








# ПЕТРОВ ПОСТ:

календарь питания

ПЕТРОВ ПОСТ готовит христиан к дню памяти святых первоверховных апостолов Петра и Павла (12 июля).

20 – 11  
ИЮНЯ ИЮЛЯ

2022

ИЮНЬ						
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
20 	21 	22 	23 	24 	25 	26 
ИЮНЬ				ИЮЛЬ		
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
27 	28 	29 	30 	1 	2 	3 
ИЮЛЬ						
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
4 	5 	6 	7 	8 	9 	10 
ИЮЛЬ						
ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
11 	12 поста нет	13	14	15	16	17

Условные обозначения:



Сухоядение  
(хлеб, фрукты,  
овощи, компоты)



Разрешена  
горячая пища  
с растительным  
маслом



Горячая пища  
без масла



Разрешена  
рыба

В пост  
не разрешается:

- мясо
- молоко
- птица
- яйца