



Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
Roxo 1 Branco	Vermelho 2	Branco 3	Branco 4	Vermelho 5	Branco 6	Branco 7
Domingo da Septuagésima (Santo Inácio, BM)	A Purificação da Santíssima Virgem Maria	São Brás de Sebaste, BM	Santo André Corsini, BC	Santa Ágata de Catânia, VM	Primeira Sexta-feira <i>Abstinência</i> São Tito, BC (Santa Doroteia, VM)	Primeiro Sábado São Romualdo, Ab
Roxo 8 Branco	Branco 9	Branco 10	Branco 11	Branco 12	Roxo 13	Branco 14
Domingo da Sexagésima (São João da Mata, C)	São Cirilo de Alexandria, BCD (Santa Apolónia, VM)	Santa Escolástica de Núrsia, V	A Aparição de Nossa Senhora de Lurdes	Os Sete Santos Fundadores dos Servitas, Cc	<i>Abstinência</i> Dia Ferial	Sábado de Nossa Senhora (São Valentim, sacerdote, M)
Roxo 15 Roxo	Roxo 16	Roxo 17	Roxo 18	Roxo 19	Roxo 20	Roxo 21
Domingo da Quinquagésima (Santos Faustino e Jovita, Mm)	Dia Ferial	Dia Ferial	<i>Dia de Jejum</i> <i>Abstinência</i> Quarta-feira de Cinzas (São Simeão, BM)	<i>Dia de Jejum</i> Dia Ferial	<i>Dia de Jejum</i> <i>Abstinência</i> Dia Ferial	<i>Dia de Jejum</i> <i>Abstinência</i> Dia Ferial
Roxo 22 Branco	Vermelho 23	Vermelho 24	Roxo 25	Roxo 26	Roxo 27	Roxo 28
I Domingo da Quaresma (A Cátedra de São Pedro em Antioquia, Ap) (A Comemoração de São Paulo, Ap)	<i>Dia de Jejum</i> São Pedro Damião, BCD (Vigília de São Matias)	<i>Dia de Jejum</i> São Matias, Ap	<i>Dia de Jejum</i> <i>Abstinência</i> Quarta de Têmperas Dia Ferial	<i>Dia de Jejum</i> Dia Ferial	<i>Dia de Jejum</i> <i>Abstinência</i> Sexta de Têmperas São Gabriel da Dolorosa, C	<i>Dia de Jejum</i> <i>Abstinência</i> Sábado de Têmperas Dia Ferial

Ab: Abade

Ap: Apóstolo

C: Confessor

D: Doutor da Igreja

Ev: Evangelista

M: Mártir

Mm: Mártires

B: Bispo

P: Papa

Pp: Papas

SVM: Santa Virgem Maria

V: Virgem

Vva: Viúva

(Santo -nome-): Comemoração

Dia de Jejum: Uma refeição completa, que pode incluir carne, excepto se também for dia de abstinência. Também são permitidas duas outras refeições sem carne que em conjunto sejam menos do que a refeição completa.

Abstinência: Carne e sopa ou molhos feitos de carne **não** se podem comer em absoluto.