

УСПЕНСКИЙ ПОСТ:

календарь питания

УСПЕНСКИЙ ПОСТ готовит христиан к празднику

Успения Пресвятой Богородицы (28 августа).

14 – 27
августа августа

2022
август

FOMA.RU

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
8	9	10	11	12	13	14 
15 	16 	17 	18 	19 	20 	21 
22 	23 	24 	25 	26 	27 	28 поста нет

Условные обозначения:



Сухоядение
(хлеб, фрукты,
овощи, компоты)



Горячая пища
с растительным
маслом



Горячая пища
без масла



Разрешена
рыба

Не разрешается:



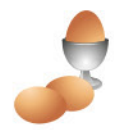
мясо



птица



молочные
продукты



яйца

Календарь составлен по строгому монастырскому уставу. Миряне (не монахи), как правило, постятся в Успенский пост мягче — согласуя степень строгости поста со своим духовником и в зависимости от своих жизненных обстоятельств.