



รายงานการปฏิบัติสหกิจศึกษา

เบอร์เคลีย์ ค็อกเทล
(Berkeley Cocktail)

โดย

นาย ชนพล ด้วงมั่ง 5704400095

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา
ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม
ภาคเรียนที่ 1 ปี การศึกษา 2561

หัวข้อโครงการ เบอร์เคลีย์ ค็อกเทล
Berkeley Cocktail
รายชื่อผู้จัดทำ นายธนพล ค้างมั่ง 5704400095
ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ นันทินี ทองอร

อนุมัติให้รายงานนี้เป็นส่วนของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาภาควิชาการโรงแรมและการ
ท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ประจำปีการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2561



คณะกรรมการสอบโครงการ

..... นันทินี ทองอร อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์ นันทินี ทองอร)

..... (นายวิบูลย์ ไตรกึ่ง) พนักงานที่ปรึกษา

..... ทัศนัย วัฒนปราง คณะกรรมการกลาง
(คุณรัตนบุรณ์ มากสวนปาน)

..... (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มารุจ ลิ้มปะวัฒนะ) ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสหกิจศึกษา

ชื่อโครงการ	:	เบอร์เคลีย์ค็อกเทล Berkeley Cocktail
ชื่อนักศึกษา	:	นายธนพล ค้างมั่ง
อาจารย์ที่ปรึกษา	:	อาจารย์ นันทินี ทองอร
ระดับการศึกษา	:	ปริญญาตรี
ภาควิชา	:	การโรงแรมและการท่องเที่ยว
คณะ	:	ศิลปศาสตร์
ภาคการศึกษา	:	1/2561

บทคัดย่อ

จากการที่ได้ไปฝึกปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) ทางผู้จัดทำได้ปฏิบัติหน้าที่ในห้องอาหารมีหน้าที่เสิร์ฟอาหารและเครื่องดื่มให้กับลูกค้า ซึ่งทำให้รู้ว่าในแต่ละวันจะมีน้ำผลไม้เหลือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำจึงมีความคิดที่จะทำเครื่องดื่ม เบอร์เคลีย์ค็อกเทล ที่ทำมาจากน้ำผลไม้ที่เหลือจากไลน์บุฟเฟต์ โดยเลือกใช้น้ำขึ้นฉ่าย น้ำแอปเปิ้ล และ น้ำสับปะรด

เพื่อให้ทราบถึงถึงผลสำรวจความพึงพอใจของผู้ทดลองดื่ม เบอร์เคลีย์ เป็นจำนวน 30 คน สรุปได้ว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 จึงเห็นได้ว่าโครงการนี้ สามารถช่วยโรงแรมลดต้นทุน และยังเป็นการนำน้ำผลไม้ที่เหลือใช้มาแปรรูปให้เกิดประโยชน์ และยังเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับโรงแรมอีกด้วย

คำสำคัญ :เบอร์เคลีย์ค็อกเทล / น้ำผลไม้ / เครื่องดื่ม

Project Title : Berkeley Cocktail
By : Mr Thanapol Duangmung
Advisor : Miss Nantinee Thongorn
Degree : Bachelor of Art
Major : Hotel and Tourism Studies
Faculty : Liberal Art
Semester / Academic year : 1/2018

Abstract

By attending the cooperative education at the Berkeley Hotel Pratunam, the author had been assigned to serve dishes and beverages to the hotel guests at the Hotel's restaurant. So, the author has realized that there was a lot of remaining fruit juices each day, leading to an idea to create Berkeley Cockrail as a new item made of remaining fruit juices from the buffet line. The author chose Celery juice, apple juice, and pineapple juice to create the new item.

The author also surveyed the satisfaction of 30 testers. The results indicated that the respondents were highly satisfied with the developed item with a mean score of 4.28. In sum, this project could reduce the cost for the hotel and apply the remaining fruit juice for benefits and increase income for the hotel as well.

Keywords: Berkeley Cocktail / Fruit Juice / Beverage

Approved by

กิตติกรรมประกาศ

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจ ณ โรงแรม เบร์เคลีย์ ประตูนํ้า (The Berkeley Hotel Pratumnam) ตั้งแต่วันที่ 20 สิงหาคม ถึงวันที่ 7 ธันวาคม 2561 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ มากมาย สำหรับรายงานสหกิจศึกษานี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนหลักจากหลายฝ่ายดังนี้

1. อาจารย์ นันทินี ทองอร อาจารย์ที่ปรึกษา
2. คุณ วิชญ์ ไตรกิ้ง ตำแหน่ง Restaurant Manager

และบุคคลท่านอื่นที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือในการจัดทำรายงาน ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตการทำงานจริง ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำโครงการ

นาย ธนพล ค้างมั่ง

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ	1
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ	2
บทที่ 2 การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
2.1 ความหมายของแผนกการบริการอาหารและเครื่องดื่ม	3
2.2 ความหมายค็อกเทล(Cocktail)	6
2.3 ส่วนผสมในการทำ Berkeley cocktail	7
บทที่ 3 รายละเอียดการปฏิบัติงาน	
3.1 ชื่อและที่ตั้งสถานประกอบการ	23
3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑ์ให้บริการขององค์กร	24
3.3 วิสัยทัศน์ของ โรงแรม เบร์เคลีย์ ประตูนํ้า (The Berkeley Hotel Pratunam)	24
3.4 การให้บริการห้องพัก	24
3.5 ห้องอาหาร	28
3.6 สิ่งอำนวยความสะดวก	29
3.7 ตำแหน่งงานและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย	32
3.8 ชื่อและตำแหน่งพนักงานที่ปรึกษา	33
3.9 ระยะเวลาปฏิบัติงาน	33
3.10 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	34

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงาน	
4.1 รายละเอียดโครงการ	35
4.2 วัตถุดิบและอุปกรณ์ในการทำ Berkeley Cocktail	35
4.3 วิธีการทำค็อกเทล	36
4.4 ตารางแสดงราคาต้นทุนของ Berkeley Cocktail	41
4.5 ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม	41
4.6 สรุปผลการทำประเมิน Berkeley Cocktail	43
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการศึกษา ปัญหาที่พบ การแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ	48
5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	49
5.3 การแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะในการทำงาน	50
บรรณานุกรม	51
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	
ภาคผนวก ข รูปภาพขณะปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา	
ภาคผนวก ง บทความวิชาการ	
ภาคผนวก จ ไปสเตอร์	
ภาคผนวก ฉ ประวัติผู้จัดทำ	

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 ตารางขั้นตอนการดำเนินงาน	33
ตารางที่ 4.3.1 Berkeley Cocktail	41
ตารางที่ 4.5.1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	42
ตารางที่ 4.5.2 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	42
ตารางที่ 4.5.3 แสดงระดับของความชอบของ Berkeley Cocktail	47



สารบัญภาพ

	หน้า
รูปที่ 2.1 วอดก้า (Vodka)	7
รูปที่ 2.2 เหล้า GIN	9
รูปที่ 2.3 ขี้นํ่าย	11
รูปที่ 2.4 แอปเปิ้ลเขียว	15
รูปที่ 2.5 สับปะรด	17
รูปที่ 2.6 มะนาว	19
รูปที่ 2.7 น้ำเชื่อม	22
รูปที่ 3.1 โรงแรม The Berkeley Hotel Pratunam	23
รูปที่ 3.2 สัญลักษณ์โรงแรม The Berkeley Hotel Pratunam	23
รูปที่ 3.3 แผนที่โรงแรม The Berkeley Hotel Pratunam	24
รูปที่ 3.4 Luxury room	25
รูปที่ 3.5 Luxury honeymoon suite	25
รูปที่ 3.6 Luxury Quadruple Suite	26
รูปที่ 3.7 Luxury Quadruple Suite	26
รูปที่ 3.8 Premier Triple	27
รูปที่ 3.9 Premier Family	27
รูปที่ 3.10 ห้องอาหาร The Berkeley Dining Room	28
รูปที่ 3.11 ห้องอาหาร The Mulberry – Chinese Cuisine	28
รูปที่ 3.12 ห้องอาหาร Na Ha Na Japanese Sushi Bar	29
รูปที่ 3.13 ห้องประชุม Mayfair Grand Ballroom	29
รูปที่ 3.14 ห้องประชุม Jubilee Ballroom	30
รูปที่ 3.15 ห้องประชุม Boardroom	30
รูปที่ 3.16 ห้องประชุม Palladium	31
รูปที่ 3.17 ห้องประชุม Chelsea Meeting Room	31
รูปที่ 3.18 ลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับ	32
รูปที่ 3.19 พนักงานที่ปรึกษา	33

สารบัญภาพ(ต่อ)

	หน้า
รูปที่ 4.1 แอปเปิ้ลเขียว ขึ้นฉ่าย และ มะนาว	36
รูปที่ 4.2 ขั้นตอนการหั่น แอปเปิ้ลเขียวและขึ้นฉ่าย	37
รูปที่ 4.3 ขั้นตอนการนำ แอปเปิ้ลเขียวและขึ้นฉ่ายใส่ลงไปเครื่องแยกกาก	37
รูปที่ 4.4 ขั้นตอนการเท Vodka	38
รูปที่ 4.5 ขั้นตอนการเท Gin และ Triple Sec	38
รูปที่ 4.6 ขั้นตอนการเทน้ำผลไม้ลงไปลงในกระบอกShaker	39
รูปที่ 4.7 ขั้นตอนการเติมน้ำเชื่อม	40
รูปที่ 4.8 Berkeley Cocktail	40
รูปที่ 4.9 แสดงอัตราส่วนผสมด้านรสชาติ	43
รูปที่ 4.10 แสดงอัตราส่วนผสมด้านกลิ่น	43
รูปที่ 4.11 แสดงอัตราส่วนผสมด้านสี	44
รูปที่ 4.12 แสดงอัตราส่วนผสมด้านปริมาณ	44
รูปที่ 4.13 แสดงอัตราส่วนผสมด้านการตกแต่ง	45
รูปที่ 4.14 แสดงอัตราส่วนผสมด้านการสร้างสรรค์	45
รูปที่ 4.15 แสดงอัตราส่วนผสมด้านความชอบโดยรวม	46
รูปที่ 4.16 แสดงอัตราส่วนผสมด้านการนำเครื่องดื่มไปขายได้จริง	46

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงแรม เบร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) เป็นโรงแรมบูติกขนาด 4 ดาว ตั้งอยู่ใกล้กับสถานที่ท่องเที่ยวและแหล่งช้อปปิ้งใจกลางเมือง เน้นกลุ่มลูกค้าที่ต้องการมาพักผ่อนและท่องเที่ยวในสถานที่สำคัญของกรุงเทพมหานคร โดยมีการแต่งห้องพัสดุสไตล์ที่หรูหรา และมีความสวยงามตามยุคสมัย เพื่อตอบสนองความต้องการของแขกชาวไทยและชาวต่างชาติ

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้าฝึกปฏิบัติงานในแผนกห้องอาหาร (Restaurant Department) ทำหน้าที่ในส่วนของพนักงานเสิร์ฟ (Waiter) และปั่นน้ำผลไม้ให้กับลูกค้า ซึ่งในแต่ละวันจะมีน้ำผลไม้เหลือจากการให้บริการกับลูกค้าเป็นจำนวนมาก น้ำผลไม้ที่เหลือส่วนใหญ่จะเป็นน้ำขึ้นฉ่าย และน้ำแอปเปิ้ลเขียว จึงได้ทำการปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาและพนักงานที่เลี้ยงว่าควรจะทำอะไรได้บ้าง จากการที่ได้ปรึกษาจึงได้คิดที่จะนำน้ำผลไม้ทั้งสองอย่างมาเป็นส่วนผสมในการทำค็อกเทล และในการทำค็อกเทลนี้ยังเป็นการช่วยลดปัญหาการทิ้งน้ำผลไม้ที่เหลือใช้เพื่อนำมาทำให้เกิดประโยชน์ และยังสามารถที่จะเป็นเครื่องดื่มชนิดใหม่ไว้สำหรับเป็นทางเลือกให้ลูกค้าโดยการนำมาใส่ไว้ในเมนูอาหารและเครื่องดื่มของโรงแรมได้ในอนาคต

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1.2.1 นำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้เป็นเครื่องดื่มชนิดใหม่

1.2.2 เพื่อศึกษาการทำเครื่องดื่มให้สามารถขายได้จริง

1.3 ขอบเขตของโครงการ

ในการศึกษารั้วนี้มีขอบเขตการศึกษาดังนี้

1.3.1 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการทำโครงการสหกิจศึกษานับนี้ผู้จัดทำได้ใช้วิธีการเก็บข้อมูลแบบสอบถามจากพนักงานแพกห้องอาหารจำนวน 30 ชุด

1.3.2 ขอบเขตด้านเวลา

การทำโครงการสหกิจศึกษานับนี้ผู้จัดทำได้ดำเนินการในระหว่างวันที่ 20 สิงหาคม ถึง วันที่ 7 ธันวาคม 2561

1.3.3 ขอบเขตด้านพื้นที่

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำโครงการสหกิจศึกษานับนี้คณะผู้จัดทำได้ดำเนินการเก็บข้อมูลและวัตถุดิบจากห้องอาหาร ของ โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam)

1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ

1.4.1 เพื่อสร้างทางเลือกใหม่ๆให้กับลูกค้าที่มาใช้บริการของโรงแรม

1.4.2 เพื่อลดการทิ้งวัตถุดิบที่เหลือใช้จากห้องอาหารภายในโรงแรม

1.4.3 เพื่อเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับโรงแรม

บทที่ 2

การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง “Berkeley Cocktail ” นี้ได้ศึกษาข้อมูลเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับแผนกห้องอาหารและส่วนผสมของเครื่องดื่ม

2.1 ความหมายของแผนก Food and Beverage Service

2.2 ความหมายค็อกเทล(Cocktail)

2.3 อุปกรณ์ค็อกเทล

2.4 ส่วนผสมในการทำ Berkeley cocktail

2.1 ความหมายของแผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม(Food and Beverage Service)

แผนก F&B เป็นแผนกที่บริการอาหารและเครื่องดื่ม หรือ Food and Beverage Service แผนกนี้เป็นบริการมีโอกาสติดต่อกับแขกโดยตรง การบริการหรือวิธีเสิร์ฟมีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่ารสชาติหรือคุณภาพของอาหาร ห้องอาหารนั้นจึงจะเป็นที่พอใจของแขก พนักงานที่มีความสุภาพเป็นกันเอง และหน้าตาต้องยิ้มแย้มเสมอถือได้ว่าเป็นสิ่งที่มีค่ามากที่สุดของอาหาร

พนักงานเสิร์ฟที่ดีจำเป็นต้องมีทักษะที่มีความชำนาญในงานที่ทำอยู่บ้าง เช่น การตัดอาหารให้แขกโดยตัดจากชามใหญ่และหนักโดยใช้ช้อนส้อม และการถือจาน 3-4 ใบที่มีอาหารอยู่ด้วยโดยไม่ให้อาหารหก เป็นต้น อีกทั้งพนักงานเสิร์ฟต้องมีทักษะในการติดต่อกับคน เพราะต้องพูดคุยกับแขกที่มาใช้บริการของห้องอาหาร กล่าวกันว่าพนักงานเสิร์ฟทั้งหลายเปรียบเหมือนเป็น “กองกำลังหรือหน่วยขายอาหาร” เลยทีเดียว เพราะมีเจ้าหน้าที่แนะนำหรือขายสินค้าที่เกี่ยวกับอาหารที่แผนกกำลังทำขึ้นมา แก่ลูกค้า พนักงานเสิร์ฟจะสนใจลูกค้าได้ด้วยการรู้จักกาลเทศะ มีเสน่ห์น่าพูดคุย ทำงานได้คล่องแคล่ว และรอบรู้ในงานที่ต้องเองรับผิดชอบ เช่น สามารถแนะนำลูกค้าถึงการเลือกสั่งอาหารอะไร และอธิบายให้ลูกค้าฟังว่าอาหารเป็นอย่างไร และปรุงด้วยวิธีอย่างไร

การบริการที่ดียังรวมถึงการมีจังหวะที่เหมาะสมในการให้บริการ เช่น เมื่อแขกต้องการอะไรก็รีบสนองตอบอย่างรวดเร็วทันใจ เป็นต้น พนักงานเสิร์ฟควรจะล่วงรู้ว่าแขกกำลังต้องการอะไรก่อนที่แขกจะเอ่ยปากขอ นอกจากนี้พนักงานควรเตรียมงานล่วงหน้าไป 1 ขั้นเสมอ เช่นการรีบไปบอกแผนกครัวว่ามีแขกกลุ่มใหญ่เข้ามาแล้ว เพื่อให้พ่อครัวรู้ตัวและสามารถที่จะเตรียมการล่วงหน้าได้

ในกรณีของห้องอาหารเล็ก ๆ ที่มีพนักงานเสิร์ฟ 2-3 คน งานในความรับผิดชอบของพนักงานเสิร์ฟจะแบ่งขอบข่ายกว้าง ๆ ดังนี้

- ตกแต่งหรือจัดแจงห้องอาหารให้ดูดี และสะดวกสบาย
- จัดวางโต๊ะเก้าอี้ และอุปกรณ์เครื่องใช้บนโต๊ะ
- รับจองโต๊ะจากลูกค้าที่โทรศัพท์เข้ามาจอง
- ต้อนรับลูกค้า
- รับออเดอร์ หรือคำสั่งเกี่ยวกับอาหารและเครื่องดื่มจากลูกค้า
- นำอาหารและเครื่องดื่มไปเสิร์ฟ
- เก็บโต๊ะเมื่อลูกค้ารับประทานอาหารเสร็จแล้ว
- กล่าวขอบคุณเมื่อแขกจะกลับ หรือส่งแขก
- ทำความสะอาดห้องอาหาร

2.1.1 หน้าที่และความรับผิดชอบ

ในกรณีของห้องอาหารขนาดใหญ่ จะมีเจ้าหน้าที่จำนวนมาก ดังนั้นหน้าที่และความรับผิดชอบของแต่ละคนจึงแบ่งกระจายกันออกไป ดังนี้

2.1.1.1 ผู้จัดการห้องอาหาร (Restaurant Manager) ทำหน้าที่ดูแลรับผิดชอบห้องอาหารในทุกเรื่อง วางกำหนดมาตรฐานของการบริการ วางแผนตารางเวลาและการทำงานของพนักงานฝึกสอนงานแก่พนักงาน รับจองโต๊ะ ต้อนรับลูกค้า พาลูกค้าไปที่โต๊ะ และเมื่อลูกค้าเป็นผู้จัดการต้องเป็นผู้ที่ต้องรับผิดชอบ

2.1.1.2 หัวหน้าพนักงานเสิร์ฟ (ชาย Head Waiter/หญิง Head Waitress หรือ Maltre d'Hotel หรือนิยมเรียกกันว่า Maltre D.) เป็นตำแหน่งรองผู้จัดการห้องอาหาร ถ้าเป็นห้องอาหารขนาดเล็กก็จะเป็นผู้ดูแลห้องอาหารทั้งหมด ในกรณีที่ห้องอาหารขนาดใหญ่ จะมีหัวหน้าหลายคน คนหนึ่งจะดูแล 3-4 Station เป็นเขตบริการหรือเขตที่ต้องรับผิดชอบในห้องอาหารที่พนักงานแต่ละคนต้องรับผิดชอบและดูแลลูกค้าที่นั่งโต๊ะ ซึ่ง Station หนึ่งจะมีหลายโต๊ะ Head Waiter มีหน้าที่ที่ต้องควบคุมการทำงานของพนักงานเสิร์ฟในเขตความรับผิดชอบของตน เช่น ช่วยพาลูกค้าที่นั่งที่โต๊ะ และรับคำสั่งจากลูกค้าที่ต้องการสั่งอาหาร

ในกรณีของห้องอาหารขนาดใหญ่ จะมีเจ้าหน้าที่จำนวนมาก ดังนั้นหน้าที่และความรับผิดชอบของแต่ละคนจึงแบ่งกระจายกันออกไป ดังนี้

- พนักงานเสิร์ฟอาวุโสประจำเขต (Station Waiter/Station Waitress หรือ Chef de Rang) มีเสิร์ฟหรือให้บริการลูกค้าหลายโต๊ะใน Station หรือเขตของตัวเอง ส่วนมากจะมีลูกค้ารวมกันประมาณ 20 คน เมื่อลูกค้าสั่งอาหารแล้วก็จะคอยปรับเปลี่ยนอุปกรณ์บนโต๊ะต่างๆ เช่น มีด ช้อนส้อม ให้เหมาะสมกับอาหารของลูกค้าที่สั่ง และเคลียร์โต๊ะเมื่อลูกค้ารับประทานอาหารเสร็จแล้ว

- ผู้ช่วยพนักงานเสิร์ฟ (Commis Waiter/Commis Waitress) มีหน้าที่ช่วยบริการด้านอาหาร จัดโต๊ะ เคลียร์โต๊ะ โดยทั่วไปผู้ช่วยพนักงานเสิร์ฟจะเป็นคนยกอาหารที่ทำเสร็จจากครัวมาที่ห้องอาหาร และนำพวกอุปกรณ์ต่างๆ ที่ลูกค้าใช้แล้วกลับไปในครัวเพื่อให้แผนกสจ๊วตทำความสะอาด ในเมืองไทยนิยมเรียกหน้าที่นี้ว่า Bus Boy/Bus Girl มีหน้าที่ เคลียร์โต๊ะ และวิ่งอาหาร

- พนักงานเสิร์ฟเหล้า (Wine Waiter/Wine Waitress หรือ Sommelier ซอมเมอลิเยร์) มีหน้าที่รับคำสั่งหรือออเดอร์ที่เกี่ยวกับเหล้าหรือเครื่องดื่มที่มี แอลกอฮอล์ทั้งหมด ไม่เกี่ยวกับเครื่องดื่มประเภทชา กาแฟ

2.1.1.3 พนักงานเก็บเงิน หรือแคชเชียร์ (Cashier) มีหน้าที่ในการออกใบเสร็จและเก็บเงิน แต่คนที่นำไปเสร็จไปให้ลูกค้าได้แก่พนักงานเสิร์ฟ

2.1.1.4 พนักงานประจำบาร์ชายเหล้า (Barperson, Barman/Barmaid, Bartender) คำว่า Bartender ในภาษาอังกฤษนั้นสามารถเรียกได้ทั้งพนักงานชาย และหญิง แต่ในเมืองไทยถ้าเป็นผู้หญิงจะเรียกว่าบาร์เทนเดอร์(Bartender)จะประจำอยู่บาร์เหล้าต้องมีความรู้ความชำนาญเกี่ยวกับการผสมเหล้าต่างๆ ซึ่งต้องเรียนรู้ แต่ที่เรียนรู้ที่ดีที่สุดก็ต้องอาศัยการฝึกและประสบการณ์ เช่น ต้องรู้วิธีรินเบียร์โดยไม่ให้มีฟองมาก วิธีรินเหล้าไวน์ แบบไม่ให้มีตะกอนไหลลงมาด้วย วิธีผสมเครื่องดื่มประเภทค็อกเทล รวมถึงจำราคาและจำนวนของเครื่องดื่มต่างๆ ที่ลูกค้าสั่งได้ด้วย นอกจากนี้ บาร์เทนเดอร์(Bartender)ที่ดีต้องเป็นคนช่างพูดด้วย เพราะจะต้องพูดคุยกับลูกค้าโดยตรงและลูกค้าก็มีหลายแบบ ซึ่งถ้าชอบพูดคุยกับตนด้วยก็จะทำให้สนุกไปกับงานและช่วยให้ขายดีด้วย เพราะลูกค้าบางส่วนเวลามาสั่งเครื่องดื่มจะต้องการเพื่อนคุย และถ้าพูดคุยถูกคอก็จะสั่งเครื่องดื่ม

ไปเรื่อย ๆ และต้องสามารถแก้ไขปัญหาลักษณะหน้าเวลาถูกค้ำมาด้าด้วยคำหยาบ หรือในกรณีที่มีลูกค้าเข้ามาพร้อมกันจำนวนมาก

2.2 ความหมายค็อกเทล (Cocktail)

ค็อกเทล (Cocktail) ถือเป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมอย่างมาก เนื่องจากมาพร้อมสีสันสดใสชวนให้ลิ้มลอง และที่สำคัญมีปริมาณแอลกอฮอล์น้อย จึงไม่แปลกที่ถูกยกให้เป็นเครื่องดื่มในอันดับต้นๆ ที่คนนิยมสั่ง

ในช่วงปี ค.ศ. 1776 สุภาพสตรีเจ้าของบาร์แห่งหนึ่งที่นิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้มีการนำ ค็อกเทล (Cocktail) หรือหางขนไก่มาตกแต่งเครื่องดื่มที่ผสมเองแทนไม้คนบาร์ ด้วยเหตุนี้เองจึงกลายเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว จนได้รับความนิยมจากผู้คนที่มีโอกาสมาเยือนบาร์แห่งนี้ และต่างพากันเรียกร้านนี้ว่าค็อกเทลมีจุดเริ่มต้นที่ประเทศฝรั่งเศสค็อกเทลเป็นเครื่องดื่มผสมที่มีจุดเริ่มต้นมาจากประเทศฝรั่งเศส โดยในช่วงศตวรรษที่ 14 ผู้คนจะเรียกเครื่องดื่มผสมเองว่า บรากเกรท (Bragget) มีส่วนผสมจากเบียร์ หรือเหล้าที่ใส่เครื่องดื่มอย่าง Ale (เอล) ซึ่งเป็นเครื่องดื่มที่นิยมดื่มในช่วงวันอาทิตย์ หลังจากนั้นได้เริ่มมีการใช้ไวน์เป็นส่วนผสมหลัก นิยมดื่มในงานเลี้ยงฉลอง หรือเทศกาลสำคัญต่างๆ และในช่วงที่ปี ค.ศ. 1775 – 1783 ได้มีการทำสงครามเพื่อประกาศการเป็นอิสระจากประเทศอังกฤษ ซึ่งทหารฝรั่งเศสที่ถูกส่งมารบในครั้งนี้ ได้นำ ค็อกแตล (Coquetel) เครื่องดื่มชนิดหนึ่งมาดื่มระหว่างที่อยู่ภายในกองทัพ ซึ่งในเวลาต่อมาเครื่องดื่มชนิดนี้ได้แพร่กระจายไปสู่กองทัพของทหารอเมริกา จนกลายเป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมอย่างมาก และมีการเรียกเพี้ยนเป็นคำว่าค็อกเทลอย่างที่รู้จักในปัจจุบันเป็นการดื่มเพื่ออวยพรบางตำนานเล่าว่า ได้มีการผสมเครื่องดื่มเองเพื่อเป็นการฉลองให้แก่ผู้ชายที่ดีไ้ชนะ ซึ่งถือเป็นประเพณีที่สืบทอดกันเรื่อยมาเครื่องดื่มที่ผสมในถ้วยใส่ไข่บางตำนานเล่าว่า ค็อกเทลเกิดจากการผสมเครื่องดื่มในถ้วยสำหรับใส่ไข่ ซึ่งเป็นถ้วยที่ชาวฝรั่งเศสเรียกว่าค็อกแตร์ และในเวลาต่อมาคนชาวอเมริกันผู้หนึ่งได้จำสูตรไปผสมดื่มเอง และมีการเรียกเพี้ยนมาเป็นคำว่าค็อกเทลตามสำเนียงของคนชาวอเมริกันและอีกหนึ่งตำนานที่น่าสนใจคือ มีเรื่องเล่าว่าเจ้าของโรงเตี๊ยมชาวอเมริกันได้ทำไ้ชนะที่มีตำแหน่งแชมป์หายไป จึงได้ประกาศว่าหากใครสามารถหาไ้ตัวนี้เจอจะยกลูกสาวให้ ซึ่งในเวลาต่อมาชายคนรักของลูกสาวที่เจ้าของโรงเตี๊ยมกักกันเป็นผู้พบไ้ชนะ เจ้าของโรงเตี๊ยมจึงได้ยกลูกสาวให้ตามที่สัญญาไว้ และด้วยความดีใจที่ความรักสมหวัง ลูกสาวจึงได้ผสม

เครื่องดื่มให้แขกภายในร้านเพื่อเป็นการฉลองการแต่งงาน ซึ่งในเวลาต่อมาก็ได้กลายเป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยม และต่างพากันเรียกเครื่องดื่มชนิดนี้ว่าค็อกเทล

เมื่อพูดถึงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เราอาจจะได้สัมผัสเสน่ห์เฉพาะทางที่หากไม่ได้เป็นคนที่ไม่ดื่ม บ่อยก็อาจจะตามไม่ทัน และนอกจากคลังศัพท์และสารพัดข้อควรรู้เรื่องไวน์และเหล้าแล้ว ค็อกเทลก็เป็นอีกหนึ่งเครื่องดื่มที่เข้าถึงคนได้อย่างกว้างขวาง ด้วยรสชาติที่หลากหลาย และยังสามารถหยิบส่วนผสมนั้นมาได้เป็นเครื่องดื่มแก้วโปรดที่เข้ากับรสนิยมของแต่ละคน

2.3 ส่วนผสมในการทำ Berkeley cocktail

2.3.1 วอดก้า (Vodka)



รูปที่ 2.1 วอดก้า (Vodka)

ที่มา : <https://www.beerbazuka.com/product/absolut-vodka-original-abv40-11/>

วอดก้าเป็นเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ผสมอยู่ประมาณ 40 -60 % แอลกอฮอล์ คำว่า “วอดก้า” เดิมเขียนว่า “Voda” มีคำแปลของรัสเซีย น้ำอมฤตของชีวิต ต่อมามีการเพี้ยนไปเป็นของอังกฤษ “Vodka” เมื่อก่อนนำไปผสมเครื่องดื่มอย่างอื่น น้ำหอม ยา และสามารถที่จะดื่มได้โดยตรงหรือว่ามีการผสมกับเครื่องดื่มค็อกเทลต่างๆ วอดก้ามีการค้นพบที่ประเทศรัสเซียและโปแลนด์ ปัจจุบันเครื่องดื่มชนิดนี้มีการเผยแพร่ไปหลายประเทศแล้ว เกิดจากการหมักของข้าวชนิดต่างๆ หรือมันฝรั่ง มีลักษณะใสไม่มีสี และมีกลิ่นเพียงเล็กน้อยเท่านั้น เนื่องจากผ่านกรรมวิธีในการกำจัดกลิ่นออก ดื่มแล้วไม่มีกลิ่นติดค้างในคอ แต่บางทีก็นำไปดื่มกลืนเข้าไปเพื่อให้ได้บรรยากาศไปอีกแบบ

วอดก้าเป็นที่นิยมในการดื่มกับอาหารที่มีรสจัด คาว หรือว่ามัน ที่รัสเซียกินพร้อมกับไขปลา คาร์เวียร์ การหมักและกลั่นไม่ต้องการบ่มจะได้ดีกรีสูง และเป็นเครื่องดื่มที่มีความจำเป็นในบาร์เทนเดอร์เป็นอย่างมาก

2.3.1.1 ประเภท

- 1) วอดก้า ไม่มีสีมีกลิ่นเพียงเล็กน้อย นิยมดื่มกันทั่วไป
- 2) วอดก้ามีกลิ่น เกิดจากการแต่งกลิ่นเข้าไปเพิ่ม มักเป็นกลิ่น สมุนไพร เครื่องเทศ สำหรับคนที่ชอบกลิ่นที่แตกต่างกันไป

2.3.1.2 วอดก้าในประเทศต่างๆ

- 1) รัสเซีย : มีการบรรจุขวดมาที่มีการกลั่นออกมาเก็บไว้ 95 ดีกรีหากจะนำไปกินให้นำไปผสมลดดีกรีลง
- 2) โปแลนด์: บรรจุในขวด 45 ดีกรีมักนำกลิ่นเพิ่มเข้าไปด้วย ทำให้มีกลิ่นที่หลากหลายต่างกัน
- 3) สหรัฐอเมริกา: มานิยมหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 นำมาผสมกับเครื่องดื่มต่างๆ เช่นเบียร์ มาร์ตินี่ทำให้วอดก้าของสหรัฐอเมริกาได้รับความนิยมสูง

2.3.1.3 การผลิต

- 1) นำวัตถุดิบ เมล็ดข้าวหรือมันฝรั่ง ข้าวที่ใช่จะเป็นข้าวสาลีได้รสชาติที่ดีกว่าข้าวชนิดอื่น แต่ขึ้นอยู่กับพื้นที่ในการทำ นำมาหมัก
- 2) นำมากลั่น โดยใช้การกลั่นถึง 4 ครั้งเป็นอย่างต่ำเพื่อให้ดีกรีที่สูงขึ้นการกลั่นหลายครั้งจะทำให้ได้แอลกอฮอล์บริสุทธิ์มากขึ้นด้วยซึ่งมีผลทำให้ไม่เกิดอาการเมาค้างกว่าเหล้าทั่วไป ทำให้มีรสชาติที่นุ่มนวล
- 3) นำมากรองแล้วมาผ่านถ่านและทรายเพื่อกำจัดกลิ่นให้น้อยลง และเป็นการดูเอาสิ่งเจือปนออกไปด้วย
- 4) หลังจากนั้นจะนำไปเจือจางให้ได้แอลกอฮอล์ที่ในระดับดีกรีที่ต้องการ และอาจจะเติมกลิ่นเข้าไปด้วย

2.3.1.3 วอดก้าที่นำมาแต่งกลิ่น

ในท้องตลาดทั่วไปมีการแต่งกลิ่นเพิ่มบรรยากาศให้เครื่องดื่มรสชาติดี ตัวอย่าง

- 1) ลิมอนนาชา เป็นการเติมน้ำมะนาวได้กลิ่นและรสมะนาวเพิ่มด้วย
- 2) สตาร์กา มีการเติมน้ำผึ้ง วนิลา แอปเปิ้ล แพร์ลงไปมีสีเหลือง
- 3) ออกโตนิชชา มีรสหวานได้กลิ่นสมุนไพร เติมน้ำจิง กานพลู มี 45 ดีกรี

2.3.1.5 ความนิยมในการดื่ม

มักดื่มพร้อมกับรับประทานอาหารบางชนิดอย่างเช่นไขปลาการ์เวียร์ ไข่กรอก ปลาแซลมอน อาหารที่มีรสเผ็ด มักนำไปแช่เย็นในช่องทำน้ำแข็ง แล้วนำมาดื่มโดยไม่ผสมอะไรเลยเนื่องจากมีแอลกอฮอล์ผสมอยู่มากจึงไม่ทำให้แข็งเหมือนน้ำเปล่า มีการนำไปผสมกับโซดา นอกจากนั้นยังนำไปหมักกับเนื้อหรือว่าประกอบอาหารได้อีก เนื่องจากมีแอลกอฮอล์สูงทำให้เมื่อดื่มได้ง่ายเพียงดื่มเล็กน้อยในบางคน จึงไม่ควรดื่มเยอะ และเป็นที่ยอดนิยมในหลายที่ก็ผสมกับเครื่องดื่มค็อกเทลซึ่งสามารถผสมได้หลากหลาย หรือผสมกับน้ำผลไม้ วอดก้ามาร์ตินี่ เป็นการนำวอดก้าผสมกับเหล้ามูทจะให้รสหวานเล็กน้อย สกรูโดรเวอร์ เป็นการผสมน้ำส้ม เป็นต้น

2.3.2 เหล้า GIN



รูปที่ 2.2 เหล้า GIN

ที่มา : <https://www.beerbazuka.com/product/gilbeys-vodka-abv37-700ml/>

การผลิตเหล้าเจนิเวอร์ หรือเจนิวา หรือเหล้ายีน เพิ่งจะเริ่มในปลายศตวรรษที่ 16 การทำเหล้าเจนิเวอร์ของชาวคซในยุคนั้น ใช้มอลต์ของข้าวบาร์เลย์ผสมกับวิสกีไรย์และหมักกลั่นก็กลั่นด้วยพอสทิลล์ขนาดจิ๋วออกมาเป็นน้ำเหล้าดีกรีขนาดปานกลาง คือ 70 - 85 ดีกรีระบบยุโรปเมื่อปล่อยให้แอลกอฮอล์เย็นตัวลงประมาณ 2-3 วัน ก็จะนำสุราดังกล่าวมาหมักซ้ำกับผลจูนิเปอร์และเครื่องเทศต่างๆ พอสาได้ทีแล้วก็ล้าเลียง ไปกลั่นซ้ำอีกหนหนึ่งในประเทศอังกฤษได้มีการผลิตเหล้าพิสดารไปอีกชนิดหนึ่งคือการ ใช้กากน้ำตาล (Molasses) เป็นวัตถุดิบในการ หมักกลั่นเหล้ายีน เมื่อผลิตสำเร็จรูปออกมาจึงเรียกเหล้ายีนชนิดนี้ว่า "ไคร์ยีน" หรือเหล้ายีนที่มีหวานแต่น้อย

2.3.2.1 คุณสมบัติของเหล้ายีน (Gin)

ยีนเปรียบเสมือนเหล้าของพวกฝรั่งตาน้ำข้าว เหล้ายีนชนิดหลักก็โดยกากน้ำตาลแอลกอฮอล์ เกรนไปหมักกับผลจูนิเปอร์ และเครื่องเทศสมุนไพรอีกบางชนิดแล้วนำไปกลั่นซ้ำ เครื่องเทศสมุนไพรต่างๆ ที่ใช้โดยทั่วไปก็มีดังนี้

- 1) เปลือกส้ม (Orange Peel) ให้กลิ่นหอมและรสชาติ
- 2) ลูกอาหนิ (Anise) ซึ่งให้กลิ่นหอมยั่ววนชวนใจ
- 3) ยี่ห่วย (Caraway) เป็นยากระตุ้นพลังขับเลือดขับลม
- 4) หวายเทศ (Caramus) เป็นยาอายุวัฒนะ
- 5) ออริส (Orris) ต้นลานที่มีรากหอม และเป็นยาแก้โรคสารพัดชนิด
- 6) น้ำเต้า (Rhubarb) เป็นยารักษาโรคสารพัดโรคอีกชนิดหนึ่ง
- 7) เมล็ดอามันต์ (Almond) เมล็ดเครื่องเทศที่มีกลิ่นหอมมาก
- 8) คาลัมบา (Calamba) ต้นไม้รากขมชนิดหนึ่งที่ใช้เป็นยารักษาโรค

9) จูนิเปอร์ (Junipers) ต้นไม้ที่มีผลเขียวรสเผ็ดและหอมหวานเป็นสิ่งที่เหล้ายีนขาดไม่ได้เลย คือถ้าเหล้ากลั่นที่ผลิตในลักษณะยีนแต่ขาดส่วนผสมของ จูนิเปอร์อาจไม่ถูกจัดอยู่ในประเภทเหล้ายีนไปเลย

นี่เป็นตัวอย่างส่วนน้อยของเครื่องเทศสมุนไพรต่าง ๆ ที่ใช้ในการผลิตสุราจีนอื่นจากนี้ยังมีอีกมากผลจากการนำแอลกอฮอล์ ที่คัดเลือกแล้วไปกลั่นซ้ำ ๆ ซาก ๆ โดยผสมผลจุนีเปอร์และเครื่องเทศสมุนไพรนานาชนิดนี้เองทำให้เหล้าจีนมีคุณสมบัติพิเศษชนิดหนึ่ง ที่เหนือกว่าเหล้ากลั่นชนิดอื่นใด คือ เป็นเหล้าที่ปราศจาก "ฟูเซลออย"

คำว่าเหล้าเจนีเวอร์ หรือเจนีวาที่ใช้เรียกว่าเหล้าจีนนั้นไม่ได้มีอะไรที่เกี่ยวข้องกับเมืองเจนีวา ในประเทศสวิสเซอร์แลนด์เลยแต่คงจะมีเหตุผลมาจากการใช้ผลจุนีเปอร์เป็นวัตถุดิบเป็นแน่แท้ ที่ทำให้เหล้าจีนมีชื่อถูกเรียกขานเป็นเหล้าเจนีเวอร์

2.3.2.2 ประเภทของเหล้าจีน

มีหลายประเภท ที่เด่นดังมากได้แก่ชนิดต่าง ๆ เหล่านี้

- 1) โอลด์ ทอม ยิน คือเหล้าจีนที่ผลิตด้วยโมลาส หรือไคร้จินนั่นเองชาวอังกฤษในนครลอนดอนติดใจมาก
- 2) ไฟล์เม้าท์ ยิน เป็นเหล้าจีนที่บริษัทไฟล์เม้าท์ ได้ผลิตจนโด่งดังจึงเรียกเหล้าจีน ที่มีการเก็บบ่มเช่นเดียวกับ เหล้าวิสกี้ หรือบรั่นดี โดยทำการเก็บบ่มใน ถังไม้โอ๊กจนน้ำเหล้ามีสีเหลืองทอง

2.3.3 ที่มาของผักขึ้นฉ่าย



รูปที่ 2.3 ขึ้นฉ่าย

ที่มา : <http://bunbunsjungle.lnwshop.com>

- ชื่อสามัญ : Celery
- ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Aquium graveolens* L. vat. *Dulce Pers.*
- วงศ์ : Umbelliferae

จีน่าย (คีนไต้) หรือ **จีน่ายฝรั่ง** ภาษาอังกฤษ Celery (เซเลอรี) จีน่ายเป็นผักที่ใบคล้ายกับผักชี แต่ใบใหญ่กว่าและมีกลิ่นฉุน โดยจีน่ายเป็นชื่อผักที่มาจากภาษาจีน หรือที่คนไทยเรียกว่า ผักข้าวป็น, ผักป็น, ผักปืม เป็นต้นผักจีน่าย มีอยู่ 2 สายพันธุ์ สายพันธุ์แรกก็คือ **จีน่ายฝรั่ง** ลักษณะต้นจะอวบใหญ่มาก ลำต้นมีความสูงประมาณ 40-60 เซนติเมตร ลำต้นขาวใบเหลืองอมเขียว และอีกสายพันธุ์ก็คือ **จีน่ายจีน** หรือ “Chinese celery” ซึ่งจะมีขนาดของลำต้นที่เล็กกว่า มีความสูงประมาณ 30 เซนติเมตร และใบค่อนข้างแก่ ส่วนสรรพคุณก็จะคล้ายๆกัน **สมุนไพรจีน่าย** ผักสมุนไพรที่มีกลิ่นหอม นิยมนำมาใช้ในการปรุงอาหารเพื่อช่วยในการดับกลิ่นคาวต่าง ๆ หรือนำมาใช้เพิ่มความหอมให้น้ำซุป

2.3.3.1 ลักษณะของจีน่าย

ต้นจีน่าย เป็นพืชล้มลุก ต้นจีน่ายจีน มีความสูงประมาณ 30 เซนติเมตร ส่วนต้นจีน่ายฝรั่ง จะมีความสูงประมาณ 40-60 เซนติเมตร ส่วนลำต้นมีลักษณะกลวง มีกลิ่นหอมทั้งต้น มีอายุประมาณ 1-2 ปี และมีอยู่ด้วยกัน 3 ชนิด คือ ต้นสีขาว ต้นสีเขียว และต้นสีน้ำตาลเขียว

2.3.3.2 ข้อควรระวังในการรับประทานผักจีน่าย

1) การรับประทานผักจีน่ายในปริมาณมากเกินไป ในเพศชายอาจจะทำให้เป็นหมันได้ และจะทำให้โอกาสลดลงถึง 50% แต่ถ้าหากหยุดรับประทานแล้ว จำนวนของเชื้อสุมจะกลับสู่ระดับปกติในระยะเวลา 8-13 สัปดาห์

2) ในบางรายอาจเกิดอาการแพ้จากการสัมผัสต้นจีน่ายจนถึงขั้นรุนแรงได้

3) สารสกัดจากต้นจีน่ายอาจช่วยเร่งให้สีผิวเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลมากขึ้น

2.3.3.3 สรรพคุณของจีน่าย

1) ช่วยทำให้เจริญอาหาร กระตุ้นให้เกิดความอยากอาหาร

2) จีน่ายเป็นผักที่มีโพแทสเซียมสูง ซึ่งช่วยในการขยายตัวของหลอดเลือด ป้องกันโรคหัวใจขาดเลือด

- 3) ซีนถ่ายมิโซเดียมอินทรีย์ที่ช่วยในการปรับสมดุลของกรดและด่างในเลือด
- 4) ซีนถ่ายเป็นหนึ่งในผักที่มีสารโพลีฟีนอล ซึ่งเป็นตัวช่วยป้องกัน DNA ถูกทำลาย ช่วยลดอาการอักเสบ และป้องกันมะเร็งด้วยการไปยับยั้งการกลายพันธุ์และสารก่อมะเร็งในร่างกาย
- 5) น้ำคั้นจากซินถ่ายมีสรรพคุณใช้เป็นยาแก้ลมประสาท ช่วยในการนอนหลับ
- 6) ช่วยรักษาโรคอัลไซเมอร์
- 7) ช่วยบำรุงหัวใจและรักษาโรคหัวใจ
- 8) ช่วยในการทำงานของระบบหมุนเวียนต่าง ๆ ในร่างกาย
- 9) ช่วยลดอาการของโรคหอบหืด
- 10) ซีนถ่ายกับการล้างพิษในร่างกาย
- 11) ซีนถ่ายสามารถช่วยป้องกันโรคซิลิโคซิส (Silicosis) หรือโรคที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจ
- 12) ช่วยลดความดันโลหิต รักษาโรคความดันโลหิตสูง
- 13) ช่วยลดปริมาณของคอเลสเตอรอล ระดับน้ำตาล ไตรกลีเซอไรด์ และไขมันในเส้นเลือด
- 14) ใช้เป็นยาขับร้อนในร่างกาย แก้อาการร้อนใน
- 15) ซีนถ่ายมีสรรพคุณช่วยในการขับเสมหะ
- 16) สรรพคุณซินถ่าย ช่วยแก้ท้องอืด
- 17) ช่วยบำรุงระบบย่อยอาหารในร่างกาย ช่วยลดอาการของโรคที่เกี่ยวข้องกับกระเพาะอาหาร
- 18) ช่วยขับลมในกระเพาะ
- 19) ช่วยขับปัสสาวะ ปัสสาวะเป็นเลือด รักษาเนื้องอก ขับปัสสาวะสำหรับผู้ที่เป็นนิ่ว

20) สำหรับสตรีที่ประจำเดือนมาไม่เป็นปกติ การรับประทานผักขึ้นฉ่ายเป็นประจำจะ
ช่วยแก้ปัญหานี้ได้

21) ช่วยแก้อาการปวดประจำเดือนของสตรี ทั้งก่อนและหลังการมีประจำเดือน

22) ช่วยบำรุงตับและไตให้แข็งแรง

23) ช่วยลดอาการบวมน้ำ เช่น อาการบวมน้ำก่อนการมีประจำเดือน เป็นต้น

24) ใบขึ้นฉ่ายมีสรรพคุณช่วยแก้อาการตกเลือด

25) ช่วยรักษาโรคปวดข้อต่าง ๆ และอาการปวดตามปลายประสาท

26) ช่วยทำให้กล้ามเนื้อเรียบบีบตัว แก้อาการเกร็งของกล้ามเนื้อ

27) สรรพคุณอื่นช่วยช่วยแก้ลมพิษ ผดผื่นคันต่าง ๆ

28) ทั้งต้นขึ้นฉ่ายมีสรรพคุณช่วยรักษาฝีฝีกบว

29) สารลูเทโอลินที่พบในขึ้นฉ่ายเป็นสารเคมีที่มีคุณสมบัติในการต่อต้านการอักเสบ

เรื้อรัง

30) ช่วยในการคุมกำเนิด มีฤทธิ์ในการลดปริมาณการสร้างฮีสตามีนในเพศชาย ช่วยลด
อัตราการตั้งครรภ์ได้

2.3.4 แอปเปิ้ลเขียว



รูปที่ 2.4 แอปเปิ้ลเขียว

ที่มา : <http://www.bkkorganic.com/>

- ชื่อสามัญ : Apple
- ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Malus domestica*
- อยู่ในวงศ์ : Rosaceae

แอปเปิ้ลเป็นผลไม้ยอดนิยมของคนทุกวัย ด้วยรสชาติที่ทานได้ง่าย และสีที่สวยงาม ทำให้หลาย ๆ คนเลือกที่จะให้แอปเปิ้ลเป็นผลไม้แสนโปรด ซึ่งแอปเปิ้ลแต่ละสีนั้นต่างก็มีความน่าสนใจในตัวเอง แต่ที่กำลังเป็นที่นิยมของกลุ่มคนรักสุขภาพเห็นจะเป็นแอปเปิ้ลสีเขียว ที่ดูเหมือนว่าจะมีรสชาติที่เปรี้ยวที่สุด เมื่อเทียบกับแอปเปิ้ลสีอื่น ๆ อย่างเช่น สีแดง และสีทอง แต่หากมองในเรื่องของคุณประโยชน์แล้ว จะพบว่าในแอปเปิ้ลสีเขียวนั้น อุดมไปด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างมาก ในแอปเปิ้ลสีเขียว อุดมไปด้วยไฟเบอร์ที่มากล้น ถ้าหากรับประทานแอปเปิ้ลเขียวอย่างเป็นประจำ ย่อมส่งผลดีต่อระบบขับถ่าย และด้วยความที่แอปเปิ้ลเขียว เป็นผลไม้ที่เต็มไปด้วยเส้นใยอาหาร แต่ให้พลังงานเพียงน้อยนิด ทำให้แอปเปิ้ลเขียวถูกนำมาจัดอยู่ในหมวดของผลไม้ควบคุมน้ำหนัก ทำให้ผู้ที่ต้องการลดน้ำหนักส่วนใหญ่ ควรหารับประทานเป็นประจำมากถ้าหากคุณเป็นคนหนึ่งที่กลัวความแก่ หรือกลัวว่าจะเกิดโรคร้าย อย่างเช่น โรคมะเร็ง ที่อาจจะเกิดขึ้นกับตัวเอง แอปเปิ้ลเขียวจึงเป็นผลไม้อีกหนึ่งชนิดหนึ่ง ที่คุณไม่ควรพลาดที่จะนำมารับประทาน เพราะในแอปเปิ้ลเขียวนั้น เต็มไปด้วยสารต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งมีมากกว่าแอปเปิ้ลสีอื่น หลายเท่าตัวเลยทีเดียว และหากเทียบกับผลไม้ชนิดอื่น ๆ ด้วยแล้ว เราจะพบว่านี่คือแหล่งของสารต้านอนุมูลอิสระที่มีจำนวนมาก และมีประโยชน์อย่างสูงสุด

2.3.4.1 สารพฤกษเคมีของแอปเปิ้ลเขียว

1) มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ

ถ้าหากคุณเป็นคนหนึ่งที่กลัวความแก่ หรือกลัวว่าจะเกิดโรคร้าย อย่างเช่น โรคมะเร็ง ที่อาจจะเกิดขึ้นกับตัวเอง แอปเปิ้ลเขียวจึงเป็นผลไม้ชนิดหนึ่ง ที่คุณไม่ควรพลาดที่จะหามารับประทาน เพราะในแอปเปิ้ลเขียวนั้น เต็มไปด้วยสารต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งมีมากกว่าแอปเปิ้ลสีอื่น หลายเท่าตัวเลยทีเดียว และหากเทียบกับผลไม้ชนิดอื่น ๆ ด้วยแล้ว เราจะพบว่านี่คือแหล่งของสารต้านอนุมูลอิสระที่มีจำนวนมาก และมีประโยชน์อย่างสูงสุด

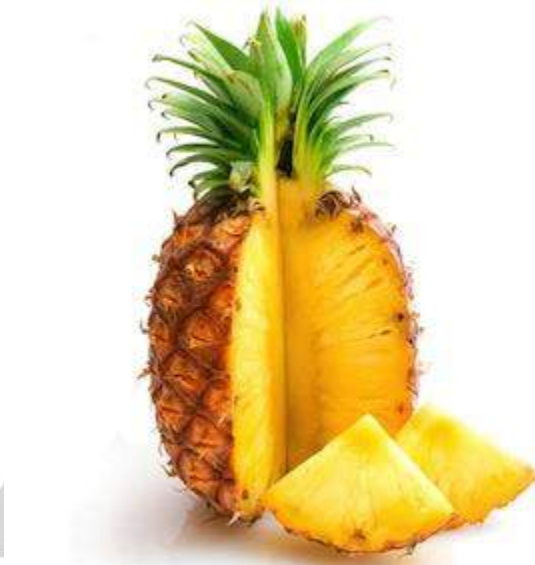
2) ลดการสูญเสียกล้ามเนื้อจากการป่วย

สำหรับคนที่ออกกำลังกายเป็นประจำ มักจะมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรง แต่เมื่อคุณล้มป่วยลง ทำให้คุณต้องหยุดพักร่างกาย จนออกกำลังกายไม่ได้เป็นระยะเวลาหนึ่ง แน่นอนว่าในขณะที่คุณหยุดพัก กล้ามเนื้อส่วนที่ได้เพิ่มเติมขึ้นจากการออกกำลังกาย อาจจะมีน้อยลงหรือหายไปบ้าง ซึ่งในจุดนี้เองที่ผู้ชายส่วนใหญ่มักจะกังวล เพราะการที่กล้ามเนื้อหายไป ก็มักจะทำให้รูปร่างที่เคยดูดีนั้นเปลี่ยนไปด้วย แต่สิ่งเหล่านี้สามารถป้องกันได้ โดยการบริโภคแอปเปิ้ลสีเขียวเป็นประจำ เพราะในแอปเปิ้ลเขียวนั้น ประกอบไปด้วย กรดบางชนิดที่เป็นส่วนประกอบที่สำคัญ ในการเพิ่มพลังและสร้างความแข็งแรงให้กับกล้ามเนื้อของเราโดยตรงนั่นเอง

3) มีวิตามินที่จำเป็นสำหรับผิวพรรณ

นอกจากเรื่องของสุขภาพแล้ว เรื่องของความสวยความงาม แอปเปิ้ลเขียวก็มีบทบาทสำคัญ เนื่องจากแอปเปิ้ลเขียว เป็นผลไม้ที่อุดมไปด้วยวิตามินต่าง ๆ ที่มีส่วนช่วยในการบำรุงผิวพรรณ อย่างเช่น วิตามิน C ซึ่งค้นพบว่าในแอปเปิ้ลเขียว จะมีมากกว่าผลไม้ชนิดอื่น ๆ บางประเภทเสียด้วยซ้ำ

2.3.5 สับปะรด



รูปที่ 2.5 สับปะรด

ที่มา: <https://missicecream.com/>

- ชื่อสามัญ Pineapple
- ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ananas comosus* (L.) Merr.
- อยู่ในวงศ์ : Bromelioideae

2.3.5.1 สับปะรดและสายพันธุ์

ลักษณะของ สับปะรด จะเป็นผลไม้ที่มีขนาดลำต้นเดี่ยว จัดอยู่ในผลไม้เขตร้อนในวงศ์ Bromeliaceae จึงสามารถเจริญเติบโตได้ดีในสภาพอากาศที่แห้งแล้ง เป็นดินปนทราย มีต้นกำเนิดมาจากประเทศอเมริกาใต้ ค้นพบโดยนักเดินเรือชาวสเปนและโปรตุเกส ก่อนจะถูกนำเข้ามาจากทางยุโรปและแพร่หลายไปทั่วโลกในศตวรรษที่ 13 เป็นต้นมาส่วนของผลจะมีขนาดใหญ่กว่าลำต้น มีใบที่เรียวยาวและแข็งแรง ด้านในจะเป็นเส้นใยที่มีความเหนียวมาก ใช้เป็นส่วนกักเก็บน้ำเอาไว้ให้ประโยชน์กับลำต้นในสภาพอากาศที่แห้งแล้งแบบนี้ ความโดดเด่นของผล สับปะรด คือรูปลักษณะภายนอกที่ชวนสะดุดตา เปลือกมีความแข็ง และเต็มไปด้วยคุ่มขนที่เราเรียกกันว่า "ตาสับปะรด" เรียงอยู่ทั่วทั้งลูก ส่วนเนื้อด้านในมีรสชาติหวานอมเปรี้ยวแล้ว แต่รสชาติก็จะแตกต่างกันออกไปตามสายพันธุ์ และการเพาะปลูกด้วยผลของ สับปะรดจะไม่มีเมล็ด การขยายพันธุ์จะใช้เป็นวิธีนำเอา จุก หน่อ และ

เกียงมาปักชำ การปลูกด้วยวิธีเหล่านี้ สับปะรด มีการกลายพันธุ์อย่างต่อเนื่อง ทำให้มีหลากหลายสายพันธุ์ให้เราได้รับประทานในปัจจุบัน โดยสายพันธุ์ที่คุ้นหูคุ้นตาและพอจะเคยเห็นกันมาบ้าง ได้แก่

1. พันธุ์อินทรชิต หรืออินทรชิตแดง

มีชื่อในภาษาอังกฤษว่า Singapore Spanish จัดได้ว่าเป็นพันธุ์ที่มีความเก่าแก่มากในประเทศไทย เป็นที่รู้จักและปลูกกันอย่างแพร่หลายมาตั้งแต่รุ่นกรุงศรีอยุธยา มีหนามแหลมคมโค้งงออยู่ตามลำต้นเป็นสีน้ำตาลอมแดง ส่วนของใบเป็นสีเขียวอ่อน ลักษณะของผลย่อยจะนูน มีตาเล็กเมื่อแก่จัด เนื้อด้านในเป็นสีทอง รสชาติไม่หวานมากนัก มีเส้นใยมาก และผลมีขนาดเล็ก

2. พันธุ์ปัตตาเวีย

มีชื่อในภาษาอังกฤษว่า Smooth Cayenne เรียกกันคุ้นหูว่าพันธุ์ศรีราชา ให้ผลที่มีขนาดใหญ่กว่าสับปะรดสายพันธุ์อื่นๆ เนื้อมีความหวานฉ่ำเป็นพิเศษ ลำต้นจะมีใบเป็นสีเขียวเข้ม กลางใบเป็นร่องสีน้ำตาลแดง ปลายใบจะมีหนามแหลมขนาดเล็ก เนื่องจากขนาดที่ใหญ่และได้รสชาติอร่อย จึงนิยมปลูกเพื่อนำไปแปรรูปเป็นสับปะรดกระป๋อง

3. พันธุ์สวี

มีชื่อในภาษาอังกฤษว่า Malacca Queen บางคนก็เรียกว่าพันธุ์ภูเก็ต ลักษณะของใบยาว มีสีเขียวอ่อน ใบแคบ และมีแถบเป็นสีแดงที่กลางใบ ขอบใบจะเป็นหนามแหลมสีแดง มีผลย่อยนูน มองเห็นตาลึก ขนาดผลเล็ก ส่วนของเนื้อเป็นสีเหลือง มีความหอมและรสชาติที่หวานกรอบ นิยมปลูกกันมากในภาคใต้

4. พันธุ์ขาว

มีชื่อเรียกในภาษาอังกฤษว่า Selangor Green ลักษณะของต้นจะเป็นทรงพุ่มเตี้ย มีใบเป็นสีเขียวอมเหลือง ใบสั้นและแคบชิดกัน ขอบใบมีหนามแหลม ส่วนผลด้านบนมีหลายลูก เนื้อให้รสชาติหวานไม่มากนัก อีกทั้งลักษณะยังใกล้เคียงกับพันธุ์อินทรชิต ซึ่งเชื่อว่าอาจจะกลายพันธุ์มาจากสายพันธุ์ดังกล่าวก็เป็นได้

5. พันธุ์ภูแล

เป็นพันธุ์ที่กำลังได้รับความนิยมอยู่ไม่น้อย เนื่องจากรสชาติที่อร่อย กลิ่นหอม ส่วนของแกนสับปะรดไม่ต้องตัดออก สามารถรับประทานได้เนื่องจากมีความกรอบ ผลมีขนาดเล็ก คุ้นหูกันในชื่อว่าสับปะรดภูแลที่วางขายอยู่ตามท้องตลาด การปลูกจะให้ผลตลอดทั้งปี

2.3.5.3 ประโยชน์ของสับปะรดเนื่องจากสับปะรดเป็นผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวอมหวาน จึงอุดมไปด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์ อีกทั้งเนื้อสีเหลืองยังมีเส้นใยมาก มีวิตามินซีที่ช่วยสร้างระบบภูมิคุ้มกันร่างกายให้แข็งแรง ทำหน้าที่ช่วยย่อยอาหาร เนื่องจากมีกากใยมาก แล้วยังมีเอนไซม์ตามธรรมชาติที่ชื่อ

ว่า "บรอมิเลน" ที่เข้าไปเพิ่มการย่อยอาหารทั้งสภาพกรดและด่าง เหมาะสำหรับการรับประทานหลังอาหาร เพื่อช่วยการทำงานของกระเพาะได้เป็นอย่างดีนอกจากนี้ยังมีส่วนช่วยให้เลือดลมไหลเวียนได้ดีขึ้น ป้องกันการเกิดมะเร็ง เพราะอุดมไปด้วยสารเบต้าแคโรทีน และเอนไซม์ดังกล่าวยังช่วยยับยั้งการอักเสบ ผู้คนโบราณจึงมักนำเอาสับปะรดมาใช้ในการรักษาโรคผิวหนังและบาดแผลต่างๆ

2.3.5.4 ประโยชน์ของแกนสับปะรด

หากพูดถึงส่วนหนึ่งของผลสับปะรดที่เราไม่ค่อยนิยมนำมารับประทาน นั่นก็คือส่วนของแกนสับปะรด ซึ่งส่วนมากจะมีความเหนียวและแข็ง นอกจากพันธุ์กล้วยที่มีความกรอบ สามารถรับประทานได้ แต่หาว่าไม่ว่าในแกนสับปะรดกลับอุดมไปด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์มากกว่าเนื้อสีเหลืองๆ ของมันเสียอีก ไม่ว่าจะเป็น การช่วยย่อยเนื้อสัตว์ภายหลังรับประทานอาหาร, ช่วยลดการอักเสบของกระเพาะและลำไส้, กระตุ้นระบบขับถ่าย, ช่วยขับปัสสาวะ, ป้องกันการเกิดนิ่ว และยังมีฤทธิ์เป็นยาระบายอ่อนๆ อีกด้วย

2.3.5.5 สรรพคุณของสับปะรด

- 1) ช่วยบำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่งสดใสอยู่เสมอ
- 2) ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระในร่างกาย ช่วยชะลอการเกิดริ้วรอยและความแก่ชรา
- 3) สับปะรดเป็นผลไม้ที่เมื่อรับประทานแล้วจะรู้สึกสบายท้อง ไม่รู้สึกอึดอัด
- 4) ใช้รับประทานเป็นผลไม้ หรือนำมาปรุงเป็นอาหาร เช่น แกงสับปะรด เป็นต้น

2.3.6 มะนาว



รูปที่ 2.6 มะนาว

ที่มา : <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits>

- ชื่อสามัญ : มะนาว (Mexican lime, lime)
- ชื่อวิทยาศาสตร์ : Citrus aurantifolia Swingle
- อยู่ในวงศ์ Rutaceae

2.3.6.1 ลักษณะทั่วไปของมะนาว

มะนาวเป็นไม้ผลชนิดหนึ่งที่มีรสเปรี้ยวจัด จัดอยู่ในสกุลส้มหรือที่เรียกว่า Citrus ลักษณะของผลจะมีสีเขียว เมื่อสุกจัดจะออกเป็นสีเหลือง ลักษณะของเปลือกจะบาง ส่วนภายในมะนาวนั้นจะมีเนื้อที่แบ่งออกเป็นกลีบๆ และชุ่มน้ำมาก ถือเป็นผลไม้ที่ถูกนำมาใช้เป็นเครื่องปรุงรส ที่สำคัญยังเป็นผลไม้ที่มีคุณค่าทางโภชนาการและการแพทย์โดยทั่วไปมะนาวจะมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางอยู่ประมาณ 4-4.5 เซนติเมตร ทั้งนี้จะมีลำต้นที่เป็นไม้พุ่มเตี้ย มีความสูงประมาณ 5 เมตร ในส่วนของก้านจะมีหนามแต่เพียงเล็กน้อย ส่วนใหญ่จะมีใบดก ลักษณะของใบจะยาวรียาวเพียงเล็กน้อย พูดยาวๆ ก็มีความคล้ายกับใบส้ม ส่วนเรื่องดอกมะนาวจะมีลักษณะสีขาวอมเหลือง ซึ่งดอกของมะนาวจะมีการออกดอกผลตลอดทั้งปี อาจมีความแตกต่างกันตามฤดูกาล เพราะในช่วงหน้าแล้งต้นมะนาวจะออกผลน้อยกว่าและผลของมันจะมีน้ำที่น้อยกว่า

2.3.6.2 พันธุ์มะนาวที่นิยมปลูกในเมืองไทย

1. มะนาวไข่

มะนาวไข่เป็นพันธุ์ที่มีลักษณะผลกลม หัวท้ายจะขาว และมีสีอ่อนที่คล้ายกับสีของไข่เป็ด ขนาดของผลมะนาวสายพันธุ์นี้ใหญ่ประมาณ 2-3 เซนติเมตร และมีเปลือกที่ค่อนข้างบาง

2. มะนาวทราย

มะนาวทรายสายพันธุ์นี้จะมีลักษณะของต้นเป็นพุ่มสวย สามารถนำมาทำเป็นไม้ประดับหน้าบ้านได้ อีกทั้งยังเป็นสายพันธุ์ที่ให้ผลตลอดปี ทั้งนี้กลายเป็นมะนาวสายพันธุ์ที่ผู้คนไม่ค่อยนิยมนำมาบริโภคสักเท่าไร เพราะรสชาติของน้ำมะนาวจะมีรสขมเจือปนอยู่ด้วย

3. มะนาวแป้น

มะนาวแป้นสายพันธุ์นี้จะมีขนาดของผลค่อนข้างใหญ่ ลักษณะของผลค่อนข้างกลมแป้น ให้น้ำมะนาวในปริมาณที่มาก แล้วยังมีเปลือกที่บาง มะนาวแป้นจัดเป็นสายพันธุ์ที่ผู้คนนิยมนำมาบริโภคเป็นส่วนใหญ่ และในทางเชิงพาณิชย์จะมีการปลูกมะนาวพันธุ์แป้นรำไพและพันธุ์แป้นคพิเศษ เพราะมันสามารถบังคับให้ออกผลในฤดูแล้งได้

4. มะนาวหนัง

ในส่วนของสายพันธุ์มะนาวหนังจะมีลักษณะของผลที่กลมยาว ส่วนของหัวท้ายจะแหลม และเมื่อผลของมันโตเต็มที่ก็จะมีลักษณะผลเป็นกลมที่ค่อนข้างยาวและมีเปลือกที่หนา ดังนั้นจึงทำให้ผู้บริโภคสามารถเก็บมะนาวสายพันธุ์นี้ได้นาน

2.3.6.3 ประโยชน์ของมะนาว

มะนาวมีประโยชน์มากมาย ตั้งแต่ส่วนต้น ใบ ผล นอกจากน้ำมะนาวที่มีวิตามินซีสูงแล้ว ส่วนอื่นๆ ก็สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้เช่นกัน มาดูส่วนต่างๆ ของมะนาวว่ามีประโยชน์ใช้ทำอะไรได้บ้าง

2.3.6.4 ประโยชน์ของผลมะนาว/เปลือก

- 1) ช่วยบำรุงสายตาของคนเราให้มีความสดใสอยู่ตลอดเวลา
- 2) ช่วยบำรุงผิวพรรณให้มีความเปล่งปลั่งและสดใสอยู่เสมอ
- 3) มีน้ำมันระเหยที่ช่วยให้ความสดชื่นแก่ร่างกาย
- 4) นำมาปรุงรสชาติในอาหารและเครื่องดื่มได้อย่างอร่อย และไม่ทำให้อาหารจานนั้นรู้สึกเลี่ยนได้
- 5) ช่วยแก้ปัญหาลายที่เกิดจากสาเหตุต่างๆ รวมทั้งปัญหาผิวหนังไม่สม่ำเสมอ
- 6) ช่วยรักษาสิวให้มีปริมาณที่ลดลง เนื่องจากกรดอ่อนๆ ที่อยู่ในมะนาวนั้นจะช่วยลดการอุดตันของรูขุมขนจากสิว อีกทั้งยังช่วยขจัดความมันและเชื้อโรคบนใบหน้าได้เป็นอย่างดี
- 7) นำเปลือกมะนาวที่บีบน้ำมะนาวออกหมดแล้ว มาทาบริเวณคาง ข้อศอก เข่า หรือส้นเท้า จะช่วยให้ผิวในบริเวณนี้มีความนุ่มนวลมากยิ่งขึ้น
- 8) นำเปลือกผลแห้งของมะนาวมาต้มเพื่อเอาน้ำมาดื่ม จะช่วยแก้อาการจุกเสียดแน่นท้อง ช่วยขับเสมหะที่ติดอยู่ในลำคอ และยังช่วยบำรุงกระเพาะอาหาร
- 9) นำมาแปรรูปเป็นอาหารหลากหลายชนิด เช่น มะนาวแช่อิ่มตากแห้ง น้ำมะนาวรสชาติเข้มข้น แยมมะนาว แยมเปลือกมะนาว แยมมะนาวดอง กิมจิมะนาว เปลือกมะนาวสามรส เปลือกมะนาวเชื่อม มาร์มาเลดมะนาว เป็นต้น
- 10) ใต้มะนาว 2-3 ลูกไว้ในถังข้าวสาร จะช่วยป้องกันมอดได้
- 11) นำเปลือกมะนาวมาเช็ดทำความสะอาดภาชนะให้เงางามขึ้น ไม่ว่าจะเป็นทองเหลือง ทองแดง เครื่องเงิน เป็นต้น

2.3.6.3 ประโยชน์ของน้ำมะนาว

- 1) ให้สารวิตามินเอ วิตามินซี ธาตุฟอสฟอรัส แคลเซียม กรดมาลิก และกรดซิตริกแก่ร่างกาย
- 2) ช่วยรักษาสิวแตก เพียงแค่นำน้ำมะนาวมาทาในบริเวณที่สิวแตกก็เป็นอันเสร็จ

3) รักษาปัญหาเส้นเลือดขอด โดยนําน้ำมันมะนวมทาในบริเวณเส้นเลือดขอดวันละ 3 ครั้ง จะช่วยให้รอยแตกในบริเวณเส้นเลือดขอดค่อยๆ ดีขึ้น

2.3.7 น้ำเชื่อม



รูปที่ 2.7 น้ำเชื่อม

ที่มา : <https://readforclever.blogspot.com/2017/04/>

2.3.7.1 สรรพคุณของน้ำตาล

- 1) ตาลทรายแดงมีคุณสมบัติร้อนและมีรสหวาน มีสรรพคุณช่วยบำรุงกำลัง
- 2) ช่วยทำให้เลือดไหลเวียนได้สะดวกมากยิ่งขึ้น
- 3) น้ำตาลทรายขาวและน้ำตาลทรายกรวดมีสรรพคุณช่วยดับร้อน ถอนพิษ แก้อาการอักเสบ
- 4) ช่วยรักษาปากเป็นแผล มีอาการเจ็บคอ ไอมีเสมหะเหลือือง
- 5) ช่วยแก้อาการปวด

บทที่ 3

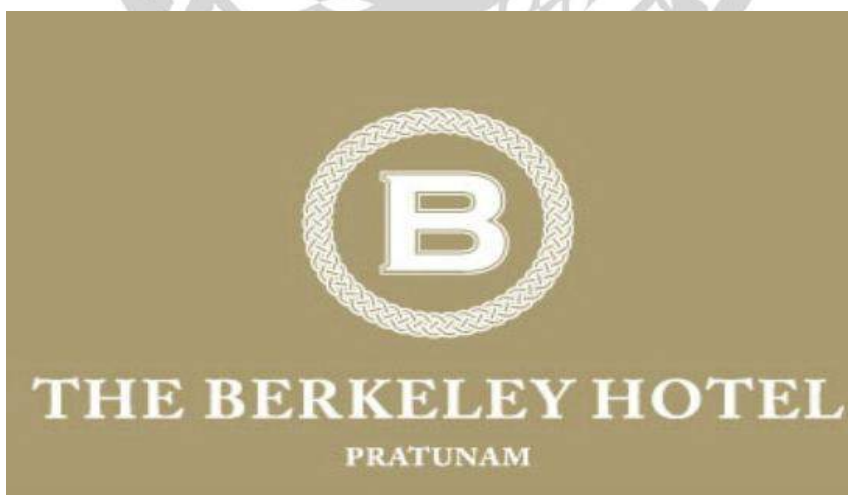
รายละเอียดการปฏิบัติงาน

3.1 ชื่อและที่ตั้งสถานประกอบการ

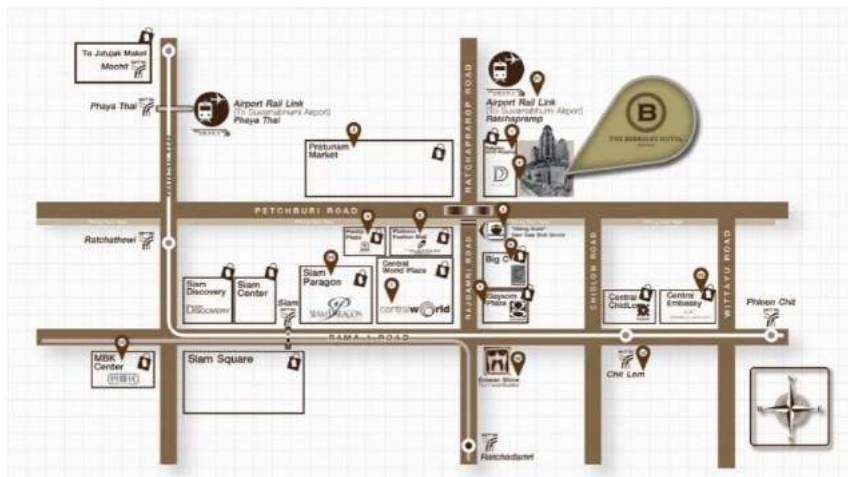
- 3.1.1 ชื่อสถานประกอบการ The Berkeley Hotel Pratunam
- 3.1.2 ที่อยู่และสถานที่ตั้ง 559 ถนนราชปรารภ แขวง มักกะสัน เขต ราชเทวี
กรุงเทพมหานคร 10400
- 3.1.3 Website: www.berkeleypratunam.com
- 3.1.4 Tel: 02 309 9999



รูปที่ 3.1 โรงแรม The Berkeley Hotel Pratunam
ที่มา <https://www.berkeleypratunam.com>



รูปที่ 3.2 สัญลักษณ์โรงแรม The Berkeley Hotel Pratunam
ที่มา : <https://www.berkeleypratunam.com>



รูปที่ 3.3 แผนที่โรงแรม The Berkeley Hotel Pratunam

ที่มา <https://www.berkeleypratunam.com/images/location-map.jpg>

3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑ์ให้บริการขององค์กร

“โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam)” ตั้งอยู่ใจกลางเมืองกรุงเทพมหานคร แวดล้อมไปด้วยสถานที่ท่องเที่ยวและสถานที่ทางประวัติศาสตร์ แขกผู้มาเข้าพักสามารถนั่งรถสาธารณะไปชมสถานที่ทางประวัติศาสตร์ที่สำคัญได้หลายแห่ง เช่น พระบรมมหาราชวัง วัดพระแก้ว พิพิธภัณฑ์แห่งชาติ และอีกมากมาย

และจากโรงแรมยังสามารถเดินทางไปสถานบันเทิง เช่น สุขุมวิท ทองหล่อ เอกมัย ถ้าหากแขกต้องการไปแหล่งธุรกิจและช้อปปิ้งกลางเมือง สามารถได้ตั้ง มอเตอร์ไซค์วิน รถตุ๊กตุ๊ก แท็กซี่ และรถประจำทางเป็นการเดินทางที่สะดวกสบายเพราะว่าอยู่ไม่ห่างจากโรงแรม และยังถือว่าได้ชมบรรยากาศภายในกรุงเทพมหานคร

3.3 วิสัยทัศน์ของโรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam)

โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) เป็นโรงแรมที่อยู่ใกล้แหล่งท่องเที่ยวใจกลางเมืองมากที่สุด ผู้เข้าพักจะได้รับคุณค่าโดยบริการจากการบริการของพนักงานที่ล้นไปด้วยแรงบันดาลใจที่ได้รับการปลูกฝังคุณค่าในการให้บริการ สร้างความอบอุ่นให้กับแขกเปรียบเสมือนแขกอยู่ที่บ้าน บริการให้มั่นใจว่าแขกผู้มาเข้าพักนั้นจะได้รับการบริการที่ดีกลับไปและคุ้มค่าต่อการที่แขกนั้นได้เลือกบริการโรงแรมของเรา

3.4 การให้บริการห้องพัก

โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) มีห้องพักที่กว้างขวางทั้งหมด 788 ห้อง เป็นโรงแรมระดับ 4 ดาว ที่ถูกออกแบบมาอย่างลงตัว และตกแต่งด้วยความหรูหราที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกและสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัยห้องน้ำแต่ละห้องสัมผัสได้ถึงความสะดวกและความทันสมัย และมองเห็นบรรยากาศใจกลางเมืองในยามค่ำคืนและมีเตียงนอนที่ใหญ่และสะดวกสบาย ทำให้แขกได้

สัมผัสถึงความสะอาดสบายและสัมผัสความสวยงามและทันสมัยของห้องพักที่โรงแรม ห้องพักที่โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูนํ้า (The Berkeley Hotel Pratunam) 6 ประเภท ได้แก่

3.4.1 ห้อง Luxury room

ห้องพักมีทีวีจอแบนขนาด 32 นิ้ว พร้อมเคเบิ้ลทีวี มีมินิบาร์ ตู้เย็น และห้องน้ำในตัว



รูปที่ 3.4

ที่มา : <https://www.berkeleypratunam.com/>

3.4.2. ห้องLuxury honeymoon suite

ห้องนี้มีขนาดใหญ่กว่าห้อง Luxury room มีหน้าต่างขนาดใหญ่พร้อมวิวใจกลางเมืองกรุงเทพ และมีทีวีจอแบนขนาด 32 นิ้ว มีมินิบาร์ ตู้เย็น และ ห้องอาบน้ำในตัว



รูปที่ 3.5

ที่มา : <https://www.berkeleypratunam.com/>

3.4.3 ห้องLuxury Quadruple Suite

ห้องนี้จะมีขนาดกว้างกว่าห้อง มีเตียงใหญ่ 2 เตียง มี มินิบาร์ ตู้รับซัก จอทีวีขนาด 32 นิ้ว และเคเบิลทีวี และมีห้องอาบน้ำในตัว



รูปที่ 3.6

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com/>

3.4.4ห้อง Premier Room

ห้อง Premier Roomเป็นห้องที่มีเตียงใหญ่ภายในห้องจะมีหน้าต่างให้ชมวิวภายในกรุงเทพมหานคร มีการใช้ที่ห้องพักรับรองพิเศษ และสิทธิพิเศษอื่นๆ



รูปที่ 3.7

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com/>

3.4.5 ห้อง Premier Triple

ห้องนี้เป็นห้องที่มีขนาดใหญ่มีเตียงใหญ่ขนาด 6 ฟุต ถึง 2 เตียง และยังมีทัศนภาพของกรุงเทพให้ชม นอกจากนี้ยังมีสิทธิพิเศษอื่นๆ และยังได้อาหารเช้าและเครื่องดื่มทันที



รูปที่ 3.8

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com/>

3.4.6 ห้อง Premier Family

ห้องสำหรับครอบครัว



รูปที่ 3.9

ที่มา : https://www.berkeleypratumam.com

3.5 ห้องอาหาร

3.51 ห้องอาหาร The Berkeley Dining Room ให้บริการอาหารนานาชาติ



รูปที่ 3.10 ห้องอาหาร The Berkeley Dining Room

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com>

3.5.2 ห้องอาหาร The Mulberry – Chinese Cuisine ให้บริการอาหารจีนห้องอาหาร



รูปที่ 3.11 ห้องอาหาร The Mulberry – Chinese Cuisine

Open: 11.30 a.m. - 10.00 p.m.

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com>

3.5.3 ห้องอาหาร Na Ha Na Japanese Sushi Bar ให้บริการอาหารญี่ปุ่น



รูปที่ 3.12 ห้องอาหาร Na Ha Na Japanese Sushi Bar

Open: 11.30 a.m. - 10.00 p.m.

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com>

3.6 สิ่งอำนวยความสะดวก

โรงแรม เบร์เคิลีย์ ประตูนํ้า (The Berkeley Hotel Pratunam) ให้บริการสิ่งอำนวยความสะดวกหลายอย่างอาทิเช่น ห้องประชุมและสัมมนา ถึง 7 ห้อง สระว่ายนํ้า และ ฟิตเนต เป็นต้น



รูปที่ 3.13 ห้องประชุม Mayfair Grand Ballroom

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com>



รูปที่ 3.14 ห้องประชุม Jubilee Ballroom

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com>



รูปที่ 3.15 ห้องประชุม Boardroom

ที่มา : <https://www.berkeleypratumam.com>



รูปที่ 3.16 ห้องประชุม Palladium
ที่มา : <https://www.berkeleypratunam.com>



รูปที่ 3.17 ห้องประชุม Chelsea Meeting Room
ที่มา : <https://www.berkeleypratunam.com>

3.7 ตำแหน่งงานและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย



รูปที่ 3.18 ลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับ

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

ชื่อ-นามสกุล : นาย ธนพลด้วงมั่ง

ตำแหน่ง : นักศึกษาฝึกงาน (Trainee)

แผนก : อาหารและเครื่องดื่ม (Food & beverage)

ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย

- 1) ต้อนรับลูกค้าหน้าห้องอาหาร แนะนำโปรโมชั่นให้กับลูกค้าที่มาใช้บริการ
- 2) งานบริการด้านการเสิร์ฟอาหารและเครื่องดื่มให้กับลูกค้า ดูแลลูกค้า และสร้างความประทับใจให้ลูกค้า
- 3) จัดเตรียมห้องอาหาร จัดวางอุปกรณ์ชั้นส้อมมีดในแต่ละมื้ออาหาร จัดเตรียมโต๊ะอาหารสำหรับอาหารเช้า
- 4) ทำน้ำผลไม้ในช่วงอาหารกลางวัน

3.8 ชื่อและตำแหน่งงานพนักงานที่ปรึกษา



รูปที่ 3.19 รูปพนักงานที่ปรึกษา

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

ชื่อพนักงานที่ปรึกษา : นาย วิฑูรย์ ไตรกึ่ง

ตำแหน่งพนักงานที่ปรึกษา : Restaurant Manager

3.9 ระยะเวลาปฏิบัติงาน

- ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน 20 สิงหาคม 2561 ถึง 7 ธันวาคม 2561
- เป็นเวลา 16 สัปดาห์ ปฏิบัติงานเวลา 06.00 – 15.00 น. เป็นเวลาทั้งหมด 9 ชั่วโมง
- ปฏิบัติงานสัปดาห์ละ 5 วัน ต่อสัปดาห์ หยุดเดือนละ 8 วัน

ตารางที่ 3.1 ตารางขั้นตอนการดำเนินงาน

ขั้นตอนในการดำเนินงาน	ส.ค. 2561	ก.ย. 2561	ต.ค. 2561	พ.ย. 2561	ธ.ค. 2561
รวบรวมข้อมูลและกำหนดหัวข้อโครงการ	←→				
วิเคราะห์การทำโครงการ		←→			
ลงมือปฏิบัติ			←→		
จัดทำเอกสาร				←→	
ตรวจสอบและแก้ไข					←→

3.10 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

3.10.1 รวบรวมข้อมูลและกำหนดหัวข้อโครงการงาน

กำหนดหัวข้อที่ต้องการทำจากการสังเกตและสอบถามถึงปัญหาที่จะสามารถนำมาปรับและแก้ไข และสามารถปฏิบัติได้จริง โดยรวบรวมข้อมูลจากการศึกษาและปฏิบัติงานที่ โรงแรมเบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam)

3.10.2 วิเคราะห์การทำโครงการงาน

ได้มีการสอบถามและปรึกษาพี่เลี้ยงและพนักงานในห้องอาหาร ถึงความเป็นไปได้ในการจัดทำโครงการงาน

3.10.3 ลงมือปฏิบัติ

ผู้จัดทำได้ทำการทดลองและได้พบกับปัญหามากมายหลายครั้ง

3.10.4 จัดทำเอกสาร

รวบรวมข้อมูล ทำการสอบถามพนักงานที่ปรึกษา ดำเนินการจัดทำรูปเล่ม

3.10.5 ตรวจสอบและแก้ไข

นำรูปเล่มส่งให้อาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของรูปเล่ม

3.10.7 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงาน

เริ่มดำเนินงานวิจัยตั้งแต่ 1 กันยายน 2561 ถึง 7 ธันวาคม 2561

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงาน

4.1 รายละเอียดโครงการ

โครงการ Berkeley Cocktail นำน้ำผลไม้ที่เหลือจากการแจกให้กับลูกค้าในช่วงอาหารกลางวัน มาแปรรูปเป็นค็อกเทลซึ่งเป็นอีกหนึ่งทางเลือกให้แก่สถานประกอบการ โครงการนี้ได้จัดทำขึ้นเพื่อลด การทิ้งวัตถุดิบ และ เพื่อเป็นแนวทางให้สถานประกอบการไปเพิ่มในเมนู

4.2 วัตถุดิบและอุปกรณ์ในการทำ Berkeley Cocktail

4.2.1 ส่วนผสมของ Berkeley Cocktail

1) วอดก้า	1 ออนซ์
2) จิน	0.5 ออนซ์
3) Triple Sec	0.5 ออนซ์
4) ซินนามอน	1 ออนซ์
5) แอปเปิ้ลเขียว	1.5 ออนซ์
6) สับปะรด	1 ออนซ์
7) น้ำมะนาว	0.5 ออนซ์
8) น้ำเชื่อม	0.5 ออนซ์
9) โซดา	0.5 ออนซ์

4.3 วิธีการทำ Berkeley Cocktail

4.3.1 จัดเตรียมวัตถุดิบ ได้แก่ วอดก้า จิน และTriple sec ขิงฉ่าย แอปเปิ้ลเขียว น้ำสับประรด น้ำมะนาว น้ำเชื่อม



รูปที่ 4.1 แอปเปิ้ลเขียว ขิงฉ่าย และ มะนาว

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

4.3.2 นำชิ้นฉ่ายและแอปเปิ้ลเขียวมาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆเพื่อนำไปเข้าเครื่องแยกกาก



รูปที่ 4.2 การหั่น แอปเปิ้ลเขียวและชิ้นฉ่าย

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

4.3.3 นำแอปเปิ้ลเขียวและชิ้นฉ่ายใส่เครื่องแยกกาก



รูปที่ 4.3 นำผลไม้เข้าเครื่องแยกกาก

4.3.4 การผสมค็อกเทล เริ่มต้นจากการเท วอดก้า 1 ออนซ์



รูปที่ 4.4 เท Vodka

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

4.3.5 เท จิน และ Triple sec ลงไปอย่างละ 0.5ออนซ์



รูปที่ 4.5 เท จินและ Triple Sec

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

4.3.6 เทเหล้าครบแล้ว ก็เทน้ำขึ้นฉ่ายลงไป 1 ออนซ์ น้ำแอปเปิ้ลเขียว 1.5ออนซ์ และสับประรด 1 ออนซ์



รูปที่ 4.6 เทน้ำผลไม้ลงไปในกระบอกShaker

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

4.3.7 เทน้ำผลไม้ที่เตรียมไว้เสร็จแล้ว เทน้ำมะนาวลงไป 0.5 ออนซ์และน้ำเชื่อม 1ออนซ์



รูปที่ 4.7 เทน้ำเชื่อม

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

4.3.8 ส่วนผสมทุกอย่างอยู่ในกระบอกShaker ครบแล้วให้นำนํ้าแข็งใส่ลงไป 2-3 ก้อนเพื่อให้เกิดความเย็น หลังจากนั้นทำการเขย่าให้ส่วนผสมต่าง ๆ นั้นเข้ากัน

4.3.9 เขย่าเสร็จแล้วให้เทค็อกเทลใส่แก้วที่เตรียมเอาไว้



รูปที่ 4.8 Berkeley Cocktail

ที่มา : ผู้จัดทำ(2561)

4.4 ตารางแสดงราคาต้นทุนของ Berkeley Cocktail

ตารางที่ 4.3.1 Berkeley Cocktail

ลำดับที่	ส่วนผสม	ปริมาณ	ราคา/หน่วย	ราคา(บาท)
1	Vodka	30 ml	790/700 ml	33.8
2	Gin	15 ml	425/700 ml	9.1
3	Triple Sec	15 ml	660/750 ml	13.2
4	จ๊ินฉ่าย	30 ml	40/กก.	1.59
5	แอปเปิ้ลเขียว	45 ml	25/160 กรัม	7.0
6	น้ำสับประรด	30 ml	62/970 ml	1.91
7	น้ำเชื่อม	30 ml	38/กก.	1.14
8	น้ำมะนาว	15 ml	100/กก.	1.5
9	โซดา	15 ml	10/325 ml	0.46
ราคาต้นทุน				69.7

จากตารางที่ 4.3.1 สามารถอธิบายรายละเอียดได้ว่าต้นทุนของ Berkeley Cocktail ราคารวมต้นทุนคือ 69.7บาทต่อแก้ว

4.5 ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม

จากการที่ผู้จัดทำได้ทำโครงการ Berkeley Cocktail ได้มีการจัดทำแบบสอบถามความพึงพอใจของแผนกห้องอาหาร เพื่อนำผลประเมินมาใช้ในการเก็บข้อมูลจำนวนชุด 30 ชุด

ทางผู้จัดทำได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายตามลำดับดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของพนักงานเกี่ยวกับ เพศ อายุ ตำแหน่ง แผนก โดยใช้ค่าร้อยละ

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจของผู้ดื่มเบอร์เคิลีย์ค็อกเทล(Berkeley Cocktail) โดยใช้ค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามและคำนวณค่าเฉลี่ยตามทฤษฎี

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างได้แก่ เพศ อายุ ตำแหน่ง แผนก

ตารางที่ 4.5.1 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	14	46.66
หญิง	16	53.33
รวม	30	100

จากตารางที่ 4.5.1 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามในการทำโครงการครั้งนี้เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 46.66 และ เพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 53.33

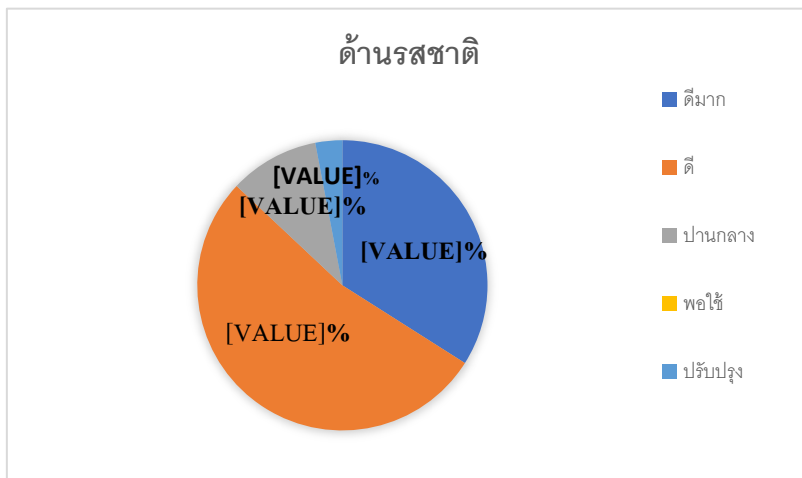
ตารางที่ 4.5.2 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
20-25 ปี	7	23.33
26-30ปี	8	26.66
31-35ปี	7	23.33
36-40ปี	5	16.66
มากกว่า 41 ปี	3	10
รวม	30	100

จากตารางที่ 4.5.2 กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามในการทำโครงการครั้งนี้เป็นผู้ที่มีอายุ อายุ 26-30 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 26.66 รองลงมาเป็นผู้ที่มีอายุ 20-25ปี คิดเป็นร้อยละ 23.33 และผู้ที่มีอายุ 30-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 23.33 ผู้ที่มีอายุ 36-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 16.66 ตามลำดับ โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุน้อยที่สุดคือ มากกว่า 41 ปี คิดเป็นร้อยละ 10

4.6 สรุปผลการทำประเมิน Berkeley Cocktail

4.6.1 ด้านรสชาติ



แผนภูมิที่ 4.6.1 แสดงอัตราร้อยละด้านรสชาติ

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านรสชาติของ Berkeley Cocktail มีรสชาติดีเป็นร้อยละ 53 และรสชาติดีมาก ร้อยละ 34 รสชาติปานกลาง ร้อยละ 10 และ ปรับปรุงคิดเป็นร้อยละ 3

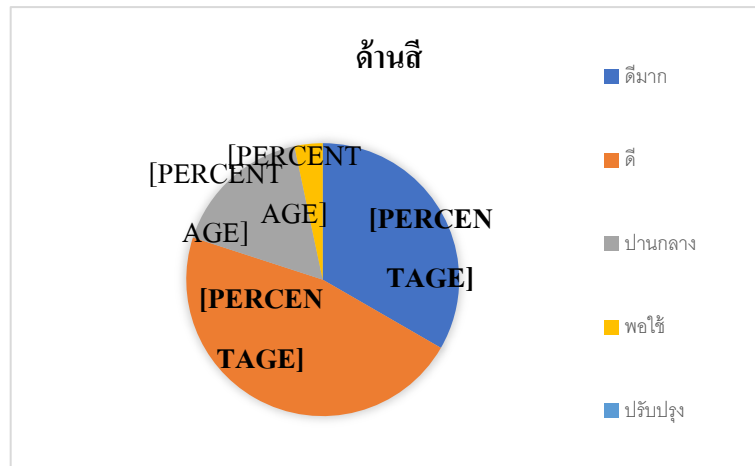
4.6.2. ด้านกลิ่น



แผนภูมิที่ 4.6.2 แสดงอัตราร้อยละด้านกลิ่น

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านกลิ่นของ Berkeley Cocktail ดีคิดเป็น ร้อยละ 67 ดีมากคิดเป็นร้อยละ 27 ปานกลางคิดเป็น ร้อยละ 3 รองลงมา คือ ปรับปรุง คิดเป็นร้อยละ 3

4.6.3. ด้านสี



แผนภูมิที่ 4.6.3 แสดงอัตราร้อยละด้านสี

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านสีของ Berkeley Cocktail ดีคิดเป็นร้อยละ 47 ดีมากคิดเป็นร้อยละ 33 ปานกลางคิดเป็นร้อยละ 17 รองลงมาคือ พอใช้ คิดเป็นร้อยละ 3

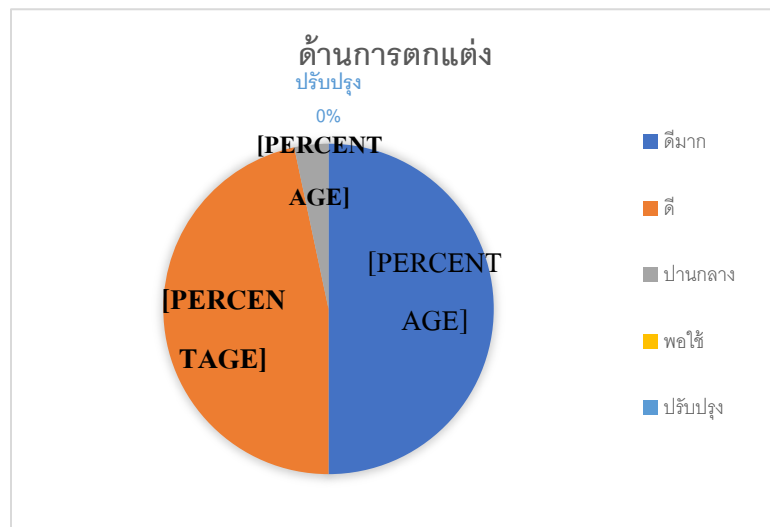
4.6.4 ด้านปริมาณ



แผนภูมิที่ 4.6.4 แสดงอัตราร้อยละด้านปริมาณ

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านปริมาณของ Berkeley Cocktail ดีคิดเป็นร้อยละ 53 รองลงมา เป็นดีมาก คิดเป็นร้อยละ 47

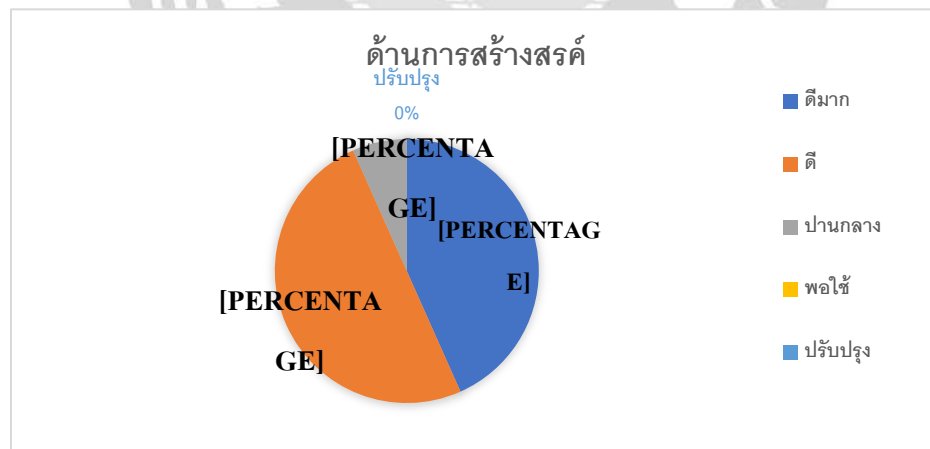
4.6.5 ด้านตกแต่ง



แผนภูมิที่ 4.6.5 แสดงอัตราร้อยละด้านการตกแต่ง

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านการตกแต่ง Berkeley Cocktail ดีมากคิดเป็นร้อยละ 50 ดี คิดเป็นร้อยละ 47 รองลงมา ปรับปรุง คิดเป็นร้อยละ 3

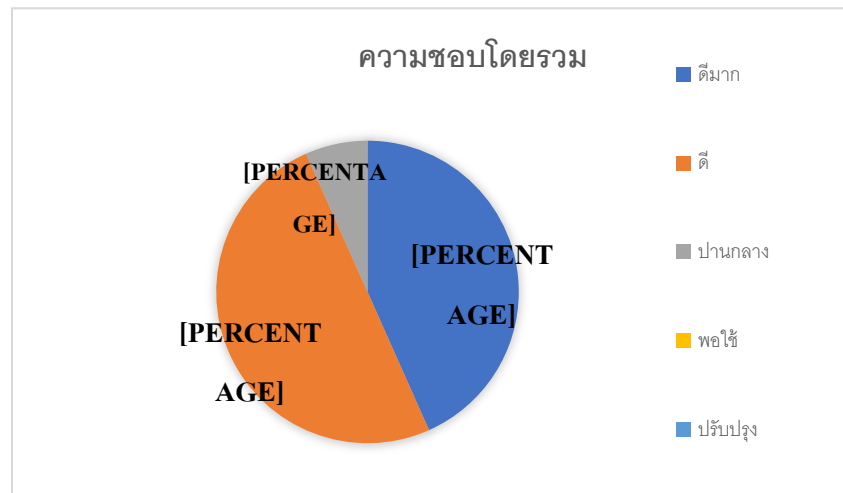
4.6.6 ด้านการสร้างสรรค์



แผนภูมิที่ 4.6.6 แสดงอัตราร้อยละด้านการสร้างสรรค์

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านความคิดสร้างสรรค์ Berkeley Cocktail ดีคิดเป็นร้อยละ 50 ดีมากคิดเป็น 43 รองลงมาคือ ปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 7

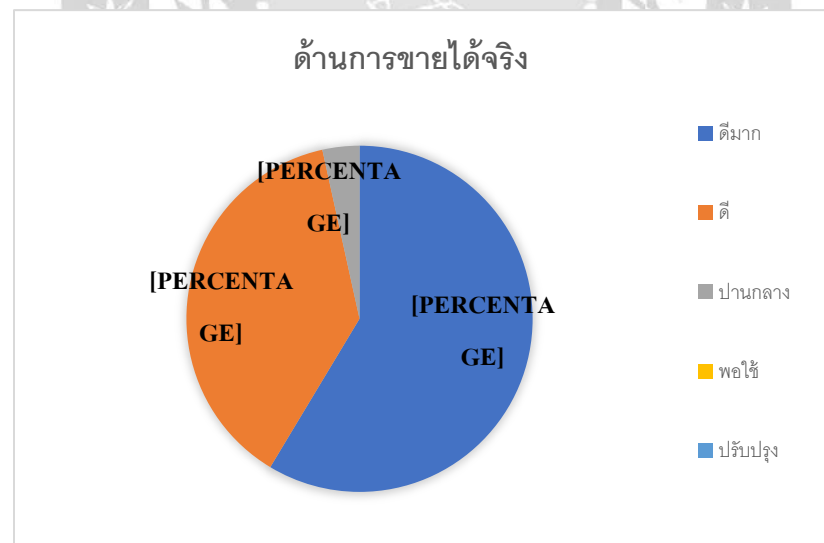
4.6.7 ด้านความชอบโดยรวม



แผนภูมิที่ 4.6.7 แสดงอัตราร้อยละด้านความชอบโดยรวม

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านความชอบโดยรวมของ Berkeley Cocktail ดีคิดเป็นร้อยละ 50 ดีมากคิดเป็นร้อยละ 43 รองลงมาเป็นปานกลางคิดเป็นร้อยละ 7

4.6.8 ด้านการนำเครื่องดื่มไปขายได้จริง



แผนภูมิที่ 4.6.8 แสดงอัตราร้อยละด้านการนำเครื่องดื่มไปขายได้จริง

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านการนำเครื่องดื่มไปขายได้จริง ดีมากคิดเป็นร้อยละ 59 ดีคิดเป็นร้อยละ 38 รองลงมาเป็น ปานกลางคิดเป็นร้อยละ 3

ส่วนที่ 2 ข้อมูลความพึงพอใจของ Berkeley Cocktail การวิเคราะห์ความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่าง โดย
 วัตถุประสงค์และแสดงผลตั้งแต่ 5-1 คือ ชอบมากที่สุด-ชอบน้อยที่สุด ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล ความหมายค่าเฉลี่ย (Mean) ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด 2543 :100)

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 4.51 – 5.00 หมายถึง ชอบมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 3.51 – 4.50 หมายถึง ชอบมาก

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 2.51 – 3.50 หมายถึง ชอบปานกลาง

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 1.51 – 2.50 หมายถึง ชอบน้อย

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 1.00 – 1.50 หมายถึง ชอบน้อยที่สุด

ตารางที่ 4.5.3 แสดงระดับของความชอบของ Berkeley Cocktail

รายละเอียด	ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$	S. D	ระดับความเห็นชอบ
1.ด้านรสชาติ	4.13	0.99	ชอบมาก
2.ด้านกลิ่น	4.23	0.62	ชอบมาก
3.ด้านสี	4.1	0.80	ชอบมาก
4.ด้านปริมาณ	4.33	0.64	ชอบมาก
5.ด้านการตกแต่ง	4.46	0.56	ชอบมาก
6.ด้านความคิดสร้างสรรค์	4.33	0.70	ชอบมาก
7.ด้านความชอบโดยรวม	4.36	0.75	ชอบมาก
8.การขายได้จริง	4.33	1.21	ชอบมาก
ค่าเฉลี่ยโดยรวม	4.28	0.78	ชอบมาก

จากตารางที่ 4.5.3 ผลสำรวจความพึงพอใจพบว่า ด้านรสชาติ ด้านกลิ่น ด้านสี ด้านปริมาณ ด้านการตกแต่ง ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านความชอบโดยรวม และด้านการขายได้จริง หากค่าเฉลี่ยซึ่งอยู่ในระดับที่ ชอบมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวมคือ 4.28



บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการศึกษา ปัญหาที่พบ การแก้ไข้ปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.1.1 สรุปผลการศึกษา

จากการที่ได้ไปฝึกสหกิจศึกษา ที่ โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) จึงทำให้ผู้จัดทำได้คิดเมนูเครื่องดื่มที่ช่วยลดต้นทุนและใช้วัตถุดิบที่เหลือใช้จากไลน์บุฟเฟต์ภายในห้องอาหาร จึงได้ทำเครื่องดื่ม เบอร์เคลีย์ค็อกเทล ขึ้นมา และได้ทำการทดลองด้วยกันถึง 3 ครั้ง ซึ่งในการทดลองแต่ละครั้งก็ได้ปรับส่วนผสมของเหล้าเพื่อปรับรสชาติของเครื่องดื่มให้มีรสชาติที่ดีขึ้น และหลังจากทดลองจนได้รสชาติที่อร่อยและลงตัว

เพื่อให้ทราบถึงผลความพึงพอใจ ทางผู้จัดทำได้มีการแจกแบบสอบถาม จากการสำรวจพบว่าผลการตอบแบบสอบถาม ในส่วนของด้านเพศเป็นเพศหญิงมากที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 53.33 และเป็นชายน้อยที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 46.66 ในส่วนทางด้านอายุ คือกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุระหว่าง 26-30 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 26.66 และผู้ที่มีอายุมากกว่า 41 ปี มีน้อยที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 10 และจากตารางของค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อเบอร์เคลีย์ค็อกเทลอยู่ในระดับที่ชอบมาก คือ ด้านรสชาติ ด้านกลิ่น ด้านปริมาณ ด้านการตกแต่ง ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านความชอบโดยรวม ด้านการขายได้จริง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28

5.1.2 ปัญหาที่พบในการทำโครงการ

5.1.2.1 ในการทดลองทำครั้งที่ 1 ได้ใช้เหล้า 3 ชนิด จำนวน 1 ออนซ์ เท่ากัน ทำให้รสชาติของเครื่องดื่มขมเกินไป และมีกลิ่นของเหล้าแรงเกินไป กลบกลิ่นของน้ำผลไม้ จึงได้ทดลองสูตรต่อไป

5.1.2.2 ในการทดลองทำครั้งที่ 2 ได้ลดปริมาณเหล้า เหลืออย่างละ 0.5 ออนซ์ ทำให้รสชาติของเหล้าทั้ง 3 ชนิด ไม่มีตัวใดโดดเด่น

5.1.2.3 ในการทดลองทำครั้งที่ 3 ได้ใส่วอดก้าเพิ่มเป็น 1 ออนซ์ และเหล้าอีก 2 ตัวใส่อย่างละ 0.5 ออนซ์ ส่วนผสมอย่างอื่นใส่อย่างละ 1 ออนซ์ กลิ่นและรสชาติเริ่มดีขึ้น แต่รสชาติของน้ำผลไม้ค่อนข้างเปรี้ยว จึงใส่โซดาเพื่อลดความเปรี้ยวของน้ำผลไม้

5.1.3 ข้อเสนอแนะจากพนักงานที่เลี้ยง

5.1.3.1 ลดปริมาณของ จิน และ Triple sec เหลืออย่างละ 0.5 ออนซ์

5.1.3.2 เพิ่มปริมาณน้ำขึ้นฉ่ายละ และ น้ำแอปเปิ้ลเขียวอย่างละ 0.5 ออนซ์ เพื่อให้กลิ่นของขึ้นฉ่ายโดดเด่น และ มีรสเปรี้ยวของแอปเปิ้ลเขียวมากขึ้น

5.1.4 กระบวนการทำโครงการ

5.1.4.1 การถ่ายภาพขณะ นักศึกษาปฏิบัติงานบางภาพทางสถานประกอบการไม่อนุญาตให้ถ่ายได้เนื่องจากแขกเข้ามาใช้บริการค่อนข้างเยอะ

5.1.4.2 ไม่มีเวลาว่างในการทดลองทำเครื่องดื่มเท่าที่ควร

5.1.4.3 นักศึกษายังขาดความเข้าใจในการทำโครงการ

5.1.5 การแก้ปัญหา

5.1.5.1 ขออนุญาตพนักงานที่เลี้ยงที่จะถ่ายรูปขั้นตอนการปฏิบัติงานในเวลาว่าง

5.1.5.2 ปรึกษานักงานในเรื่องที่ยังไม่เข้าใจ

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

จากการที่ผู้จัดได้ทำการฝึกงานมาเป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ที่ผ่านมาในแผนกห้องอาหาร ทำให้ได้รับทราบถึงการทำงานจริงของงานแผนกห้องอาหารในโรงแรม การทำงานร่วมกับผู้อื่น การฝึกความอดทนต่ออุปสรรคในการทำงานภายในสถานประกอบการ ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆจากการปฏิบัติงานในเรื่องการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า การฝึกทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษกับแขกที่มาใช้บริการ และยังฝึกให้รู้จักการตรงต่อเวลาในการมาปฏิบัติงาน

5.2.1 ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

5.2.1.1 เกิดความผิดพลาดในการปฏิบัติงาน เช่น แยกคนจีนไม่สามารถพูดภาษาอังกฤษได้

5.2.1.2 ขณะที่ปฏิบัติงานช่วงแรกๆ นักศึกษายังไม่ค่อยมีประสบการณ์ด้านงานห้องอาหารจึงส่งผลให้ทำงานเป็นไปอย่างล่าช้า

5.2.1.3 ขณะที่ปฏิบัติงานช่วงแรกๆ นักศึกษามีความเกรงใจต่อพนักงานจึงไม่กล้าที่จะสอบถามรายละเอียดการทำงานมากเกินไป

5.2.1.4 ในขณะปฏิบัติงานเมื่อมีลูกค้าเข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมากนักศึกษาศึกษาปฏิบัติงานไม่ทันต่อความต้องการของลูกค้า

5.2.1.5 ในบางครั้งนักศึกษาไม่สามารถสื่อสารกับลูกค้าต่างชาติได้เนื่องจากลูกค้าไม่ใช่ภาษาอังกฤษในการสื่อสาร เช่น จีน เกาหลี สิงคโปร์

5.2.2 การแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะในการทำงาน

5.2.2.1 การจดจำและฝึกฝนถึงการทำงานจากพนักงานหากไม่เข้าใจในงานที่ได้รับมอบหมายควรสอบถามพนักงานที่ปรึกษา

5.2.2.2 การสังเกตและศึกษาถึงระบบการทำงานภายในหรือสอบถามพนักงานที่ปรึกษา

5.2.2.3 ควรระมัดระวังในการทำงาน เพื่อให้เกิดความผิดพลาดน้อยที่สุด

5.2.2.4 นักศึกษาควรพัฒนาและฝึกฝนตนเองให้ปฏิบัติงานได้รวดเร็วกว่าเดิม

บรรณานุกรม

แอปเปิ้ลเขียว. (2562). เข้าถึงได้จาก <https://www.honestdocs.co/green-apple-antioxidant>

จีนฉ่าย. (2560). เข้าถึงได้จาก

<https://medthai.com/%E0%B8%82%E0%B8%B6%E0%B9%89%E0%B8%99%E0%B8%89%E0%B9%88%E0%B8%B2%E0%B8%A2/>

ความหมายของค็อกเทล. (ม.ป.ป.). เข้าถึงได้จาก <http://www.cocktailthai.com/>

น้ำตาล. (2560). เข้าถึงได้จาก

<https://medthai.com/%E0%B8%99%E0%B9%89%E0%B8%B3%E0%B8%95%E0%B8%B2%E0%B8%A5/>

โรงแรม เบอร์เคิลีย์ ประตูน้. (ม.ป.ป.). เข้าถึงได้จาก <https://www.berkeleypratunam.com>

สืบประวัติ. (2560). เข้าถึงได้จาก

<https://medthai.com/%E0%B8%AA%E0%B8%B1%E0%B8%9A%E0%B8%9B%E0%B8%B0%E0%B8%A3%E0%B8%94/>

F&B แผนกนี้คืออะไร. (2557). เข้าถึงได้จาก <https://th.jobsdb.com/th-th/articles/fb->

<https://th.jobsdb.com/th-th/articles/fb-%E0%B9%81%E0%B8%9C%E0%B8%99%E0%B8%81%E0%B8%99%E0%B8%B5%E0%B9%89%E0%B8%84%E0%B8%B7%E0%B8%AD%E0%B8%AD%E0%B8%B0%E0%B9%84%E0%B8%A3>

Gin. (2554). เข้าถึงได้จาก <http://www.chaopraya.biz/index.php>

Vodka. (2558). เข้าถึงได้จาก

<http://www.krabork.com/2015/04/08/%E0%B8%A7%E0%B8%AD%E0%B8%94%E0%B8%81%E0%B9%89%E0%B8%B2-vodka-%E0%B8%84%E0%B8%B7%E0%B8%AD%E0%B8%AD%E0%B8%B0%E0%B9%84%E0%B8%A3/>



ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม



แบบสอบถาม

ความพึงพอใจของเครื่องดื่ม Berkeley Cocktail

คำชี้แจงแบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งในกรอบประกอบการศึกษาในระดับปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์
สาขาการโรงแรม มหาวิทยาลัยสยาม

คณะผู้จัดทำจึงขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามนี้ด้วยความป็นจริง

1. เพศ

☐ ชาย

☐ หญิง

2. อายุ

☐ 20-25

☐ 26-30

☐ 30-35

☐ 36-40

☐ 41-45

☐ มากกว่า 46 ปี

3.ตำแหน่ง (โปรดระบุ)

4. แผนก(โปรดระบุ)

ตอนที่2 ประเมินระดับความพึงพอใจของเครื่องดื่ม Berkeley Cocktail

คำชี้แจง กรุณาทดสอบแบบเครื่องดื่มนี้ให้คะแนนความพึงพอใจของท่านให้ได้มากที่สุดโดยมาจากเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

คุณลักษณะ	ระดับความพึงพอใจ				
	5	4	3	2	1
1. รสชาติของเครื่องดื่ม					
2. กลิ่นของเครื่องดื่ม					
3. สีของเครื่องดื่ม					
4. ปริมาณของเครื่องดื่ม					
5. การตกแต่งเครื่องดื่ม					
6. ความคิดสร้างสรรค์ในการทำเครื่องดื่ม					
7. ความชอบโดยรวมของเครื่องดื่ม					
8. มีโอกาสที่จะสามารถขายเครื่องดื่มได้จริง					

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมสำหรับการพัฒนาผลิตภัณฑ์

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอบพระคุณที่กรุณาตอบแบบสอบถาม



ภาคผนวก ข

รูปภาพขณะปฏิบัติงาน







ภาคผนวก ค

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

โครงการนี้ประโยชน์ต่อสถานประกอบการอย่างไรบ้าง

โครงการเบอร์เคลีย์ค็อกเทล มีประโยชน์ต่อห้องอาหารของโรงแรมเป็นอย่างมากเพราะช่วยลดต้นทุนให้กับโรงแรม และเป็นการนำวัตถุดิบเหลือใช้มาประยุกต์ใช้ให้เกิดผลิตภัณฑ์ที่มีความแปลกใหม่และสามารถขายได้จริง และยังลดการทิ้งของน้ำผลไม้อีกด้วย



(นาย วิฑูลย์ ไตรกึ่ง)

ภาคผนวก ง

บทความวิชาการ



เบอร์เคลีย์ค็อกเทล

Berkeley Cocktail

ธนพล ค้วงมั่ง

ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว มหาวิทยาลัยสยาม

38 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ 10160

e-mail :benz_smooth46@hotmail.com

บทคัดย่อ

จากการที่ได้ไปฝึกปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) ทางผู้จัดทำได้ปฏิบัติหน้าที่ในห้องอาหารมีหน้าที่เสิร์ฟอาหารและเครื่องดื่มให้กับลูกค้า ซึ่งทำให้รู้ว่าในแต่ละวันจะมีน้ำผลไม้เหลือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำจึงมีความคิดที่จะทำเครื่องดื่ม เบอร์เคลีย์

ค็อกเทล ที่ทำมาจากน้ำผลไม้ที่เหลือจากไลน์อัพเฟต์ โดยเลือกใช้น้ำขึ้นฉ่าย น้ำแอปเปิ้ล และ น้ำสับปะรด

เพื่อให้ทราบถึงถึงผลสำรวจความพึงพอใจของผู้ทดลองดื่ม เบอร์เคลีย์ เป็นจำนวน 30 คน สรุปได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 จึงเห็นได้ว่าโครงการนี้สามารถช่วยโรงแรมลดต้นทุน และยังเป็นการนำน้ำ

ผลไม้ที่เหลือใช้มาแปรรูปให้เกิดประโยชน์ และยังเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับโรงแรมอีกด้วย

คำสำคัญ :เบอร์เคลีย์ค็อกเทล / น้ำผลไม้ / เครื่องดื่ม

Abstract

By attending the cooperative education at the Berkeley Hotel Pratunam, the author had been assigned to serve dishes and beverages to the hotel guests at the Hotel's restaurant. So, the author has realized that there was a lot of remaining fruit juices each day, leading to an idea to create Berkeley Cocktail as a new item made of remaining fruit juices from the buffet line. The author chose Celery juice, apple juice, and pineapple juice to create the new item.

The author also surveyed the satisfaction of 30 testers. The results indicated that the respondents were highly satisfied with the developed menu with a mean score of 4.28. In sum, this project could reduce the cost for the hotel and apply the remaining fruit juice for benefits and increase income for the hotel as well.

Keywords: Berkeley Cocktail / Fruit Juice / Beverage

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. นำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้เป็นเครื่องดื่มชนิดใหม่

2. เพื่อศึกษาการทำเครื่องดื่มให้สามารถขายได้จริง

ขอบเขตของโครงการ

ในการศึกษานี้มีขอบเขตการศึกษาดังนี้

1. ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการทำโครงการสหกิจศึกษานี้ผู้จัดทำได้ใช้วิธีการเก็บข้อมูลแบบสอบถามจากพนักงานแพกห้องอาหารจำนวน 30 ชุด

2. ขอบเขตด้านเวลา

การทำโครงการสหกิจศึกษานี้ผู้จัดทำได้ดำเนินการในระหว่างวันที่ 20 สิงหาคม ถึง วันที่ 7 ธันวาคม 2561

3. ขอบเขตด้านพื้นที่

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำโครงการสหกิจศึกษานี้คณะผู้จัดทำได้ดำเนินการเก็บข้อมูลและวัตถุดิบจากห้องอาหาร ของ โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อสร้างทางเลือกใหม่ๆ ให้กับลูกค้าที่มาใช้บริการของโรงแรม
2. เพื่อลดการทิ้งวัตถุดิบที่เหลือใช้จากห้องอาหารภายในโรงแรม
3. เพื่อเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับโรงแรม

ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ส่วนผสมของ Berkeley Cocktail

1. วอดก้า	1 ออนซ์
2. จิน	0.5 ออนซ์
3. Triple Sec	0.5 ออนซ์
4. ซีนซ่า	1 ออนซ์
5. แอปเปิ้ลเขียว	1.5 ออนซ์

6. สับปะรด	1 ออนซ์
7. น้ำมะนาว	0.5 ออนซ์
8. น้ำเชื่อม	0.5 ออนซ์
9. โขด	0.5 ออนซ์

วิธีการทำค็อกเทล

1. จัดเตรียมวัตถุดิบ ได้แก่ วอดก้า จิน Triple sec ขึ้นฉ่าย แอปเปิ้ลเขียว น้ำสับปะรด น้ำมะนาว น้ำเชื่อม

2. นำขึ้นฉ่ายและแอปเปิ้ลเขียวมาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆเพื่อนำไปเข้าเครื่องแยกกาก

3. การผสมค็อกเทล เริ่มต้นจากการเทวอดก้า 1 ออนซ์ จิน และ Triple sec ลงไปอย่างละ 0.5 ออนซ์

4. เทเหล้าครบแล้ว ก็เทน้ำขึ้นฉ่ายลงไป 1 ออนซ์ น้ำแอปเปิ้ลเขียว 1.5 ออนซ์ และสับปะรด 1 ออนซ์ เทน้ำมะนาวลงไป 0.5 ออนซ์ และน้ำเชื่อม 1 ออนซ์

5. ส่วนผสมทุกอย่างอยู่ในกระบอ Shaker ครบแล้วให้นำน้ำแข็งใส่ลงไป 2-3 ก้อนเพื่อให้เกิดความเย็น หลังจากนั้นก็ทำการเขย่าให้ส่วนผสมต่าง ๆ นั้นเข้ากัน

6. เขย่าเสร็จแล้วให้เทค็อกเทลใส่แก้วที่เตรียมเอาไว้

สรุปผล

จากการที่ได้ไปฝึกสหกิจศึกษา ที่ โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้ำ (The Berkeley Hotel Pratunam) จึงทำให้ผู้จัดทำได้คิดเมนูเครื่องดื่มที่ช่วยลดต้นทุน และใช้วัตถุดิบที่เหลือใช้จากไลน์บุฟเฟต์ภายในห้องอาหาร จึงได้ทำเครื่องดื่ม เบอร์เคลีย์ค็อกเทล ขึ้นมา และได้ทำการทดลองด้วยกันถึง 3 ครั้ง ซึ่งในการทดลองแต่ละครั้งก็ได้ปรับส่วนผสมของเหล้าเพื่อปรับรสชาติของเครื่องดื่มให้มีรสชาติที่ดีขึ้นและหลังจากทดลองจนได้รสชาติที่อร่อยและลงตัว

เพื่อให้ทราบถึงผลความพึงพอใจทางผู้จัดทำได้มีการแจกแบบสอบถาม จากการสำรวจพบว่าผลการตอบแบบสอบถาม ในส่วนของด้านเพศ เป็นเพศหญิงมากที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 53.33 และเป็นชายน้อยที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 46.66 ในส่วนทางด้านอายุ ก็คือกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุระหว่าง 26-30 ปีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 26.66 และผู้ที่มีอายุมากกว่า 41 ปี มีน้อยที่สุดโดยคิดเป็นร้อยละ 10 และจากตารางของค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อเบอร์เคลีย์ค็อกเทลอยู่ในระดับที่ชอบมาก คือ ด้านรสชาติ ด้านกลิ่น ด้านปริมาณ ด้านการตกแต่ง ด้านความคิดสร้างสรรค์ ด้านความชอบโดยรวม ด้านการขายได้จริง โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28

กิตติ

สห

Hot

ชั้น



ประสบการณ์ต่าง ๆ มากมาย สำหรับรายงานสหกิจศึกษาฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนหลักจากหลายฝ่ายและบุคคลท่านอื่นที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือในการจัดทำรายงาน ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตการทำงานจริง ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ข้อเสนอแนะในการต่อยอดโครงการ

1. เพื่อเป็นแนวทางให้แก่ผู้ที่สนใจทำ
ค็อกเทล
2. สามารถนำไปประกอบธุรกิจของตัวเอง
ได้

บรรณานุกรม

“ความหมายของค็อกเทล” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<http://www.cocktailthai.com/>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 3 มกราคม 2562

“ขึ้นฉ่าย” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<https://medthai.com/>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 4 มกราคม 2562

“น้ำตาล” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<https://medthai.com/>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 6 มกราคม 2562

“มะนาว” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 5 มกราคม 2562

“สับปะรด” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<https://medthai.com/>. สืบค้นเมื่อวันที่ 4 มกราคม
2562

“โรงแรม เบร์เคลีย์ ประตูน้า” (ออนไลน์). เข้าถึงได้
จาก <https://www.berkeleypratumam.com>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 4 มกราคม 2562

“แอปเปิ้ลเขียว” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<https://www.honestdocs.co/green-apple-antioxidant>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 4 มกราคม 2562

“F&B แผนกนี้คืออะไร” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<https://th.jobsonline.com/th-th/articles/>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 3 มกราคม 2562

“Gin” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<http://www.chaopraya.biz/index.php>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 3 มกราคม 2562

“Vodka” (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก
<http://www.krabork.com/2015/04/08>.

สืบค้นเมื่อวันที่ 3 มกราคม 2562



ภาคผนวก จ

โปสเตอร์



เบอร์เคลีย์ค็อกเทล

Berkeley Cocktail

ภาควิชาการ โรงแรม คณะศิลปศาสตร์

นาย ธนพล ค้างมั่ง

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ นันทินี ทองอร

พนักงานที่ปรึกษา นาย วิฑูลย์ ไตรกิง

โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้า

บทคัดย่อ

จากการที่ได้ไปฝึกปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรม เบอร์เคลีย์ ประตูน้า (The Berkeley Hotel Pratunam) ทางผู้จัดทำได้ปฏิบัติหน้าที่ในห้องอาหารมีหน้าที่เสิร์ฟอาหารและเครื่องดื่มให้กับลูกค้า ซึ่งทำให้รู้ว่าในแต่ละวันจะมีน้ำผลไม้เหลือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำจึงมีความคิดที่จะทำเครื่องดื่ม เบอร์เคลีย์ค็อกเทลที่ทำมาจากน้ำผลไม้ที่เหลือจากไลน์บุฟเฟ่ต์ โดยเลือกใช้น้ำขึ้นฉ่าย น้ำแอปเปิ้ล และ น้ำสับปะรด วัตถุประสงค์ของโครงการงาน

1. นำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปให้เป็นเครื่องดื่มชนิดใหม่

2. เพื่อศึกษาการทำเครื่องดื่มให้สามารถขายได้จริง

ลักษณะงานที่ปฏิบัติ

การบริการด้านห้องอาหาร

ประโยชน์ที่ได้รับ

นักศึกษา

1. ได้ความรู้เกี่ยวกับการทำเครื่องดื่มค็อกเทล
2. ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด

มหาวิทยาลัย

เป็นแนวทางให้กับผู้ที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับค็อกเทล

สถานประกอบการ

1. ช่วยลดต้นทุนของโรงแรม
2. ช่วยลดการทิ้งวัตถุดิบเหลือใช้

ขั้นตอนในการทำ

1. จัดเตรียมวัตถุดิบ ได้แก่ วอดก้า จิน Triple sec ขึ้นฉ่าย แอปเปิ้ลเขียว น้ำสับปะรด น้ำมะนาว น้ำเชื่อม

2. นำขึ้นฉ่ายและแอปเปิ้ลเขียวมาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆเพื่อนำไปเข้าเครื่องแยกกาก

3. การผสมค็อกเทล เริ่มต้นจากการเท วอดก้า 1 ออนซ์ เท จิน และ Triple sec ลงไปอย่างละ 0.5 ออนซ์

4. เทเหล้าครบแล้ว ก็เทน้ำขึ้นฉ่ายลงไป 1 ออนซ์ น้ำแอปเปิ้ลเขียว 1.5 ออนซ์ และสับปะรด 1 ออนซ์ เทน้ำมะนาวลงไป 0.5 ออนซ์ และน้ำเชื่อม 1 ออนซ์

5. ส่วนผสมทุกอย่างอยู่ในกระบอกShaker ครบแล้วให้น้ำน้ำแข็งใส่ลงไป 2-3 ก้อนเพื่อให้เกิดความเย็น หลังจากนั้นก็ทำการเขย่าให้ส่วนผสมต่างๆนั้นเข้ากัน

6. เขย่าเสร็จแล้วให้เทค็อกเทลใส่แก้วที่เตรียม

เอาไว้

สรุปผล

ในการทำโครงการน้ำได้ทำการแจกแบบสอบถามความพึงพอใจของ เบอร์เคลีย์ค็อกเทล (Berkeley Cocktail) จากพนักงานในห้องอาหาร ผลโดยรวมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก มีรสชาติสวยงาม มีรสชาติอร่อย และสามารถนำไปขายได้จริง





ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5704400095

ชื่อ-นามสกุล : นายชนพล คำวังมั่ง

คณะ : ศิลปศาสตร์

สาขา : การโรงแรม

ที่อยู่ : 151 ซอย แยมพลา 1 ถนน บางบอน4 เขต หนองแขม แขวง หนองแขม จังหวัด
กรุงเทพมหานคร 10160