# ПЕТРОВ ПОСТ:

## календарь питания

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

**28 июня – 11 июля**

**2021**

| пн | вт | ср | чт | пт | сб | вс |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **ИЮНЬ** | | | **ИЮЛЬ** | | | |
| 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **ИЮЛЬ** | | | | | | |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| **ИЮЛЬ** | | | | | | |
| 12 поста нет | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |

### Условные обозначения:

- Сухоядение (хлеб, фрукты, овощи, компоты)
- Разрешена горячая пища с растительным маслом
- Горячая пища без масла
- Разрешена рыба

### В пост не разрешается:

- мясо
- птица
- молочные продукты
- яйца

FOMA.RU

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