



MES _____

¿Cuánto tengo en el monedero para pasar el mes?



1 - 2 =

¡EMPIEZA EL MES!

Mi objetivo mensual es

¿Qué voy hacer para ahorrar?

Prometo... _____



ORDEN DE MIS INGRESOS Y GASTOS MENSUALES

Ingresos

Fecha:	Concepto:	Importe:	Fecha:	Concepto:	Importe:
Fecha:	Concepto:	Importe:	Fecha:	Concepto:	Importe:
Fecha:	Concepto:	Importe:	TOTAL		1

Gastos fijos estimados

Alquiler / Hipoteca	Importe:	Gim	Importe:		Importe:		Importe:
Agua	Importe:	Educación	Importe:		Importe:		Importe:
Luz	Importe:	Cuota autonomos	Importe:		Importe:		Importe:
Gas	Importe:	Seguro de salud	Importe:		Importe:		Importe:
Teléfono fijo / internet	Importe:	Colegio	Importe:		Importe:		Importe:
Teléfono móvil	Importe:	Créditos y deudas	Importe:		Importe:		Importe:
Suscripciones (tv, música,...)	Importe:		Importe:		Importe:		Importe:
Abono de transporte	Importe:		Importe:		Importe:		Importe:
Gasolina/ gasoil	Importe:		Importe:		Importe:		Importe:
Plaza de parking	Importe:		Importe:	TOTAL		2	

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
SUPERVIVENCIA							
OCIO Y VICIO							
CULTURA							
EXTRAS							
TOTAL							

Concepto:	Importe:
SUPERVIVENCIA	
TOTAL SUPERVIVENCIA	
OCIO Y VICIO	
TOTAL OCIO Y VICIO	
CULTURA	
TOTAL CULTURA	
EXTRAS	
TOTAL EXTRAS	
TOTAL SEMANAL	

FINAL DE MES _____

Gastos semanales	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL gasto mensual	



Gastos en supervivencia	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

Gastos en ocio y vicio	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

Gastos en cultura	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

Gastos en extras	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

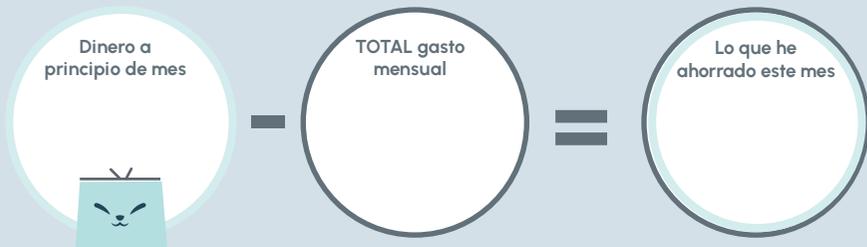
Gastos en	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

Gastos en	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

Gastos en	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

Gastos en	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	

Gastos en	
Semana 1	
Semana 2	
Semana 3	
Semana 4	
Semana 5	
TOTAL	



¿He conseguido alcanzar mis objetivos? SI NO CASI

¿He cumplido mis promesas? SI NO CASI

Reflexiones sobre mis éxitos, esfuerzos, fracasos...

Mi predicción de ahorro este mes

Ahorro real:

