



| Sonntag | Montag | 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>Weiß 1</p> <p>Herz-Jesu-Freitag <i>Abstinenz</i> Hl. Ägidius, Abt (Heilige Zwölf Brüder, Märtyrer)</p>    | <p>Weiß 2</p> <p>Herz-Mariä-Samstag Hl. Stephan, König, Bekenner</p>  |
| <p>Grün  3</p> <p>14. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Pius X., Papst u. Bekenner)</p> | <p>Grün 4</p> <p>Ferialtag</p> | <p>Weiß 5</p> <p>Hl. Laurentius Justinian, Bischof u. Bekenner</p> | <p>Grün 6</p> <p>Ferialtag</p> | <p>Grün 7</p> <p>Ferialtag</p> | <p>Weiß 8</p> <p><i>Abstinenz</i> Geburt der Allerseligsten Jungfrau Maria (Hl. Adrianus, Märtyrer)</p>  | <p>Weiß 9</p> <p>Hl. Petrus Claver, Bekenner (Hl. Gorgonius, Märtyrer)</p> | |
| <p>Grün  10</p> <p>15. Sonntag nach Pfingsten (Hl. Nikolaus von Tolentino, Bekenner)</p> | <p>Rot 11</p> <p>Hll. Protus und Hyacinthus, Märtyrer</p> | <p>Weiß 12</p> <p>Fest des Allerheiligsten Namens Mariä</p> | <p>Grün 13</p> <p>Ferialtag</p> | <p>Rot 14</p> <p>Erhöhung des Heiligen Kreuzes</p> | <p>Weiß 15</p> <p><i>Abstinenz</i> Sieben Schmerzen der Allerseligsten Jungfrau Maria (Hl. Nikomedes, Märtyrer)</p>  | <p>Rot 16</p> <p>Hl. Cornelius, Papst u. Märtyrer, und hl. Cyprian, Bischof u. Märtyrer (Hl. Euphemia, Jungfrau u. Märtyrerin, und ihre Gefährten, Märtyrer)</p> | |
| <p>Grün  17</p> <p>16. Sonntag nach Pfingsten (Empfang der Wundmale durch den hl. Franziskus von Assisi)</p> | <p>Weiß 18</p> <p>Hl. Josef von Cupertino, Bekenner</p> | <p>Rot 19</p> <p>Hl. Januarius, Bischof und Märtyrer, und seine Gefährten, Märtyrer</p> | <p>Rot 20</p> <p><i>Fasttag</i> <i>Abstinenz</i> Quatembermittwoch Hl. Eustachius und Gefährten, Märtyrer (Vigil des hl. Matthäus)</p>  | <p>Rot 21</p> <p>Hl. Matthäus, Apostel u. Evangelist</p> | <p>Weiß 22</p> <p><i>Fasttag</i> <i>Abstinenz</i> Quatemberfreitag Hl. Thomas von Villanova, Bischof u. Bekenner (Hl. Mauritius und Gefährten, Märtyrer)</p>  | <p>Rot 23</p> <p><i>Fasttag</i> <i>Abstinenz</i> Quatembersamstag Hl. Linus, Papst u. Märtyrer (Hl. Thekla, Jungfrau u. Märtyrerin)</p>  | |
| <p>Grün  24</p> <p>17. Sonntag nach Pfingsten (Allerseligste Jungfrau Maria von der Erlösung der Gefangenen)</p> | <p>Grün 25</p> <p>Ferialtag</p> | <p>Rot 26</p> <p>Hl. Isaak Jogues und Gefährten, Märtyrer (Hll. Cyprian und Justina, Märtyrer)</p> | <p>Rot 27</p> <p>Hll. Cosmas und Damian, Märtyrer</p> | <p>Rot 28</p> <p>Hl. Wenzeslaus, Herzog, Märtyrer</p> | <p>Weiß 29</p> <p><i>Abstinenz</i> Weihe der Kirche des hl. Erzengels Michael</p>  | <p>Weiß 30</p> <p>Hl. Hieronymus, Bekenner u. Kirchenlehrer</p> | |