Quelle: http://manuscripta.at/?ID=885
Copyright: Klosterneuburg, Augustiner-Chorherrenstift

meiden sol der erst ist der tag
in dem di zwelfpoten in die welt
wurden gesmit der ander ist
sant alexius tag in disen tagen
sol sich hüten der mensch vor
sum vemt als in der icht ein
chom und in nach wam es
wird im gar pös. auch so der
mom stet in dem leben so sol
im der mensch cham newes ge
wint sneiden weder ain legen

Von dem augst. xii. ho.

Der augst ist der sechst mom
von dem mertzen und hai
zzet also mit dem namen augus
tus von dem chaiser augusto
der zu diser zeit mit streit sein
vemt überwant den gesigt er
ain und mydert si und undertät
ven übermut mänleich der ch
aiser hazzet also von der me
rung wam als wort august
ist gesprochen so vil als ein
merer der das chaisertum mert
wam alle dinch sich dann
merent in disen tagen paide
allerhant fricht der man sol
gemessen zu essen und zu trin
ken nach der natdurft. doch
in diser zeit sol man nicht ezzen
weiz chraut wam es ist der
melancholischen complexen alle
gewürzt speis mit pfeffer sind
schedlich ze nützen aller hant
obs und früchst ist ungesmit
ze nützen wam es ist noch nicht
zeitig. in chersen allain die
mag man wol essen. aber was
obs hazzet das ist ungesmit das
ist durmb dez der thaw veller
dar auf der ist underweilen ver
giftig da von ist es ungeher ze
ezzen und dem ungesmit teich
nisch und auch di che vor benant
sind sol man meiden. ain sol
auch nicht paden oder selten und
doch chül. ain sol im auch nicht
lazzen in diser zeit. ain sol
nützen silich speis di der com
plexen sei zimleich. ajet sol
man meiden. alt mertzisch pier
sol man dann lieber trincken
dem wein wam di sind nü sag
da von si gar ungesmit sein
und dez mones hebt sich do
an pe. steph. steph. aber di sunn
get in di junchfraw. zum ersten
an dem fünftzehenten tag des
selben monden und geleicher weis
als ein junchfraw von ir selber
ist unsenicht per also ist auch nu
das erdtreich unfruchtpär di weil
di sunn stet in der junchfrawen
in dem zaichen also genant.
hye sind auch zwen tag ze nützen