

Календарь питания

РОЖДЕСТВЕНСКОГО ПОСТА 2025/26

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
				НОЯБРЬ		
24	25	26	27	28	29	30
ДЕКАБРЬ						
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
			ЯНВАРЬ			
29	30	31	1	2	3	4
5	6	РОЖДЕСТВО ХРИСТОВО поста нет	8	9	10	11

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

Разрешена рыба

Горячая пища с постным маслом

Горячая пища без масла

Пища не вкушается

Сухоядение (хлеб, фрукты, овощи, компоты)