

Рождественский (Филиппов) пост 28 ноября 2011 - 6 января 2012

По правилам воздержания Рождественский пост близок к Петрову посту. Согласно церковному уставу во все дни поста исключаются мясные, молочные продукты и яйца.

Ноябрь 2011

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
28	29	30				
горячая растительная пища без растительного масла	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	Сухоядение*	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино

Декабрь 2011

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
			1	2	3	4
горячая растительная пища без растительного масла	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	праздник Введения во Храм Пресвятой Богородицы горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино
5	6	7	8	9	10	11
горячая растительная пища без растительного масла	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба,	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино

Декабрь 2011

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
12	13	14	15	16	17	18
горячая растительная пища без растительного масла	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино
19	20	21	22	23	24	25
горячая растительная пища без растительного масла	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино
26	27	28	29	30	31	
горячая растительная пища без растительного масла	горячая растительная пища с растительным маслом, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, вино	сухоядение	горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино	

Январь 2012

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
						1
						горячая растительная пища с растительным маслом, рыба, вино
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница		
				Рождественский сочельник		
2	3	4	5	6		
сухоядение	горячая растительная пища без растительного масла	сухоядение	горячая растительная пища без растительного масла	Особо строгий пост. Едят только после вечерни сочиво: сладкую кашу из пшеничной или рисовой.		

***Сухоядение:** разрешено вкушать только неварёную пищу (без термической обработки). Сухоядение соблюдается в среды в память о предательстве Иисуса Христа Иудой и в пятницы в память о распятии Христа. Сухоядение указывает на весьма строгую форму поста. Распространяется преимущественно на монашествующих. Для мирян считается дополнительным подвигом, на который рекомендуется получить благословение духовника. На трапезе в такие дни: хлеб, соль и вода, а также сырые овощи и фрукты, сухие фрукты (изюм, курага, инжир, финики), мёд, орехи.