











| Sonntag | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|---|--|---|---|---|--|--|
| Fasttag: Es ist nur eine volle Mahlzeit erlaubt, bei der Fleisch verzehrt werden darf. Zwei weitere fleischfreie Mahlzeiten, die gemeinsam weniger als eine volle Mahlzeit ausmachen, sind ebenfalls erlaubt. Abstinenz: Fleisch (bzw. Suppe oder Soße aus Fleisch) darf überhaupt nicht verzehrt werden. | | | | Weiß  1 | Rot 2 | Weiß 3 |
| | | | | <i>Gebotener Feiertag</i> Fest der Beschneidung Unseres Herrn Jesus Christus | <i>Herz-Jesu-Freitag</i> <i>Abstinenz</i> Oktavtag des Hl. Erzmärtyrers Stephanus  | <i>Herz-Mariä-Samstag</i> Oktavtag des Hl. Johannes, Apostel u. Evangelist  |
| Weiß  4 | Weiß 5 | Weiß  6 | Weiß 7 | Weiß 8 | Weiß 9 | Weiß 10 |
| Fest des Allerheiligsten Namens Jesu (Oktavtag der Heiligen Unschuldigen Kinder, Märtyrer) | Vigil des Festes der Erscheinung des Herrn (Hl. Telesphorus, Papst u. Märtyrer) | <i>Gebotener Feiertag</i> Fest der Erscheinung des Herrn | Innerhalb der Oktav | Innerhalb der Oktav | <i>Abstinenz</i> Innerhalb der Oktav | Innerhalb der Oktav |
| Weiß  11 | Weiß 12 | Weiß 13 | Weiß 14 | Weiß 15 | Rot 16 | Weiß 17 |
| Fest der Heiligen Familie: Jesus, Maria und Josef (Innerhalb der Oktav) (Hl. Hyginus, Papst u. Märtyrer) | Innerhalb der Oktav | Oktavtag des Festes der Erscheinung des Herrn | Hl. Hilarius, Bischof, Bekenner u. Kirchenlehrer (Hl. Felix von Nola, Priester, Märtyrer) | Hl. Paulus, erster Einsiedler, Bekenner (Hl. Maurus, Abt) | <i>Abstinenz</i> Hl. Marcellus I., Papst u. Märtyrer | Hl. Antonius, Abt |
| Grün  18 | Rot 19 | Rot 20 | Rot 21 | Rot 22 | Weiß 23 | Rot 24 |
| 2. Sonntag nach Erscheinung des Herrn (Stuhlfeier des heiligen Petrus zu Rom) (Hl. Prisca, Jungfrau u. Märtyrerin) (Hl. Paulus, Apostel) | Hl. Marius und Gefährten, Märtyrer (Hl. Knut IV., König, Märtyrer) | Hl. Fabian, Papst und Märtyrer, und hl. Sebastian, Märtyrer | Hl. Agnes, Jungfrau u. Märtyrerin | Hll. Vinzenz und Anastasius, Märtyrer | <i>Abstinenz</i> Hl. Raimund von Pennafort, Bekenner (Hl. Emerentiana, Jungfrau u. Märtyrerin) | Hl. Timotheus, Bischof u. Märtyrer |
| Grün  25 | Rot 26 | Weiß 27 | Weiß 28 | Weiß 29 | Rot 30 | Grün 31 |
| 3. Sonntag nach Erscheinung des Herrn (Bekehrung des heiligen Paulus, Apostel) (Gedenken an den heiligen Petrus, Apostel) | Hl. Polykarp von Smyrna, Bischof u. Märtyrer | Hl. Johannes Chrysostomus, Bischof, Bekenner u. Kirchenlehrer | Hl. Petrus Nolascus, Bekenner (Gedenken der hl. Agnes (zum anderen Mal), Jungfrau u. Märtyrerin) | Hl. Franz von Sales, Bischof, Bekenner u. Kirchenlehrer | <i>Abstinenz</i> Hl. Martina, Jungfrau u. Märtyrerin | 4. Sonntag nach Erscheinung des Herrn [antizipiert] (Hl. Johannes Bosco, Bekenner) |