

# README COFOUNDER

Progetto: "Cucina Intelligente e Risparmio"

## 1. Perché esiste il progetto

Obiettivo di fondo

Rendere facile cucinare in modo organizzato, ridurre gli sprechi, risparmiare tempo e usare l'AI solo dove ha senso.

Target numerico

Arrivare a 100.000 utenti attivi.

Orizzonte realistico di lavoro intenso: fino a fine 2026.

Vincoli personali e di risorse

Una persona sola in sviluppo e operatività.

Tempo disponibile 4–6 ore al giorno.

Budget limitato a circa 100 euro al mese per strumenti e infrastruttura.

## 2. Identità del prodotto

Funzione centrale

App che aiuta a:

- 1) usare prima quello che c'è in frigo
- 2) pianificare i pasti
- 3) generare liste della spesa intelligenti

Lo "scan frigo AI" è un gancio di attenzione, ma non è il cuore.

Il valore reale è in:

- piani pasti anti spreco
- lista spesa strutturata
- ricette veloci e coerenti con piccoli obiettivi di benessere

## 3. Pubblico di riferimento

Fase iniziale

Italia, lingua italiana, utenti che:

- cucinano in casa con regolarità
- odiano buttare cibo
- vogliono organizzarsi meglio, senza entrare in dinamiche sanitarie

In prospettiva

Estendere a più lingue e paesi, con ricette locali e adattamento culturale, ma solo dopo che il modello base in Italia funziona.

## 4. Modello di business e livelli

Tre livelli definiti.

Free

Obiettivo: volume utenti, abitudine d'uso, traffico per upgrade.

Include:

- accesso a ricette curate
- filtri per tempo, difficoltà, ingredienti
- tag "svuota frigo" manuale

- lista spesa dalle ricette
- preferiti e cronologia

Esclusioni:

- nessuna AI
- nessun planner settimanale
- presenza di pubblicità

Base – circa 3,99 euro al mese

Obiettivo: introdurre l'AI in modo controllato per ridurre sprechi.

Include Free, più:

- funzione “svuota frigo AI”
- inserimento ingredienti da testo, in futuro anche da foto
- limite rigido di richieste AI al mese per utente (esempio 10)
- caching dei risultati per combinazioni di ingredienti ripetute
- lista spesa ottimizzata per l'uso di ingredienti disponibili

Esclusioni:

- niente piano settimanale completo
- niente modulo fitness strutturato

Pro – circa 10,99 euro al mese

Obiettivo: trasformare l'app in un assistente di cucina organizzata orientata al benessere leggero.

Include Base, più:

- planner settimanale guidato
- obiettivi predefiniti: risparmio, energia per allenamento, definizione leggera, mantenimento
- menu settimanale proposto con ricette esistenti
- micro modifiche AI alle ricette per obiettivo scelto
- lista spesa unica per la settimana
- piccole statistiche di uso. Nessuna promessa clinica

Confini chiari per il Pro

Non è un servizio medico.

Non sostituisce nutrizionisti.

Resta in area organizzazione, abitudine e buon senso.

## 5. Strategia AI e controllo costi

Posizione dell'AI nel progetto

L'AI è un modulo aggiuntivo, non il fondamento.

Se le API cambiano prezzo o policy, il Free continua ad avere valore.

Principi di controllo costi:

- 1) Mai usare AI nel Free.
- 2) Nel Base, poche richieste al mese, con cache fortissima.
- 3) Nel Pro, richieste più frequenti, ma:
  - prompt pensati per massima riusabilità
  - risultati salvati e riutilizzati quando possibile
  - limiti mensili per evitare utenti “iper pesanti”
- 4) Regola mentale: il costo AI per utente Pro non deve superare una quota fissa del ricavo.
- 5) Se i costi superano quella quota, si interviene prima sulle funzioni costose, poi eventualmente sul prezzo.

## 6. Architettura tecnica

Scelte chiave:

- una sola PWA mobile first come base
- backend Strapi come unico punto di verità
- database Postgres o simile
- packaging in app Android e iOS tramite wrapper (esempio Capacitor)
- hosting economico ma solido, per esempio VPS con budget 10–20 euro al mese

Strutture essenziali in Strapi:

### 1) Recipe

- titolo, slug, ingredienti, passi, tempi
- tags
- campi per tempo, “veloce 15 minuti”, “budget friendly”
- flags per uso nel planner
- videold con solo ID YouTube, non URL completa

### 2) UserProfile

- collegamento a utente auth
- tipo di piano, stato, date inizio e rinnovo
- contatori mensili per uso AI

### 3) MealPlan e MealPlanDay per il Pro

- settimana, obiettivo, legame con utente
- giorni e pasti con relazioni alle ricette

Endpoint chiave backend:

- ricette filtrate
- lista spesa
- “svuota frigo AI” con cache e quote
- generazione e lettura planner settimanale

## 7. Roadmap a fasi

Fase 1 – mesi 1 e 2

Motore cucina senza AI

- PWA con ricette e lista spesa stabile
- Strapi pulito con recipe e struttura base
- sincronizzazione affidabile ricette e video
- tracking minimo di utilizzo

Fase 2 – mesi 3 e 4

Free solido e presentabile

- UX pulita su mobile
- login leggero
- landing page di presentazione
- raccolta liste di attesa per Base e Pro

Fase 3 – mesi 5 e 6

Attivazione Base con “svuota frigo AI”

- implementazione endpoint AI con cache e limiti
- interfaccia semplice per inserire ingredienti
- misurazione dei costi AI reali per utente Base

Fase 4 – mesi 7–9

## Primo Pro funzionale

- modelli MealPlan e MealPlanDay operativi
- generazione menu settimanali da ricette esistenti
- integrazione AI per micro modifiche suggerite
- lista spesa settimanale unica

## Fase 5 – mese 10 in avanti

Ottimizzazione e primi esperimenti con nutrizionista reale

- miglioramento funzioni usate di più
- test con una figura professionale per pacchetti extra
- preparazione a localizzazione in altre lingue

## 8. Rischi e contromisure

### Rischio 1

Burnout da complessità.

#### Contromisura

Nessun secondo progetto strutturale finché questo non porta entrate minime.

Una sola codebase frontend.

Un solo backend.

Nessun nuovo servizio finché non serve per un obiettivo chiaro.

### Rischio 2

Costi AI fuori controllo.

#### Contromisura

Quote e logging fin dall'inizio.

Cache su tutte le risposte ripetibili.

Funzioni AI limitate a pochi casi d'uso ad alto valore.

### Rischio 3

Confusione tra fitness e salute.

#### Contromisura

Comunicazione sempre su "organizzazione e abitudini".

Nessun riferimento a patologie o cure.

Eventuale nutrizionista posizionato come extra, non core.

### Rischio 4

Mancanza di traffico.

#### Contromisura

Strategia contenuti basata su formati semplici, anonimi, riciclabili.

Uso di TikTok, Reels, Pinterest con contenuti che mostrano casi d'uso concreti.

Ogni contenuto deve rimandare a una funzione chiara dell'app.

## 9. Principi operativi condivisi

- 1) Costruire cose piccole ma solide, una alla volta.
- 2) Non legare il valore del prodotto a feature di moda, ma a problemi ricorrenti delle persone.
- 3) Misurare l'uso reale prima di potenziare una funzione.
- 4) Proteggere il tuo tempo e la tua energia. Il progetto deve crescere in modo sostenibile.
- 5) AI come leva, non come stampella. Se una funzione senza AI non avrebbe senso, probabilmente non serve davvero.