

# ЗОЖ-Учёт

Реализованный функционал:

## 1. Главный экран:

- Календарь для выбора конкретного дня и просмотр/изменение рациона этого дня. При выборе дня показывается 3 раздела: завтрак, обед и ужин
- Каждый из этих разделов имеет внутри себя список позиций – продуктов, которые были съедены
- В каждом разделе есть кнопка “Добавить”, которая открывает страницу для добавления продуктов в конкретный день и конкретный прием пищи
- Панель добавления имеет поле указание массы съеденного продукта, после добавления данные привязываются ко дню и приему пищи
- Съеденные продукты можно удалять
- Фильтрация для выбираемых продуктов по их кбжу

## 2. Экран статистики:

- Имеет две секции – статистика текущего дня + персонализация и общая статистика
- Статистика текущего дня:
  - имеет один инпут, в котором по умолчанию стоит текущая дата, но ее можно поменять
  - выводится круговая диаграмма, которая показывает сколько калорий, белком, жиров и углеводов было употреблено за день
- Персонализация:
  - форма, где пользователь должен ввести свой возраст, рост, вес, пол, степень физ. активности
  - по введенным данным рассчитывается рекомендуемый дневной уровень калорий пользователя
  - отображается информация, если есть превышение или недостаток
- Общая статистика:
  - имеет два инпута для выбора диапазона дат, за которые будет считаться статистика
  - выводится общее кол-во калорий, жиров, белков и углеводов, которые были потреблены за указанный диапазон дат
  - выводится столбчатая диаграмма с калориями по дням
  - также можно посмотреть диаграмму отдельно с белками, жирами и углеводами
  - можно выбрать отображение диаграммы по дням, неделям, месяцам или году.

## 3. Экран справочник:

- Библиотека продуктов, где в табличной форме отображаются названия продуктов и их характеристики
- Реализован поиск по названию продуктов
- Реализована фильтрация продуктов по их характеристикам (кбжу)
- Возможность добавления своих продуктов в базу (хранятся в localStorage)

Использованный стек: Vue3, Vite, Composition API, SASS, Vue Router, Pinia, Vuetify, ChartJS

Работа с API с помощью клиента Axios

API - [https://anastasiia29sh.github.io/api\\_food/food.json](https://anastasiia29sh.github.io/api_food/food.json)

Адаптивность

Деплой - [https://anastasiia29sh.github.io/healthy\\_lifestyle/](https://anastasiia29sh.github.io/healthy_lifestyle/)