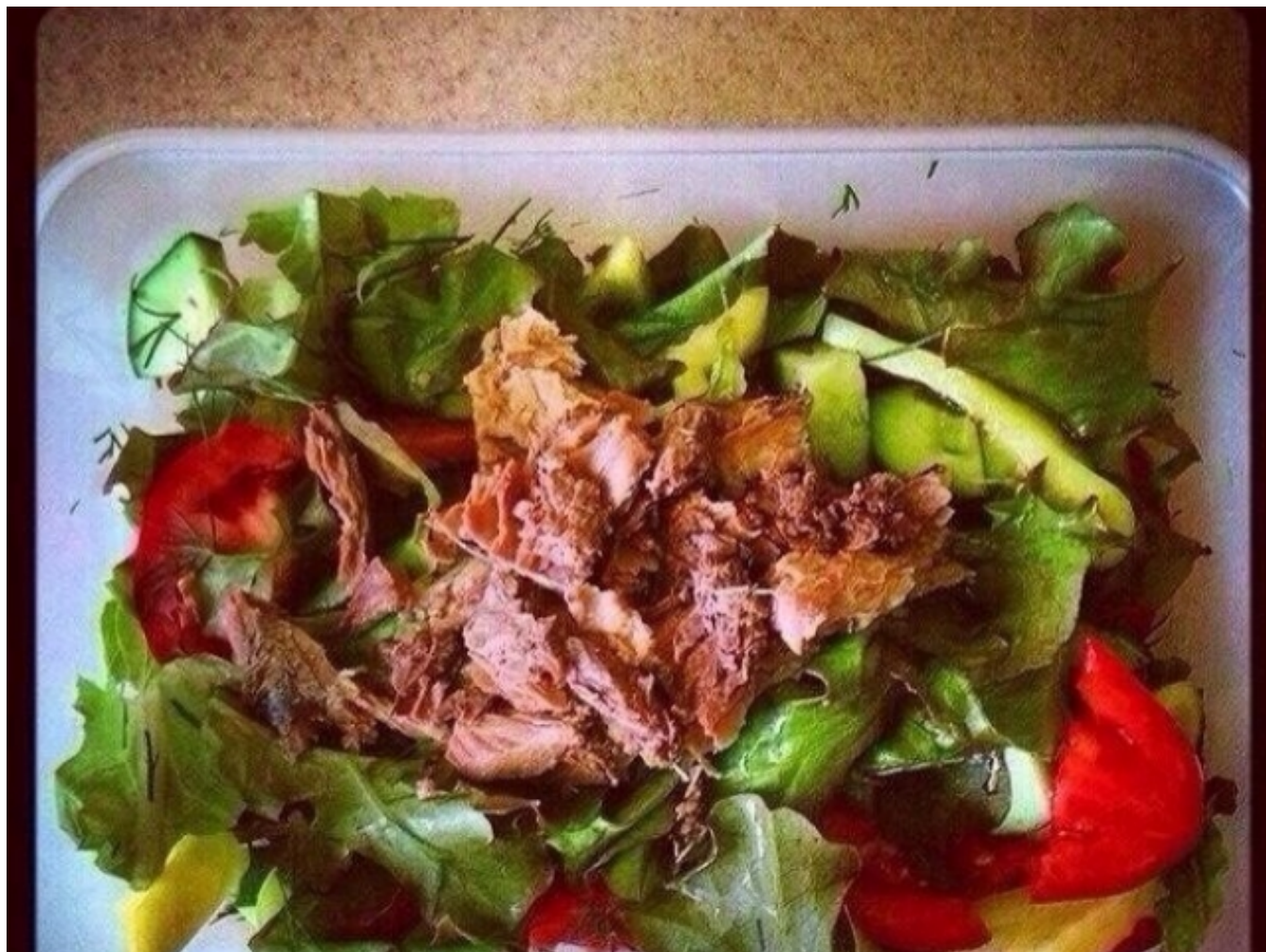


## Виды диетических овощных салатов на ужин:



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/vidy-dieticheskikh-ovoshnyh-salатов-na-uzhin/>

- 1) куриное филе, листья салата, помидоры, петрушка, укроп, яйцо.
- 2) листья салата, помидоры, кальмары, петрушка.
- 3) тунец, листья салата, огурец, помидор, перец, петрушка, укроп.

Ко всем трём вариантам возможно добавление оливкового масла, соевого соуса и натуральных специй.