



| Sonntag | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|---|---|--|---|--|--|--|
| | Weiß 1 Rot Fest Mariä Königin [vom 31. Mai] (Hl. Angela Merici, Jungfrau) | 2 Grün Hl. Marcellinus und Gefährten, Märtyrer | 3 Ferialtag | Weiß 4 Gebotener Feiertag Fronleichnam | Weiß 5 Herz-Jesu-Freitag Abstinenz Innerhalb der Oktav (Hl. Bonifatius von Mainz, Bischof u. Märtyrer) | Weiß 6 Herz-Mariä-Samstag Innerhalb der Oktav (Hl. Norbert von Xanten, Bischof u. Bekenner) |
| Weiß 7 Sonntag innerhalb der Oktav von Fronleichnam (2. Sonntag nach Pfingsten) | Weiß 8 Innerhalb der Oktav | Weiß 9 Innerhalb der Oktav (Hl. Primus und Felicianus, Märtyrer) | Weiß 10 Innerhalb der Oktav (Hl. Margareta, Königin, Witwe) | Weiß 11 Oktavtag von Fronleichnam (Hl. Barnabas, Apostel) | Weiß 12 Abstinenz Fest des Heiligsten Herzens Jesu | Weiß 13 Hl. Antonius von Padua, Bekenner u. Kirchenlehrer (Innerhalb der Oktav) |
| Weiß 14 Sonntag innerhalb der Oktav des Festes des Heiligsten Herzens Jesu (Hl. Basilius der Große, Bischof, Bekenner u. Kirchenlehrer) (3. Sonntag nach Pfingsten) | Weiß 15 Innerhalb der Oktav (Hl. Vitus, Modestus und Crescentia, Märtyrer) | Weiß 16 Innerhalb der Oktav | Weiß 17 Innerhalb der Oktav | Weiß 18 Hl. Ephräim der Syrer, Bekenner u. Kirchenlehrer (Innerhalb der Oktav) (Hl. Markus und Marcellianus, Märtyrer) | Weiß 19 Abstinenz Hl. Juliana von Falconieri, Jungfrau (Oktavtag des Festes des Heiligsten Herzens Jesu) (Hl. Gervasius und Protasius, Märtyrer) | Weiß 20 Hl. Maria am Samstag (Hl. Silverius, Papst u. Märtyrer) |
| Grün 21 4. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Aloisius von Gonzaga, Bekenner) | Weiß 22 Hl. Paulinus von Nola, Bischof u. Bekenner | Violett 23 Vigil der Geburt des hl. Johannes des Täufers | Weiß 24 Geburt des hl. Johannes des Täufers | Weiß 25 Hl. Wilhelm von Vercelli, Abt (Innerhalb der Oktav) | Rot 26 Abstinenz Hl. Johannes und Paulus, Märtyrer (Innerhalb der Oktav) | Weiß 27 Innerhalb der Oktav (Vigil der heiligen Apostel Petrus und Paulus) |
| Grün 28 5. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Irenäus, Bischof u. Märtyrer) (Innerhalb der Oktav) | Rot 29 Gebotener Feiertag Hl. Apostel Petrus und Paulus | Rot 30 Gedächtnis des hl. Paulus, Apostel (Innerhalb der Oktav) (Hl. Petrus, Apostel) | 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. | | | |