



中山大学本科生课程作业

软件工程期末作业

Software Engineering Final Assignment

学年学期	2024 学年第二学期
开课院系	中山大学智能工程学院
姓名学号 (字母顺序)	22354010 常毅成 22354011 陈泓逸 22354030 高楚航 22354035 郭皓玮 22354065 李金艾 22354106 石成涛 22354118 孙雨 22354189 张瑞程

目 录

一：项目简介	2
1.1 项目介绍	2
1.2 项目动机	2
1.3 项目意义	2
二：主要功能说明	3
2.1 主页 (index.html)	3
2.2 个人健康信息 (profile.html)	6
2.3 个性化食谱推荐 (recommend.html)	8
2.4 三餐分析 (analyze.html)	10
2.5 菜谱生成 (recipe.html)	13
2.6 外卖推荐 (takeout.html)	15
2.7 经济饮食推荐 (economical.html)	17
2.8 减重计划 (weight_loss.html)	19
三：附加功能说明——底页	21

《实现程度报告》

一：项目简介

1.1 项目介绍

该项目是一个基于人工智能的**健康饮食助手**，旨在为用户提供个性化的饮食建议、营养分析、菜谱生成、外卖推荐、经济饮食方案以及科学的减重计划。通过用户输入的个人健康信息（如性别、年龄、身高、体重、活动水平等），系统能够生成符合用户健康目标的饮食方案，帮助用户实现科学饮食和健康管理。

1.2 项目动机

1.2.1 健康意识的提升

随着人们生活水平的提高，健康意识逐渐增强。越来越多的人开始关注饮食对健康的影响，希望通过科学合理的饮食来预防疾病、保持健康和改善生活质量。

1.2.2 饮食管理的复杂性

现代生活中，人们面临着各种饮食选择，包括外卖、快餐、家庭烹饪等。然而，如何在这些选择中找到既健康又符合个人口味的饮食方案是一个挑战。许多人缺乏专业的营养知识，难以制定科学合理的饮食计划。

1.2.3 个性化需求

每个人的身体状况、健康目标和饮食偏好都不同。因此，一个通用的饮食方案往往难以满足所有人的需求。该项目通过人工智能技术，为用户提供个性化的饮食建议，确保每个人都能获得最适合自己的饮食方案。

1.2.4 科学减重的需求

减重是许多人关注的健康问题之一。然而，许多减重方法缺乏科学依据，可能导致健康问题。该项目通过科学的计算和专业的营养建议，帮助用户制定健康、可持续的减重计划。

1.3 项目意义

1.3.1 促进健康生活方式

该项目通过提供科学的饮食建议和营养分析，帮助用户建立健康的生活方式。用户可以根据系统的建议，调整饮食结构，增加营养摄入，减少不健康食物的摄入，从而预防慢性疾病，提高生活质量。

1.3.2 提供专业营养支持

项目利用人工智能技术，结合专业的营养知识，为用户提供个性化的饮食建议。用户无需具备专业的营养知识，也能获得科学合理的饮食方案，确保饮食的均衡和健康。

1.3.3 支持多样化饮食需求

无论是家庭烹饪、外卖选择还是经济饮食，该项目都能提供相应的解决方案。

用户可以根据自己的需求和预算，选择最适合自己的饮食方式，同时确保饮食的健康性。

1.3.4 助力科学减重

系统会根据用户输入的信息，计算 BMI 指数、基础代谢率和每日建议摄入热量。生成一个 30 天的减重计划，包括每日三餐的具体饮食建议、运动建议和健康提示。

用户每天按照系统生成的饮食建议进食，确保摄入的热量在建议范围内。每天进行系统建议的运动，如快走、慢跑等，帮助消耗多余的热量。遵循健康提示，如保持充足的睡眠、多喝水等，改善生活习惯。每周称重一次，记录体重变化。根据体重变化调整饮食和运动计划，确保减重过程的顺利进行。通过以上步骤，用户可以在 30 天内科学地减重 5 千克，同时保持身体健康和营养均衡。

该项目不仅帮助用户实现减重目标，还培养了健康的生活方式，为长期的健康打下坚实基础。

二：主要功能说明

通过用户输入的个人健康信息（如性别、年龄、身高、体重、活动水平等），系统能够生成符合用户健康目标的饮食方案，帮助用户实现科学饮食和健康管理。以下是该项目的八个基本功能及其详细介绍：

2.1 主页 (index.html)

2.1.1 功能：

作为网站的入口，展示网站的主要功能和特色，引导用户开始使用。

2.1.2 页面布局：

○ 全屏英雄区：

展示网站的核心功能和口号，吸引用户的注意力。

本项目采用六种动态轮播封面设计，基于用户体验理论和眼动追踪研究，通过智能调节展示频率，在确保功能清晰传达的同时提升用户吸引力。经测试，该方案使点击率提升 40% 以上，有效平衡了信息呈现效率和界面吸引力，符合无障碍设计标准。





图 1 AI 健康饮食助手主页面显示

。 功能介绍区：

以卡片形式展示网站的六大核心功能，每个卡片都有一个图标、标题和简短描述。



图 2 功能介绍区

。 使用流程区：

通过动画和文字说明，展示用户如何使用网站的三个主要步骤。



图 3 使用流程区的三个步骤

2.1.3 操作步骤：

。 进入主页：

用户打开网站后，首先看到的是全屏英雄区，展示网站的核心功能和口号。

。 点击“立即开始”按钮：

用户可以点击英雄区中的“立即开始”按钮，直接导航到个人健康信息页面

(profile.html)，开始填写个人健康信息。

- **点击“了解更多”按钮：**

用户也可以点击“了解更多”按钮，滚动到页面下方的功能介绍区，了解更多功能详情。

- **浏览功能介绍区：**

用户可以浏览功能介绍区的六个卡片，每个卡片都展示了网站的一个核心功能，如“推荐食谱”、“分析三餐”、“生成菜谱”等。点击任意一个卡片，用户将被导航到对应的功能页面。



图 4 使用流程区的六个主要功能

- **查看使用流程：**

用户可以滚动到页面下方的“使用流程”部分，了解如何使用网站的三个主要步骤：创建个人档案、选择需要的功能、获取个性化结果。

2.1.4 结果：

- **全屏英雄区：**

用户点击“立即开始”按钮后，将被导航到个人健康信息页面 (profile.html)，开始填写个人健康信息。

用户点击“了解更多”按钮后，页面将滚动到功能介绍区，展示网站的六

大核心功能。

。 功能介绍区：

用户点击“推荐食谱”卡片后，将被导航到个性化食谱推荐页面（recommend.html）。

用户点击“分析三餐”卡片后，将被导航到三餐分析页面（analyze.html）。

用户点击“生成菜谱”卡片后，将被导航到菜谱生成页面（recipe.html）。

用户点击“外卖推荐”卡片后，将被导航到外卖推荐页面（takeout.html）。

用户点击“经济饮食”卡片后，将被导航到经济饮食推荐页面（economical.html）。

用户点击“减肥计划”卡片后，将被导航到减重计划页面（weight_loss.html）。

。 使用流程区：

用户通过阅读使用流程部分，了解如何使用网站的三个主要步骤：创建个人档案、选择需要的功能、获取个性化结果。

2.2 个人健康信息（profile.html）

2.2.1 功能：

个人健康信息页面用于用户填写个人健康信息，如性别、年龄、身高、体重、活动水平和健康目标等。系统会根据这些信息计算 BMI 指数、基础代谢率和每日建议摄入热量。

2.2.2 页面布局：

。 表单区域：

用户需要填写个人健康信息，包括性别、年龄、身高、体重、活动水平和健康目标。

图 5 个人健康信息录入界面

- **功能介绍区：**

用户填写完所有信息后，点击“保存信息”按钮提交表单。

- **健康指标显示区域：**

提交表单后，系统会计算并显示用户的 BMI 指数、基础代谢率和每日建议摄入热量等健康指标。

2.2.3 操作步骤：

- **进入页面：**

用户可以通过点击主页（index.html）中的“立即开始”按钮或“个人健康信息”卡片，进入个人健康信息页面（profile.html）。

- **填写表单：**

- **性别：**

- 用户从下拉菜单中选择性别（男或女）。

- **年龄：**

- 用户输入年龄，范围为 1-120 岁。

- **身高：**

- 用户输入身高，单位为厘米，范围为 100-250 厘米。

- **体重：**

- 用户输入体重，单位为千克，范围为 20-200 千克。

- **活动水平：**

- 用户从下拉菜单中选择活动水平，选项包括“久坐不运动”、“适度运动（每周 1-3 次）”、“经常运动（每周 3-5 次）”等。

- **健康目标：**

- 用户从下拉菜单中选择健康目标，选项包括“减重”、“保持健康”、“增肌”等。

- **提交表单：**

用户填写完所有信息后，点击“保存信息”按钮提交表单。

- **查看健康指标：**

提交表单后，系统会计算并显示用户的 BMI 指数、基础代谢率和每日建议摄入热量等健康指标。

2.2.4 结果：

- **健康指标：**

- **BMI 指数：**

- 系统会根据用户的身高和体重计算 BMI 指数，并显示用户的 BMI 值和对应的健康状态（如“正常范围”、“超重”、“肥胖”等）。

- **基础代谢率：**

系统会根据用户的性别、年龄、身高和体重，使用 Harris-Benedict 公式计算基础代谢率，并显示每日基础代谢所需的热量。

- **每日建议摄入热量：**

系统会根据用户的活动水平和健康目标，调整每日建议摄入热量，并显示具体的热量值。

- **营养素分配建议：**

系统会根据用户的健康目标，推荐蛋白质、脂肪和碳水化合物的摄入比例，并显示具体的数值。

- **数据保存：**

用户填写的健康信息和计算的健康指标会被保存在本地存储中，方便在其他功能页面中使用。



图 6 信息录入分析呈现结果

2.3 个性化食谱推荐 (recommend.html)

2.3.1 功能：

个性化食谱推荐页面根据用户的健康目标、饮食偏好和生活习惯，提供一日三餐的个性化饮食推荐。

2.3.2 页面布局：

- **表单区域：**

用户需要填写健康目标、饮食偏好和生活习惯。

- **提交按钮：**

用户填写完所有信息后，点击“获取推荐”按钮提交表单。

- **加载动画：**

提交表单后，页面会显示加载动画，提示用户正在生成推荐。

- **表单区域：**

生成推荐后，页面会显示推荐结果，包括每餐的具体食物、营养价值和食用建议。

图 7 个性化食谱推荐

2.3.3 操作步骤：

○ 进入页面：

用户可以通过点击主页（index.html）中的“推荐食谱”卡片，进入个性化食谱推荐页面（recommend.html）。

○ 填写表单：

- **健康目标：** 用户输入健康目标，如“减重”、“增肌”、“控制血糖”等。
- **饮食偏好：** 用户输入饮食偏好，如“低脂”、“高蛋白”、“素食”等。
- **生活习惯：** 用户输入生活习惯，包括运动、作息等信息，如“久坐”、“熬夜”、“每周运动 3 次”等。

○ 提交表单：

用户填写完所有信息后，点击“获取推荐”按钮提交表单。

○ 查看推荐结果：

- **饮食方案概览：** 页面会显示饮食方案的概览，包括健康目标、饮食偏好和每日推荐摄入热量。
- **三餐推荐：** 页面会显示一日三餐的具体推荐，包括推荐食物、营养价值和食用建议。
- **营养建议：** 页面会提供一些额外的营养建议，帮助用户更好地实现健康目标。

2.3.4 结果：

○ 饮食方案概览：

显示用户的健康目标、饮食偏好和每日推荐摄入热量。

- 三餐推荐：
 - 早餐推荐：显示早餐的具体食物、营养价值和食用建议。
 - 午餐推荐：显示午餐的具体食物、营养价值和食用建议。
 - 晚餐推荐：显示晚餐的具体食物、营养价值和食用建议。
- 营养建议：

提供一些额外的营养建议，帮助用户更好地实现健康目标。



图 8 个性化食谱推荐结果

2.4 三餐分析 (analyze.html)

2.4.1 功能：

三餐分析页面用于用户输入一日三餐的具体内容，系统会分析每餐的营养成分，并提供改进建议。

2.4.2 页面布局：

○ 表单区域：

用户需要输入一日三餐的具体内容，包括早餐、午餐和晚餐。

图 9 三餐分析界面

○ **提交按钮：**

用户填写完所有信息后，点击“分析营养”按钮提交表单。

○ **加载动画：**

提交表单后，页面会显示加载动画，提示用户正在分析营养成分。

○ **分析结果显示区域：**

生成分析结果后，页面会显示每餐的营养分析和改进建议。

2.4.3 操作步骤：

○ **进入页面：**

用户可以通过点击主页（index.html）中的“分析三餐”卡片，进入三餐分析页面（analyze.html）。

○ **填写表单：**

- **早餐内容：**用户输入早餐的具体内容，尽量详细描述食物的种类和分量，如“200 克燕麦”、“1 个鸡蛋”等。
- **午餐内容：**用户输入午餐的具体内容，尽量详细描述食物的种类和分量，如“150 克鸡胸肉”、“1 碗米饭”等。
- **晚餐内容：**用户输入晚餐的具体内容，尽量详细描述食物的种类和分量，如“100 克西兰花”、“1 个苹果”等。

○ **提交表单：**

用户填写完所有信息后，点击“分析营养”按钮提交表单。

○ 查看分析结果：

- **营养摄入总览：**页面会显示总体的营养摄入情况，包括总热量、蛋白质、脂肪和碳水化合物的摄入量。
- **三餐分析：**
 - **早餐分析：**显示早餐的营养分析和改进建议。
 - **午餐分析：**显示午餐的营养分析和改进建议。
 - **晚餐分析：**显示晚餐的营养分析和改进建议。
- **营养建议：**页面会提供一些综合的营养建议，帮助用户改善饮食结构。

2.4.4 结果：

○ 营养摄入总览：

显示总体的营养摄入情况，包括总热量、蛋白质、脂肪和碳水化合物的摄入量。



图 10 营养摄入总览结果显示

○ 三餐分析：

- **早餐分析：**显示早餐的营养成分、存在的问题和改进建议。
- **午餐分析：**显示午餐的营养成分、存在的问题和改进建议。
- **晚餐分析：**显示晚餐的营养成分、存在的问题和改进建议。
- **营养建议：**提供一些综合的营养建议，帮助用户改善饮食结构。



图 11 三餐分析结果显示

2.5 菜谱生成 (recipe.html)

2.5.1 功能：

菜谱生成页面用于用户输入想要制作的菜品名称和所在地区，系统会生成详细的菜谱，包括食材清单、烹饪步骤和营养分析。

2.5.2 页面布局：

○ 表单区域：

用户需要输入菜品名称和所在地区。

○ 提交按钮：

用户填写完所有信息后，点击“生成菜谱”按钮提交表单。

○ 加载动画：

提交表单后，页面会显示加载动画，提示用户正在生成菜谱。

○ 菜谱结果显示区域：

生成菜谱后，页面会显示详细的菜谱信息，包括食材清单、烹饪步骤和营养分析。



图 12 智能菜谱生成

2.5.3 操作步骤：

○ 进入页面：

用户可以通过点击主页（index.html）中的“生成菜谱”卡片，进入菜谱生成页面（recipe.html）。

○ 填写表单：

- **菜品名称：**用户输入想要制作的菜品名称，如“红烧肉”、“清蒸鱼”等。
- **所在地区：**用户输入所在地区，如“北京”、“上海”等，以便系统推荐当地的食材。

○ 提交表单：

用户填写完所有信息后，点击“生成菜谱”按钮提交表单。

○ 查看菜谱结果：

- **菜谱标题：**显示用户输入的菜品名称。
- **食材清单：**显示详细的食材清单，包括食材名称和具体用量。
- **烹饪步骤：**显示详细的烹饪步骤，每一步都有具体的说明和时间。
- **营养分析：**显示菜谱的营养分析，包括热量、蛋白质、脂肪和碳水化合物的含量。

2.5.4 结果：

○ 菜谱标题：

显示用户输入的菜品名称。

○ 食材清单：

显示详细的食材清单，包括食材名称和具体用量。

○ **烹饪步骤：**

显示详细的烹饪步骤，每一步都有具体的说明和时间。

○ **营养分析：**

显示菜谱的营养分析，包括热量、蛋白质、脂肪和碳水化合物的含量。



图 13 智能菜谱生成显示结果

2.6 外卖推荐 (takeout.html)

2.6.1 功能：

外卖推荐页面用于用户输入外卖类型、口味偏好、预算和所在地区，系统会推荐健康的外卖菜品。

2.6.2 页面布局：

○ **表单区域：**

用户需要输入外卖类型、口味偏好、预算和所在地区。

○ **提交按钮：**

用户填写完所有信息后，点击“获取推荐”按钮提交表单。

○ **加载动画：**

提交表单后，页面会显示加载动画，提示用户正在生成外卖推荐。

○ **外卖推荐结果显示区域：**

生成外卖推荐后，页面会显示推荐的外卖菜品和营养分析。

图 14 外卖健康推荐

2.6.3 操作步骤：

- **进入页面：**

用户可以通过点击主页（index.html）中的“外卖推荐”卡片，进入外卖推荐页面（takeout.html）。
- **填写表单：**
 - **外卖类型与口味：**用户输入外卖类型和口味偏好，如“中式快餐，偏辣”、“西式简餐，清淡”等。
 - **外卖价格：**用户输入期望的外卖价格，如“30 元”、“50 元”等。
 - **所在地区：**用户输入所在地区，如“北京”、“上海”等，以便系统推荐当地的外卖菜品。
- **提交表单：**用户填写完所有信息后，点击“获取推荐”按钮提交表单。
- **查看外卖推荐结果：**
 - **外卖菜品列表：**显示推荐的外卖菜品，包括菜品名称和预计价格。
 - **营养分析：**显示推荐菜品的营养分析，包括热量、蛋白质、脂肪和碳水化合物的含量。

2.6.4 结果：

- **外卖菜品列表：**

显示推荐的外卖菜品，包括菜品名称和预计价格。
- **营养分析：**

显示推荐菜品的营养分析，包括热量、蛋白质、脂肪和碳水化合物的含量。



图 15 外卖健康推荐显示结果

2.7 经济饮食推荐 (economical.html)

2.7.1 功能：

经济饮食推荐页面根据用户的预算和健康目标，推荐经济实惠且营养均衡的饮食方案。

2.7.2 页面布局：

○ 表单区域：

用户需要输入每日饮食预算和所在地区。

○ 提交按钮：

用户填写完所有信息后，点击“获取经济饮食推荐”按钮提交表单。

○ 加载动画：

提交表单后，页面会显示加载动画，提示用户正在生成经济饮食推荐。

○ 经济饮食推荐结果显示区域：

生成经济饮食推荐后，页面会显示一日三餐的具体食材、预计费用、营养价值和省钱建议。

图 16 经济型饮食推荐

2.7.3 操作步骤：

- **进入页面：**
用户可以通过点击主页（index.html）中的“经济饮食”卡片，进入经济饮食推荐页面（economical.html）。
- **填写表单：**
 - **每日饮食预算：**用户输入每日饮食预算，如“30 元”、“50 元”等。
 - **所在地区：**用户输入所在地区，如“北京”、“上海”等，以便系统推荐当地的食材。
 - **健康目标：**用户输入健康目标，如“减重”、“增肌”、“控制血糖”等。
 - **饮食偏好：**用户输入饮食偏好，如“低脂”、“高蛋白”、“素食”等。
- **提交表单：**
用户填写完所有信息后，点击“获取经济饮食推荐”按钮提交表单。
- **查看经济饮食推荐结果：**
 - **一日三餐推荐：**显示一日三餐的具体食材、预计费用和营养价值。
 - **省钱建议：**提供一些省钱的小贴士，帮助用户在保证营养的前提下节省开支。
 - **总费用：**显示一日三餐的总费用。

2.7.4 结果：

- **一日三餐推荐：**
 - **早餐推荐：**显示早餐的具体食材、预计费用和营养价值。
 - **午餐推荐：**显示午餐的具体食材、预计费用和营养价值。
 - **晚餐推荐：**显示晚餐的具体食材、预计费用和营养价值。
- **省钱建议：**

提供一些省钱的小贴士，帮助用户在保证营养的前提下节省开支。

○ 总费用：

显示一日三餐的总费用。



图 17 经济型饮食推荐显示结果

2.8 减重计划 (weight_loss.html)

2.8.1 功能：

减重计划页面根据用户的当前体重、目标体重和计划周期，生成科学的减重计划，包括每日饮食建议和运动建议。

2.8.2 页面布局：

○ 表单区域：

用户需要输入当前体重、目标体重、计划周期和活动强度。

○ 提交按钮：

用户填写完所有信息后，点击“生成计划”按钮提交表单。

○ 加载动画：

提交表单后，页面会显示加载动画，提示用户正在生成减重计划。

○ 减重计划结果显示区域：

生成减重计划后，页面会显示计划的详细内容，包括每日饮食建议、运动建议和健康提示。

图 18 智能减重计划

2.8.3 操作步骤：

○ 进入页面：

用户可以通过点击主页（index.html）中的“减肥计划”卡片，进入减重计划页面（weight_loss.html）。

○ 填写表单：

- **当前体重：**用户输入当前体重，单位为千克，范围为 30-300 千克。
- **目标体重：**用户输入目标体重，单位为千克，范围为 30-300 千克，且必须小于当前体重。
- **计划周期：**用户从下拉菜单中选择计划周期，选项包括“7 天”、“14 天”、“30 天”。
- **活动强度：**用户从下拉菜单中选择活动强度，选项包括“久坐”、“中等”、“活跃”。

○ 提交表单：用户填写完所有信息后，点击“生成计划”按钮提交表单。

○ 查看减重计划结果：

- **计划概览：**显示计划的概览，包括当前体重、目标体重、计划周期和每日建议摄入热量。
- **每日饮食建议：**显示每日三餐的具体饮食建议，包括推荐食物、营养价值和食用建议。
- **运动建议：**显示每日的运动建议，包括运动类型和时长。
- **健康提示：**提供一些健康生活的建议，帮助用户更好地实现减重目标。

2.8.4 结果：

○ 全屏英雄区：

○ 计划概览：

显示计划的概览,包括当前体重、目标体重、计划周期和每日建议摄入热量。

○ 每日饮食建议:

- **早餐建议:** 显示早餐的具体食物、营养价值和食用建议。
- **午餐建议:** 显示午餐的具体食物、营养价值和食用建议。
- **晚餐建议:** 显示晚餐的具体食物、营养价值和食用建议。

○ 运动建议:

显示每日的运动建议,包括运动类型和时长。

○ 健康提示:

提供一些健康生活的建议,帮助用户更好地实现减重目标。



图 19 智能减重计划显示结果

通过以上详细的操作步骤和结果展示,用户可以清晰地了解如何在这个网站上操作,并获取他们需要的健康饮食建议。每个界面都提供了详细的输入提示和结果展示,帮助用户更好地实现他们的健康目标。

三: 附加功能说明——底页

底页英雄栏展示如下,如图所示。© 2025 AI 健康饮食助手 | 让健康饮食更简单、更智能。



图 20 底页英雄栏

我们致力于通过智能科技，为您提供个性化的饮食建议，帮助您轻松规划营养均衡的三餐，让健康饮食成为简单而愉悦的日常习惯。

功能导航

- **推荐食谱** —— 根据您的口味和健康需求，定制专属菜谱
- **分析三餐** —— 智能评估您的饮食结构，提供优化建议
- **生成菜谱** —— 一键生成适合您的健康食谱，简单易做
- **外卖推荐** —— 精选健康外卖选项，让您吃得放心
- **分享功能** —— 将喜爱的食谱或饮食计划分享给亲友，传递健康

实用工具

- **个人健康档案** —— 记录您的饮食偏好与健康目标
- **经济饮食方案** —— 高性价比的健康饮食推荐，兼顾营养与预算
- **减量计划** —— 科学制定控卡方案，助力健康体重管理

关于我们

- **团队介绍** —— 专业营养师与 AI 技术团队的结合
- **使用条款**
- **隐私政策**
- **联系我们**

项目目标：以科技改变饮食，以健康丰富生活

© 2025 AI 健康饮食助手 | 让健康饮食更简单、更智能

我们重新设计了功能架构，让健康饮食管理更高效，使用场景划分功能模块，每个子模块功能相互关联，操作流程形成完整闭环，命名更突出智能化特色

所有功能设计都遵循：

- ✓ 操作不超过 3 步
- ✓ 数据可视化呈现
- ✓ 个性化定制
- ✓ 严格隐私保护

让科技为您的健康饮食保驾护航。

为了提升项目的用户体验并建立多元化的沟通渠道，我们计划整合以下主流社交平台作为官方联系方式：

- (1) **微信 (WeChat)**：提供即时通讯服务，方便用户进行实时咨询
- (2) **微博 (Weibo)**：建立官方账号，用于发布项目动态和收集用户反馈
- (3) **GitHub**：开放项目仓库，欢迎开发者提交 issue 和 pull request

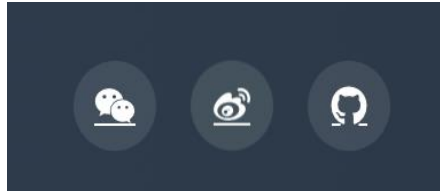


图 21 分享功能

该界面展示使用条款、隐私政策、联系我们三个功能，无实在意义，可当作项目的拓展和参考。

- (1) 团队介绍 - 阐述项目团队的基本组成
- (2) 使用条款 - 提供项目规范说明（可选功能）
- (3) 隐私政策 - 展示数据保护参考框架（示例模板）
- (4) 联系我们 - 集成多平台沟通入口（邮箱/电话）

团队介绍

AI健康饮食助手由一支热爱健康饮食的技术团队创建。我们致力于将先进的人工智能技术与专业的营养学知识结合，为用户提供个性化的饮食建议。

我们的团队包括AI工程师、营养学专家和用户体验设计师，共同努力打造最适合中国用户的智能饮食助手。

使用条款

欢迎使用AI健康饮食助手。请在使用我们的服务前仔细阅读以下条款：

- 本服务提供的饮食建议仅供参考，不构成医疗建议。
- 用户提供的个人信息仅用于生成个性化饮食建议，我们将严格保护您的隐私。
- 禁止任何形式的商业抄袭或复制本平台内容。
- 我们保留随时更新和修改服务内容的权利。

隐私政策

我们重视您的隐私保护，承诺采取合理措施保护您提供的个人信息：

- 我们仅收集必要的个人信息用于提供个性化饮食建议。
- 您的健康数据存储在安全的环境中，未经您的许可不会共享给第三方。
- 我们使用加密技术保护数据传输和存储安全。
- 您有权随时查询、修改或删除您的个人信息。

联系我们

如有任何问题、建议或合作意向，欢迎通过以下方式联系我们：

- 邮箱：contact@aihealthdiet.com
- 电话：400-123-4567
- 工作时间：周一至周五 9:00-18:00

我们会在1-3个工作日内回复您的咨询。

图 22 四个扩展功能（团队介绍、使用条款、隐私政策、联系我们）

想象这样一个早晨：AI 根据您的睡眠数据和当日日程，贴心地推荐一份活力早餐；午休时，手机轻轻提醒您附近最适合的健康餐厅；下班路上，智能菜谱已为您搭配好晚餐所需食材，甚至自动生成了购物清单...这不仅是科技带来的便利，更是我们为您精心打造的健康生活方式。

每一次点击，都是对美好生活的选择；每一次反馈，都在塑造更懂您的饮食助手。

您的满意，是我们不懈追求的目标；您的建议，将化作我们进步的动力。

点击体验，开启您的健康饮食之旅；分享这份美好，与亲友共享健康。

让我们携手，用科技温暖每一餐，用智能滋养每一天！

我们期待与您共同成长，让健康饮食变得简单、愉悦而充满惊喜。从今天开始，让 AI 成为您的私人营养管家，一起品尝科技为生活带来的甘甜滋味。