








Domenica	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Ab - Abate Ap - Apostolo C - Confessore D - Dottore della Chiesa Ev - Evangelista M - Martire Mi - Martiri	Giorno di digiuno = Un pasto completo, che può includere carne. Sono consentiti anche altri due pasti senza carne che insieme siano inferiori al pasto completo. Astinenza = La carne e la zuppa o salsa a base di carne non possono essere mangiate affatto.		Viola 1 Giornata di digiuno Astinenza Mercoledì delle Tempora Feria	Viola 2 Giornata di digiuno Feria	Viola 3 Primo Venerdì Astinenza Giornata di digiuno Venerdì delle Tempora Feria	Bianco 4 Primo Sabato Astinenza Giornata di digiuno Sabato delle Tempora San Casimiro, C (San Lucio I, PM)
Viola  5 II Domenica di Quaresima	Rosso 6 Giornata di digiuno Sante Perpetua e Felicità, Mi	Bianco 7 Giornata di digiuno San Tommaso d'Aquino, CD	Bianco 8 Giornata di digiuno San Giovanni di Dio, C	Bianco 9 Giornata di digiuno Santa Francesca Romana, Vd	Rosso 10 Giornata di digiuno Astinenza Santi quaranta martiri di Sebaste	Viola 11 Giornata di digiuno Astinenza Feria
Viola  12 III Domenica di Quaresima (San Gregorio Magno, PCD)	Viola 13 Giornata di digiuno Feria	Viola 14 Giornata di digiuno Feria	Viola 15 Giornata di digiuno Feria	Viola 16 Giornata di digiuno Feria	Bianco 17 Giornata di digiuno Astinenza San Patrizio, EC	Bianco 18 Giornata di digiuno Astinenza San Cirillo di Gerusalemme, ECD
Viola (Rosa)  19 IV Domenica di Quaresima (Domenica Laetare)	Bianco  20 Giornata di precetto Giornata di digiuno San Giuseppe, sposo della SVM, C	Bianco 21 Giornata di digiuno San Benedetto da Norcia, Ab	Bianco 22 Giornata di digiuno Sant'Isidoro l'Agricoltore, C	Viola 23 Giornata di digiuno Feria	Bianco 24 Giornata di digiuno Astinenza San Gabriele Arcangelo	Bianco 25 Giornata di digiuno Astinenza L'Annunciazione della Santissima Vergine Maria
Viola  26 Domenica di Passione	Bianco 27 Giornata di digiuno San Giovanni Damasceno, CD	Bianco 28 Giornata di digiuno San Giovanni da Capestrano, C	Viola 29 Giornata di digiuno Feria	Viola 30 Giornata di digiuno Feria	Bianco 31 Giornata di digiuno Astinenza I sette dolori della Madonna	E - Episcopo (Vescovo) P - Papa Pi - Papi V - Vergine Vd - Vedova (San -nome-) - Commemorazione