



Sonntag	Sontag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
<p>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.</p> <p>Abstinenz = Fleisch (bzw. Suppe oder Soße aus Fleisch) darf überhaupt nicht verzehrt werden.</p>						<p>Rot 1</p> <p>Herz-Jesu-Freitag <i>Abstinenz</i> Fest des kostbarsten Blutes unseres Herrn Jesus Christus (Oktavtag des Heiligsten Herzens Jesu) (Innerhalb der Oktav)</p>  	<p>Weiß 2</p> <p>Herz-Mariä-Samstag Fest Mariä Heimsuchung (Oktavtag der Geburt des hl. Johannes des Täufers) (Innerhalb der Oktav) (Hll. Processus und Martinianus, Märtyrer)</p>  
<p>Grün  3</p> <p>4. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Leo II., Papst u. Bekenner) (Innerhalb der Oktav)</p>	<p>Rot 4</p> <p>Innerhalb der Oktav</p>	<p>Weiß 5</p> <p>Hl. Antonius Maria Zaccaria, Bekenner (Innerhalb der Oktav)</p>	<p>Rot 6</p> <p>Oktavtag der Hll. Apostel Petrus und Paulus</p>	<p>Weiß 7</p> <p>Hl. Cyrillus und Methodius, Bischöfe u. Bekenner</p>	<p>Weiß 8</p> <p><i>Abstinenz</i> Heilige Elisabeth, Königin, Witwe</p> 	<p>Weiß 9</p> <p>Hl. Maria am Samstag</p>	
<p>Grün  10</p> <p>5. Sonntag nach Pfingsten (Heilige Sieben Brüder, Märtyrer) (Hll. Rufina und Secunda, Jungfrauen u. Märtyrerinnen)</p>	<p>Rot 11</p> <p>Hl. Pius I., Papst u. Märtyrer</p>	<p>Weiß 12</p> <p>Hl. Johannes Gualbertus, Abt (Hll. Nabor und Felix, Märtyrer)</p>	<p>Rot 13</p> <p>Hl. Anaklet, Papst u. Märtyrer</p>	<p>Weiß 14</p> <p>Hl. Bonaventura von Bagnoregio, Bischof, Bekenner u. Kirchenlehrer</p>	<p>Weiß 15</p> <p><i>Abstinenz</i> Hl. Heinrich II., Kaiser, Bekenner</p> 	<p>Weiß 16</p> <p>Allerseligste Jungfrau Maria vom Berge Karmel</p>	
<p>Grün  17</p> <p>6. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Alexius von Rom, Bekenner)</p>	<p>Weiß 18</p> <p>Hl. Camillus de Lellis, Bekenner (Hl. Symphorosa und ihre hll. Sieben Söhne, Märtyrer)</p>	<p>Weiß 19</p> <p>Hl. Vinzenz von Paul, Bekenner</p>	<p>Weiß 20</p> <p>Hl. Hieronymus Ämiliani, Bekenner (Hl. Margareta von Antiochia, Jungfrau u. Märtyrerin)</p>	<p>Weiß 21</p> <p>Hl. Praxedes, Jungfrau</p>	<p>Weiß 22</p> <p><i>Abstinenz</i> Hl. Maria Magdalena, Büberin</p> 	<p>Rot 23</p> <p>Hl. Apollinaris von Ravenna, Bischof u. Märtyrer (Vigil des heiligen Apostels Jakobus des Älteren) (Hl. Liborius, Bischof u. Bekenner)</p>	
<p>Grün  24/31</p> <p>7. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Christina, Jungfrau u. Märtyrerin)</p> <p>8. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Ignatius von Loyola, Bekenner)</p>	<p>Rot 25</p> <p>Hl. Apostel Jakobus der Ältere (Hl. Christophorus, Märtyrer)</p>	<p>Weiß 26</p> <p>Hl. Anna, Mutter der Allerseligsten Jungfrau Maria, Witwe</p>	<p>Rot 27</p> <p>Hl. Pantaleon, Märtyrer</p>	<p>Rot 28</p> <p>Hll. Nazarius und Celsus, Märtyrer</p>	<p>Weiß 29</p> <p><i>Abstinenz</i> Hl. Martha, Jungfrau (Hl. Felix II. und Gefährten, Märtyrer)</p> 	<p>Rot 30</p> <p>Hll. Abdon und Sennen, Märtyrer</p>	