















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