn gyson ac yn agored i'w ddilysu. Nid oes yn rhaid ichi restru'r holl fwyd yr ydych yn eu gweini, dim ond yr alergenau sydd ynddynt.
- Cadw'r wybodaeth wedi'i diweddarau, a sicrhau ei bod ar gael i rieni/gofalwyr a swyddogion yr awdurdod lleol ar gais.
- Yn hyderus yn eich gallu i adnabod alergenau mewn unrhyw un o'r prydau y byddwch yn eu gweini.
- Yn gwirio labeli bwyd yn rheolaidd gan y gall cynhwysion y cynhyrchwyr newid.

Mae modd i chi ddod o hyd i gymorth ac adnoddau o sawl math ar wefan yr Asiantaeth Safonau Bwyd - [www.food.gov.uk/allergen-resources](http://www.food.gov.uk/allergen-resources). Gall y rhain eich helpu i wneud y newidiadau angenrheidiol a'u rhoi ar waith yn eich lleoliad. Mae'r adnoddau'n cynnwys cwrs hyfforddi AM DDIM ar-lein, poster yn dangos y 14 alergen, matrices i adnabod alergenau yn eich prydau, cardiau rysait a chardiau alergedd y gall plant eu llenwi.

Os oes arnoch angen arweiniad pellach ar sut y mae hyn yn effeithio arnoch chi, cysylltwch â'ch Awdurdod Lleol [www.food.gov.uk/enforcement/find-food-safety-team](http://www.food.gov.uk/enforcement/find-food-safety-team).

Dolenni cyswllt ar alergenau:  
[www.allergytraining.food.gov.uk/english](http://www.allergytraining.food.gov.uk/english)  
[www.food.gov.uk/science/allergy-intolerance](http://www.food.gov.uk/science/allergy-intolerance)

### Meddylwch am Alergedd

Pan fydd rhywun yn gofyn i chi a yw bwyd yn cynnwys cynhwysyn penodol - gwnewch yn siŵr. O 13 Rhagfyr 2014 ymlaen, bydd angen i fusnesau bwyd ddarparu gwybodaeth am gynhwysion alergenauidd yn y bwyd sy'n cael ei weini.



1. 'A oes wy yn hwn?'  
 2. 'Wn i ddim. Fe wna i ofyn.'  
 3. 'Ydych chi'n gwybod a oes wy yn hwn?'  
 4. 'Gad i mi edrych.'  
 5. 'Oes, mae wy ynddo.'  
 6. 'Fe ddewisaf rywbeth arall, diolch.'

Pa gynhwysion a allai achosi problem?

Cnau	Llaeth	Soia
Mwstard	Bys y Blaidd	Wyau
Pysgod	Pysgod cregyn	Molysglaid
Hadau sesame	Seleri	Sylffwr diocsid

I gael rhagor o wybodaeth a chyngor ar alergedd, ewch i: [food.gov.uk/allergy](http://food.gov.uk/allergy) - cliciwch ar 'Cymraeg'  
 Gallwch hefyd lawrkytho Gwybodaeth am alergenau ar gyfer bwydydd rhydd.

Yn gweithio mewn partneriaeth â



Llywodraeth Cymru  
 Welsh Government