RitualHeart

Navodila za uporabo

RitualHeart spremlja hrano od nakupovalnega seznama do krožnika. Kar kupiš, gre v Zaloge, iz njih kuhaš z Recepti, v Obrokih pa šteješ, kar poješ. Tukaj je opisano, kako deluje vsak zavihek ter kako se vključita tvoj AI pomočnik in deljenje.

Nakupovanje

- Tapni **+**, da dodaš izdelek. **Dodaj in nov** ga shrani in začne naslednjega; ko je **Obdrži podrobnosti** vklopljeno, se znamka, količina in trgovine prenesejo.
- Za stvari, ki jih vedno kupuješ, vklopi **Obdrži kot stalni izdelek**: ostanejo na seznamu, zato jih odkljukaj, ko jih imaš, in kljukico odstrani, ko jih zmanjkuje. Enkraten izdelek po nakupu podrsaj stran ali uporabi ⋯ → **Odstrani kupljene enkratne**.
- V trgovini tapni **Začni nakupovanje**. Seznam potem sprejema samo kljukice, da se nič ne spremeni po nesreči. Ko končaš, tapni **Končaj**.
- Po nakupu nad seznamom počaka vrstica **Kupljeno ob zadnjem nakupu**. Ko si doma, jo tapni, da kupljeno naenkrat premakneš v Zaloge, z datumi, če jih dodaš.
- Tapni ime seznama na vrhu, da preklopiš na drug seznam, ustvariš novega ali ga deliš. ⋯ → **Nedavne spremembe** pokaže, kaj se je na seznamu spremenilo.
- Hišica s številko na vrstici pove, koliko tega imaš doma: tapni jo in vidiš, kaj in kje. Če ima v zalogah drugo ime (Trajno mleko za Mleko), odpri vrstico in izberi **Poveži z izdelkom v zalogah …**: imeni potem štejeta kot ena stvar, **Premakni v zaloge** pa dodaja k temu izdelku.

Zaloge

- Tapni **+**, da dodaš, kar imaš doma: kje je shranjeno in po želji rok uporabe.
- Podrsaj izdelek v levo za **En kos manj** ali **Porabljeno**. Porabljeni izdelki počakajo v razdelku **Porabljeno** na dnu seznama in v ⋯ → **Porabljeno**, kjer jih **Dodaj znova** vrne v zaloge.
- Pridrži izdelek za več možnosti: uredi ga, dodaj na nakupovalni seznam, premakni ali izbriši. **Premakni del v …** premakne le del, na primer dve pakiranji v zamrzovalnik, ostalo pa ostane v hladilniku.
- Filter **Kmalu poteče** pokaže, kar poteče v naslednjih 7 dneh.
- Tapni ime zaloge na vrhu, da preklopiš na drugo zalogo, ustvariš novo (klet, domačo lekarno) ali jo deliš.
- ⋯ → **Nedavno dogajanje** pokaže, kaj se je v zadnjih 30 dneh zgodilo z vsakim izdelkom in kaj je bilo izbrisano, z gumbom **Obnovi**.

- ⋯ → **Uvozi račune** in ⋯ → **Uvozi, kar je doma** napolnita Zaloge s fotografij, ki jih prebere tvoj AI pomočnik (glej spodaj). Za dostavo vklopi **Tudi fotografije izdelkov** in fotografije izdelkov pošlji skupaj z računi: datumi, natisnjeni na njih, pridejo z vrsticami.
- Ima izdelek na nakupovalnem seznamu drugo ime (Mleko za Trajno mleko)? Odpri ga in izberi **Poveži z vrstico na seznamu …**: seznam potem ve, da ga imaš, **Premakni v zaloge** pa dodaja k njemu. Uvoz računa obe imeni poveže namesto tebe, ko tako vrstico odkljuka.

Recepti

- Tapni **+**, da vneseš recept, ali uporabi ⋯ → **Uvozi s svojim AI** za povezavo, besedilo ali fotografije strani.
- Pri vsakem receptu piše, kaj je doma, na primer **6 od 7 doma**. Filter **Lahko skuham** pokaže recepte, za katere imaš vse.
- V receptu spremeni število porcij in količine se prilagodijo. Recept pokaže tudi hranilne vrednosti na porcijo in alergene, kolikor aplikacija pozna njegove sestavine.
- Sestavini z oznako **neprepoznano** lahko poveš, kaj je: ⋯ → **Poveži sestavine**.
- **Začni kuhati**, ob **Označi kot skuhano** na dnu recepta, ti omogoča, da sproti odkljukaš sestavine in korake. Kljukice ostanejo, tudi če zapustiš zaslon.
- **Označi kot skuhano** odšteje porabljeno iz zalog. Vsak izdelek najprej vidiš in ga lahko spremeniš, **Razveljavi** pa vse vrne. Če je vklopljeno **Zapiši mojo porcijo**, gre pojedeno tudi v dnevnik.
- **Dodaj na nakupovalni seznam** doda izbrane sestavine na seznam, vsako z imenom recepta.
- ⋯ → **Nedavno dogajanje** našteje kuhanja zadnjih 30 dni in izbrisane recepte, z gumbom **Obnovi**.

Obroki

- Tvoj AI pomočnik vodi dnevnik prehrane v klepetu: fotografije, teže, deklaracije, besede. V ⋯ → **Tvoj pomočnik** so navodila, s katerimi začneš ta klepet.
- V klepetu napiši »izvozi« ali »export« za vse, kar je novo od zadnjega izvoza, in »izvozi danes« za ves dan znova.
- Kopiraj odgovor pomočnika in tapni gumb za lepljenje na vrhu. Preden se karkoli shrani, vidiš, kaj se bo shranilo, pod **Zaloge** pa lahko označiš, kar je bilo iz zalog, kot porabljeno, ali to dodaš v zaloge; isto ponudi tudi vnos, ki ga odpreš.
- **+** doda ročno: **Skeniraj črtno kodo**, **Moja živila**, **Iz zalog**, **Iz recepta** ali **Vnesi ročno**.
- Število z **~** je ocena. ⋯ → **Cilj** nastavi cilj, ⋯ → **Skozi čas** pa pokaže tvoje dni v grafu.
- ⋯ → **Nedavno odstranjeno** 30 dni hrani vnose, odstranjene iz dnevnika, z gumbom **Vrni v dnevnik**.

Tvoj AI pomočnik

- Račune, kar je doma, recepte in obroke lahko prebere katerikoli AI pomočnik, ki ga že uporabljaš. RitualHeart mu ne pošlje ničesar: besedilo kopiraš in prilepiš ti.
- **Kopiraj navodila**: po želji izberi jezik, nato tapni gumb **Kopiraj navodila**.
- **Vprašaj svoj AI**: odpri pomočnika, prilepi navodila in dodaj fotografije, povezavo ali besedilo. Navodila ga prosijo, naj klepet poimenuje, da isti klepet naslednjič najdeš.
- **Prilepi odgovor**: kopiraj celoten odgovor pomočnika in v RitualHeart tapni **Prilepi**. iOS najprej vpraša, ali lepljenje dovoliš (da ne sprašuje več, v Nastavitvah iOS odpri RitualHeart in lepljenje iz drugih aplikacij nastavi na Dovoli). Aplikacija odgovor preveri in ti pokaže vsako vrstico, shrani pa se šele, ko tapneš **Dodaj** ali **Shrani**.
- **Tvoj pomočnik AI** v Nastavitvah izbere, kaj vsako kopirano besedilo zahteva od pomočnika: iskanje po spletu, preverjanje odgovora, vprašanja v klepetu in drugo. Vsako mu vzame nekaj dela, zato sta iskanje po spletu in preverjanje sprva izklopljena; vsak uvoz nad gumbom **Kopiraj navodila** pove, kaj je izklopljeno.

Deljenje

- Če želiš deliti seznam ali zalogo, tapni ime na vrhu in izberi **Deli ta seznam** ali **Deli to zalogo**. Vsak seznam in vsako zalogo deliš posebej.
- Povabi osebo z e-pošto ali telefonsko številko in ji pošlji povezavo, da se pridruži. Za vsako osebo izberi **Lahko ureja** ali **Samo ogled**.
- Deljenje je brezplačno. Deli se samo, kar deliš: tvoji recepti in dnevnik prehrane ostanejo tvoji.

Nastavitve

- V nastavitvi **Videz** izbereš temo za celotno aplikacijo ali za vsak zavihek posebej.
- **Vsak zavihek** zbira nastavitve posameznih zavihkov, na primer velikost vrstic.
- **Upravljanje** zbira predloge izdelkov, trgovine, lokacije zalog in povezana imena med nakupovalnim seznamom in zalogami, za recepte pa tvoja imena sestavin, sestavine, ki še nimajo podatkov, in tvoje zamenjave.
- **Alergeni v gospodinjstvu** v Receptih in Zalogah označi, kar vsebuje katerega od njih. Kar nima opozorila, ni preverjeno, zato vedno preberi deklaracijo.
- **Izvozi svoje podatke** shrani tvoje sezname, zaloge, recepte in dnevnik prehrane s fotografijami v datoteko, ki jo lahko obdržiš. **Uvozi iz datoteke** doda vsebino datoteke k temu, kar že imaš.

Ista navodila so v aplikaciji: Nastavitve → Navodila za uporabo.

© 2026 Anja Remic. RitualHeart. · Pravilnik o zasebnosti · Podpora