

دو ساعت بعد از شام	دو ساعت بعد از نهار	دو ساعت بعد از صبحانه	ناشتا	
				شنبه
				یکشنبه
				دوشنبه
				سه شنبه
				چهارشنبه
				پنج شنبه
				جمعه

