



UNTERM STRICH • KOSTENLOS



Etiketten für Selbstgemachtes

für Plätzchen, Marmelade und Eingemachtes – mit Allergenen zum Ankreuzen



Deckel-Etiketten in zwei Größen • Glas-Etiketten • Anhänger • Dosenzettel

Was drin ist, wann es gemacht wurde, wie es aufbewahrt wird – und was es enthält

Deckel-Etiketten

Flache Deckelfläche vorher messen. Allergene zusätzlich aufs Glas-Etikett oder einen Anhänger.

Ø 5,6 cm – für große Deckel (ca. 63–70 mm)

 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am
 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am

Ø 4,4 cm – für kleinere Deckel (ca. 48–58 mm)

 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am
 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am	 <i>Selbst gemacht</i> _____ Sorte _____ gemacht am

Etiketten für Gläser und Dosen

8,8 × 6,5 cm – für größere Gläser mit geraden Wänden, Dosen und Schachteln



Sorte: _____ 

gemacht am _____

am besten bis _____

aufbewahren / geöffnet _____

☐ enthält Alkohol

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

Sorte: _____ 

gemacht am _____

am besten bis _____

aufbewahren / geöffnet _____

☐ enthält Alkohol

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

Sorte: _____ 

gemacht am _____

am besten bis _____

aufbewahren / geöffnet _____

☐ enthält Alkohol

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

Sorte: _____ 

gemacht am _____

am besten bis _____

aufbewahren / geöffnet _____

☐ enthält Alkohol

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

Sorte: _____ 

gemacht am _____

am besten bis _____

aufbewahren / geöffnet _____

☐ enthält Alkohol

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

Sorte: _____ 

gemacht am _____

am besten bis _____

aufbewahren / geöffnet _____

☐ enthält Alkohol

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

Für Gläser im Kühlschrank: Etikett mit durchsichtigem Klebeband überkleben, sonst löst Kondenswasser das Papier. Ein leeres Kästchen heißt nicht, dass etwas für Menschen mit Allergie geeignet ist (mehr auf Seite 6). Für kleine Gläser lieber die Anhänger nehmen.

Anhänger

Für Tüten, Gläser und Flaschen – mit Kordel oder Geschenkband befestigen



○ *

Für _____

von _____

Sorte _____

gemacht am _____ am besten bis _____

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

☐ enthält Alkohol

○ *

Für _____

von _____

Sorte _____

gemacht am _____ am besten bis _____

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

☐ enthält Alkohol

○ *

Für _____

von _____

Sorte _____

gemacht am _____ am besten bis _____

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

☐ enthält Alkohol

○ *

Für _____

von _____

Sorte _____

gemacht am _____ am besten bis _____

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

☐ enthält Alkohol

○ *

Für _____

von _____

Sorte _____

gemacht am _____ am besten bis _____

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

☐ enthält Alkohol

○ *

Für _____

von _____

Sorte _____

gemacht am _____ am besten bis _____

enthält laut Rezept:

☐ Gluten	☐ Schalenfrüchte
☐ Ei	☐ Erdnüsse
☐ Milch	☐ Sesam
☐ Soja	☐ Sellerie
☐ Senf	☐ Sulfite

genau (z. B. Weizen, Mandel): _____

Spuren möglich von: _____

☐ enthält Alkohol

Am besten auf dickeres Papier (160–200 g/m²) drucken. Das Loch geht am saubersten mit einer Lochzange.

Zettel für die Plätzchendose

Außen auf die Dose kleben oder obenauf legen – so ist es vor dem Öffnen zu sehen



Für große Dosen (flache Deckelfläche ab ca. 21 cm) oder zum Hinlegen: bis 6 Sorten

In dieser Dose

für: _____

von: _____

Sorte	Gluten	Ei	Milch	Schalenfrüchte	Erdnüsse	Soja	Sesam	Sellerie	Senf	Sulfite	Alkohol	genau
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	

Spuren möglich von: _____

Alle Sorten liegen zusammen in einer Dose und können einander berührt haben. Für Menschen mit Allergie besser getrennt verpacken.

Für kleinere Dosen (flache Deckelfläche ab ca. 15 cm): bis 4 Sorten, je 8,8 × 10,4 cm

In dieser Dose

für: _____ von: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Spuren möglich von: _____

Alkohol in: _____

Alle Sorten liegen zusammen in einer Dose und können einander berührt haben. Für Menschen mit Allergie besser getrennt verpacken.

In dieser Dose

für: _____ von: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Sorte: _____

Allergene: _____

Spuren möglich von: _____

Alkohol in: _____

Alle Sorten liegen zusammen in einer Dose und können einander berührt haben. Für Menschen mit Allergie besser getrennt verpacken.

Gut zu wissen

So füllst du die Etiketten aus



Ankreuzen

- Kreuze an, was laut Rezept enthalten ist – auch in Schokolade, Füllung, Marmelade und Gewürzmischungen. Bei gekauften Zutaten stehen die Allergene in der Zutatenliste und sind dort hervorgehoben.
- Bei Gluten und Schalenfrüchten die Sorte dazuschreiben (z. B. Weizen, Mandel, Haselnuss). Krebstiere, Fisch, Weichtiere und Lupine haben kein eigenes Kästchen; sie kommen ebenfalls in die Zeile „genau“.
- „Spuren möglich“ steht getrennt: Dort hin gehört, was nicht im Rezept ist, aber in der Küche, auf dem Blech oder in der Dose dazukommen kann, und „kann Spuren von ... enthalten“ von den Zutatenpackungen. Solche Hinweise sind freiwillig, keine Garantie. Ein leeres Kästchen heißt nicht, dass etwas für Menschen mit Allergie geeignet ist.

Wo steckt was?

Gluten	Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste, Hafer; auch Weizen- und Dinkelgrieß, Paniermehl, die meisten Oblaten
Ei	auch Eigelb zum Bestreichen, Baiser, Eierlikör
Milch	Butter, Sahne, Quark, Milch- und weiße Schokolade, Karamell mit Sahne
Schalenfrüchte	Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pekan, Paranuss, Pistazie, Macadamia; auch Marzipan; Nougat und Krokant je nach Zutaten
Erdnüsse	Erdnussbutter, Erdnüsse – botanisch keine Nuss, deshalb ein eigenes Kästchen
Soja	oft als Lecithin in Schokolade und Kuvertüre
Sesam	Sesamkrokant, Tahin, Sesam-Cracker
Sellerie, Senf	in Gewürz- und Würzmischungen, Chutneys, Senfsaat
Sulfite	geschwefelte Trockenfrüchte (oft Aprikosen, manche Rosinen), Wein, manche Liköre. Packungen prüfen und bei Unsicherheit die Zutat unter „genau“ nennen (z. B. „geschwefelte Aprikosen“).

Ehrlich bleiben

- Bei bekannter Allergie vorher nachfragen und getrennt backen und verpacken. Eine gemischte Dose ist für Allergiker kein sicheres Geschenk, auch wenn die Sorten einzeln stimmen.
- „Am besten bis“ nur eintragen, was Rezept und Erfahrung hergeben. Für Eingemachtes erprobte Rezepte und Verfahren nehmen; ist die Haltbarkeit nicht verlässlich einzuschätzen, nicht als ungekühlt haltbares Glas verschenken.
- Kein Honig für Babys unter einem Jahr; Rumkugeln und Likör nicht in die Kita-Dose.
- Die Etiketten sind für private Geschenke gedacht, nicht als Kennzeichnung für den Verkauf.

Drucken

- In Originalgröße (100 %) drucken, nicht „an Seite anpassen“. Normales Papier mit Klebestift oder Washi-Tape reicht; Kugelschreiber verwischt auf dem Glas weniger als Gelstift.

Die Plätzchen sind fertig. Aber wer bekommt welche?



Im Weihnachtsplaner „Organisation & Vorfreude“ planst du deine Backtage, hältst die Sorten fest und behältst den Überblick, wer welche Plätzchen bekommt.

franziskamende.de/go/organisation

Kostenlos für den privaten Gebrauch. Bitte nicht weiterverkaufen oder als Datei weitergeben – gern verlinken: franziskamende.de/untermstrich. Die Illustrationen sind KI-gestützt gerendert.

