Cuaderno de Seguimiento de Gastos

LUCY POSITIVE



Este Cuaderno de Seguimiento de Gastos pertenece a:

_____

El uso de este cuaderno es estrictamente personal.
Prohibída su reproducción total o parcial, así como también su venta y/o difusión.
Material protegido por propiedad intelectual. Todos los derechos reservados.
Copyright 2022 - LUCY POSITIVE

Visita lucypositive.com

Seguimiento de gastos

Semana 1

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 1

Plan de reducción de gastos

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.

Seguimiento de gastos

Semana 2

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 2

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 3

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 3

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 4

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 4

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 5

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 5

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 6

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 6

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 7

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 7

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 8

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 8

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 9

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 9

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 10

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 10

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 11

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 11

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 12

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 12

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 13

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 13

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 14

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 14

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 15

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 15

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 16

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 16

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 17

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 17

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 18

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 18

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 19

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 19

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 20

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 20

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 21

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 21

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 22

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 22

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 23

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 23

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 24

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 24

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 25

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 25

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 26

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 26

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 27

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 27

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 28

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 28

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 29

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 29

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 30

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 30

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 31

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 31

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 32

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 32

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 33

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 33

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 34

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 34

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 35

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 35

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 36

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 36

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 37

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 37

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 38

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 38

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 39

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 39

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 40

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 40

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 41

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 41

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 42

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 42

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 43

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 43

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 44

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 44

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 45

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 45

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 46

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 46

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 47

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 47

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 48

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 48

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 49

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 49

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 50

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 50

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 51

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 51

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Seguimiento de gastos

Semana 52

Fecha	Descripción	Efectivo o tarjeta	Categoría	Monto

TOTAL

Seguimiento de gastos

Semana 52

Plan de reducción de gastos

1. ☐
2. ☐
3. ☐
4. ☐
5. ☐
6. ☐
7. ☐
8. ☐

Notas

Notas

Notas

Notas

Notas

Notas

Notas

Notas

Notas

Notas





LUCY POSITIVE