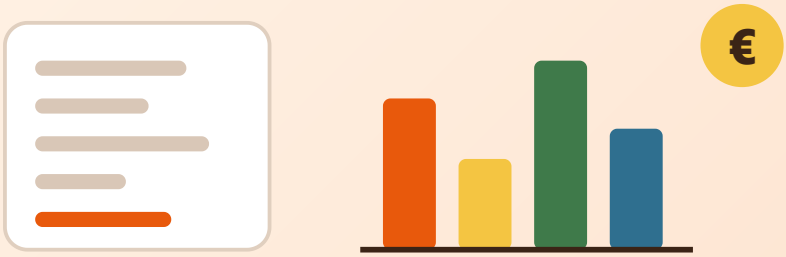
Monatliche Ausgaben Tabelle zum Ausdrucken

Behalte deine Finanzen im Blick: Monatsbudget mit Einnahmen, Fixkosten und variablen Ausgaben, Jahresübersicht der Fixkosten, Liste für Verträge und Abos und eine Seite zur 50-30-20-Regel.



So nutzt du die Tabelle

1. Am Monatsanfang alle Einnahmen eintragen.
2. Fixkosten vom Kontoauszug übernehmen.
3. Für variable Ausgaben ein Budget planen.
4. Am Monatsende die tatsächlichen Beträge eintragen.
5. Differenz ansehen: Wo lohnt sich Sparen?

Fixkosten oder variabel?

- **Fixkosten:** kommen jeden Monat in gleicher Höhe – Miete, Strom, Versicherungen, Abos
- **Variable Ausgaben:** schwanken – Lebensmittel, Tanken, Freizeit, Kleidung
- **Jährliche Kosten** (z. B. Kfz-Versicherung) durch 12 teilen und monatlich zurücklegen

Inhalt

1	Monatsbudget: geplant und tatsächlich	S. 2	3	Verträge und Abos im Überblick	S. 4
2	Jahresübersicht Fixkosten	S. 3	4	Die 50-30-20-Regel	S. 5

Monatsbudget

Einnahmen, Fixkosten, variable Ausgaben

Monat _____ **Jahr** _____ **Kontostand am Monatsanfang €** _____

Posten	Geplant €	Tatsächlich €	Differenz €
Einnahmen			
Nettogehalt			
Nettogehalt Partner/in			
Kindergeld			
Nebenjob			
Sonstiges			
Summe Einnahmen			
Fixkosten			
Miete / Kredit Wohnung			
Nebenkosten / Hausgeld			
Strom			
Gas / Heizung			
Internet und Telefon			
Handy			
Versicherungen			
Auto (Rate, Steuer, Versicherung)			
Bus und Bahn			
Rundfunkbeitrag			
Streaming und Abos			
Kita / Schule / Verein			
Kredite und Raten			
Sparrate			
Summe Fixkosten			
Variable Ausgaben			
Lebensmittel und Drogerie			
Tanken			
Kleidung			
Freizeit und Ausgehen			
Geschenke			
Gesundheit			
Haushalt und Reparaturen			
Sonstiges			
Summe Variable Ausgaben			

Einnahmen – Fixkosten – variable Ausgaben = übrig	

Jahresübersicht Fixkosten

alle 12 Monate auf einen Blick

Jahr _____ **Haushalt** _____ _____

Fixkosten	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Miete / Kredit Wohnung												
Nebenkosten / Hausgeld												
Strom												
Gas / Heizung												
Internet und Telefon												
Handy												
Versicherungen												
Auto (Rate, Steuer, Versicherung)												
Bus und Bahn												
Rundfunkbeitrag												
Streaming und Abos												
Kita / Schule / Verein												
Kredite und Raten												
Sparrate												
Summe												

Tipp: Trag jeden Monat die tatsächlichen Abbuchungen ein. So fallen Preiserhöhungen bei Strom, Versicherungen oder Abos sofort auf.

Verträge und Abos

was läuft, was kann weg?

Vertrag / Abo	Anbieter	Betrag €	Zahlweise	Kündigungsfrist	Läuft bis	Noch nötig?
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein
						☐ ja ☐ nein

Die 50-30-20-Regel

Die 50-30-20-Regel ist eine einfache Faustregel, um das Nettoeinkommen aufzuteilen. Sie ist kein Muss, aber ein guter Startpunkt.

50 %
Bedürfnisse: Miete, Nebenkosten, Lebensmittel, Versicherungen, Mobilität

30 %
Wünsche: Freizeit, Restaurant, Urlaub, Hobbys, Shopping

20 %
Sparen und Schulden tilgen: Notgroschen, Altersvorsorge, Rücklagen

	Anteil	Mein Betrag €	Tatsächlich €	Passt?
Nettoeinkommen	100 %			
Bedürfnisse	50 %			☐
Wünsche	30 %			☐
Sparen und Tilgen	20 %			☐

Rechenbeispiel

Nettoeinkommen 2.400 €:
50 % = 1.200 € für Bedürfnisse
30 % = 720 € für Wünsche
20 % = 480 € zum Sparen und Tilgen

Notgroschen

Viele Ratgeber empfehlen eine Rücklage von drei bis sechs Monatsausgaben für unerwartete Kosten wie eine kaputte Waschmaschine oder eine Autoreparatur.