

# ***Diet Calendar***

## **Explanatory note**

**1. Название программы:** Diet Calendar.

**2. Для чего нужна?** Программа помогает составить персональную диету

### **3. Краткое описание функционала программы**

Diet Calendar помогает составить персональную диету в зависимости от возраста, веса, роста, пола и физической активности.

Для каждого набора физических характеристик существует предельная норма калорий, которую человек должен потреблять, чтобы оставаться в форме.

Запустив приложение,

- Вы увидите окно, в которое нужно вбить свои физические показатели. Их нужно заполнить и нажать Асепт, тогда программа рассчитает нужную норму калорий. Затем нажимаем на Generate Menu и переходим в другое окно.
- Во втором окне мы видим 5 кнопок, соответствующих временам приёма пищи. Нажав на любую из кнопок, всплывает ещё одно окно.
- В третьем окне мы добавляем блюда из списка для каждого приёма пищи. Нельзя добавить больше калорий, чем предписано диетой.

Таким образом, пользователь в зависимости от своих физических особенностей выбирает себе диету, добавляет блюда или изымает их из списка.

**4. Адрес репозитория:** [https://github.com/linaZaytseva/Teem\\_Project](https://github.com/linaZaytseva/Teem_Project)

### **5. Члены команды и их роли:**

Зайцева Элина (группа 143): UI, application logic

Суханов Владислав (группа 143): UI, databases

### **6. Описание классов:**

Dish (Определяет сущность блюдо: id, название, калории, белки, жиры, углеводы, категория пищи, время питания)

EatingTime (Определяет сущность время питания: id, Название)

MealCategory (Определяет сущность категория пищи)

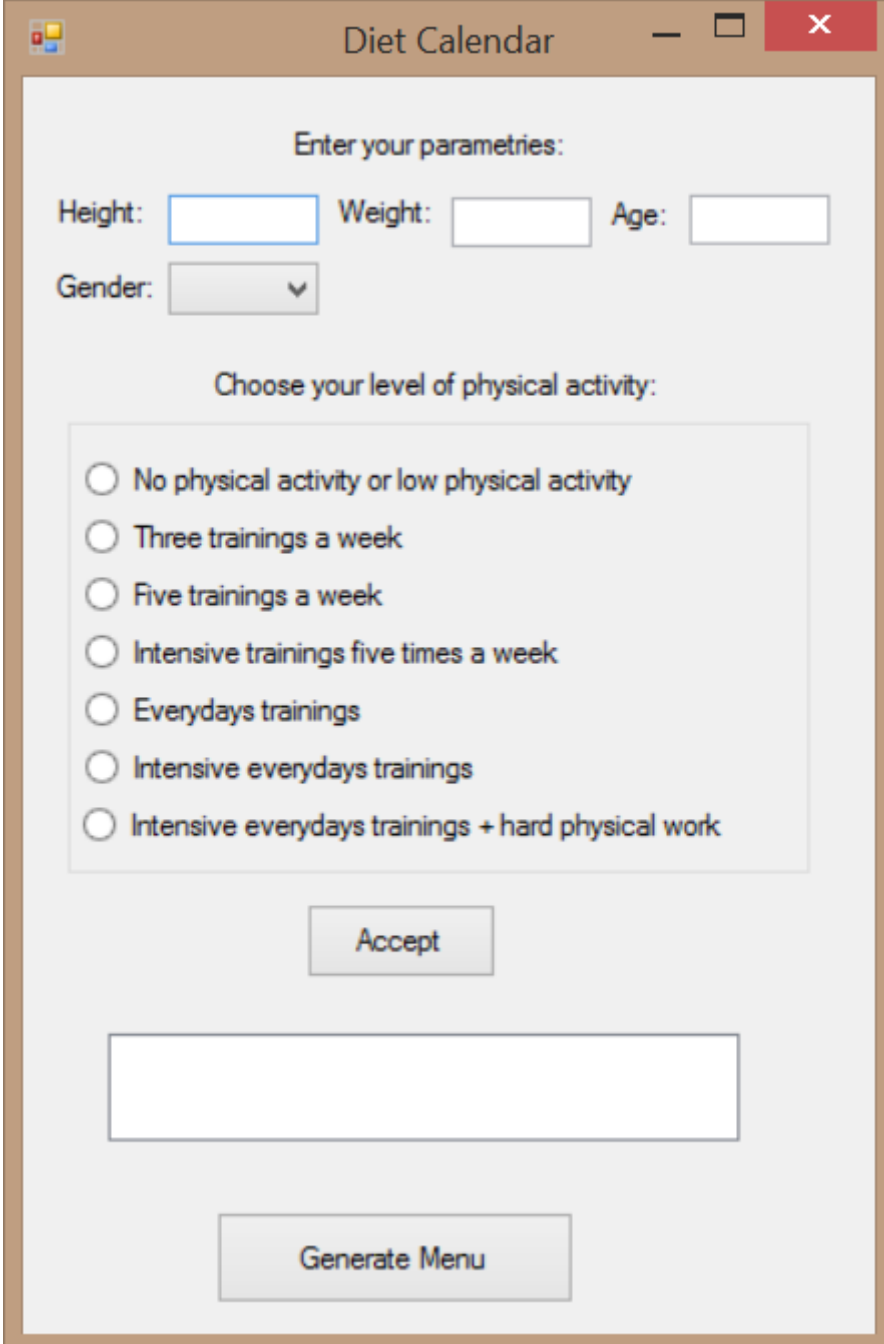
Context (Нужно для формирования базы данных)

DishRecord (Считывает данные из CSV файла, содержащего всю необходимую информацию, в базу данных)

Migrations (Включает в себя миграцию InitialCreate, которая формирует базу данных и класс Configuration, который отвечает за заполнение БД)

## 7. Интерфейс программы

### 7.1 Первое окно:



Diet Calendar

Enter your parametries:

Height:  Weight:  Age:

Gender:

Choose your level of physical activity:

☐ No physical activity or low physical activity

☐ Three trainings a week

☐ Five trainings a week

☐ Intensive trainings five times a week

☐ Everydays trainings

☐ Intensive everydays trainings

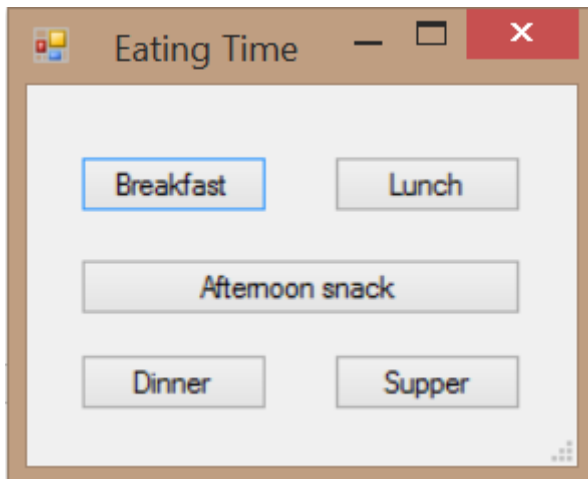
☐ Intensive everydays trainings + hard physical work

Accept

Generate Menu

Пользователь вносит свои физические характеристики, нажимает Ассепт, затем Generate Menu и переходит на следующее окно.

## 7.2 Второе окно



Здесь мы выбираем время приёма пищи, для которого будем составлять меню. В конечном итоге нужно составить меню для всего.

## 7.3 Третье окно

The 'Diet Building' window displays a table with the following data:

	Dish Name	Calories	Protein	Fat	Carbohydrate	Add Dish
▶	Гречневая каша	228	8,6	5,16	40,21	Add
	Манная каша	234	7,3	6,54	36,51	Add
	Овсяная каша	244	9,24	8,63	34,14	Add
	Рисовая каша	232	5,06	5,99	39,06	Add
	Чай с сахаром	47	0,02	0	12,51	Add
	Чай с лимоном	4	0,24	0	1,09	Add
	Зелёный чай	2	0	0	0,47	Add
	Кофе с сахаром...	41	0,42	0,19	9,56	Add
	Молоко 3,2 %	59	2,9	3,2	4,7	Add

Пользователь набирает блюда в диету посредством нажатия кнопки Add. После нажатия все блюда из выбранной категории пропадают из списка. Причём нельзя набрать больше, чем положено по диете.