

預算規劃追蹤表

記錄支出，瞭解每個月可以節省的资金。

月份 _____

當您清楚地知道自己每個月的支出時，您會更容易找到省錢的辦法。一般來說，您的基本支出（必須擁有的物品）不應超過實得工資的 50%。請按當地貨幣填寫下面的平均每月支出和收入，以瞭解您的情況。

家庭年收入 _____

每月的家庭實得工資收入 _____

每月基本支出（必需品）

i 建議：您可能需要查看銀行及信用卡賬單。

住房
住房按揭貸款
房租
物業稅/市政稅
家居保險
電費
水費
燃氣費
網路費/電視費
電話/手機
其他
住房費用小計
食品雜貨
食物
其他
食品費用小計
醫療保健
保險費

處方藥物費
自負額
其他
醫療保健費用小計
i 建議： 如果您只能查詢到年度醫療費用，也沒有關係。您只需將各項費用相加，然後除以 12，就可以得出您的每月醫療費用。
交通
汽車貸款或租賃費用
汽車保險
登記/稅務
日常保養
汽油費
的士/公車/地鐵等費用
其他
交通費用小計
債務和每月應繳款項
信用卡債務（週期性付款計劃）
學生貸款
貸款、稅金、借款

贍養費和其他負擔
其他
債務和每月應繳款項小計
子女和受撫養人照顧
照顧子女（如日托）
照顧父母/祖父母
其他負擔
兒童及受撫養人照顧費用小計
每月基本支出總計
<hr/>
i 建議： 您的基本支出不應超過實得工資的 50%。

禮物
禮物（如生日、節日等）
慈善捐款
其他
禮物費用小計
休閒
旅遊和度假
俱樂部會員資格（如健身房）
興趣愛好
其他
休閒費用小計
娛樂
電影/戲劇/體育賽事
外出用餐
其他
娛樂費用小計
每月非必要支出總計
<hr/>
i 建議： 由於可自由支配支出是可有可無的，削減這方面的支出可能有利於您的財務狀況。

//////

每月非必要支出（希望擁有的東西）

個人護理
美髮、化妝等
服裝
乾洗
其他
個人照護費用小計

<hr/> 每月基本支出總計	+	<hr/> 每月非必要支出總計	=	<hr/> 每月支出總計
-----------------------	---	------------------------	---	---------------------