



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน

Custard Lime Salmon Ice Cream

โดย

นางสาว สรณัฏฐ์ สรีระวงศ์ 5804400122

รายงานเล่มนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา

ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2561

หัวข้อโครงการ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน
Custard Lime Salmon Ice Cream

รายชื่อผู้จัดทำ นางสาวศรินทร์ภัทร ศรีวะวงศ์

ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์สุนทร สอนกิจดี

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาภาควิชาการ โรงแรม
และการท่องเที่ยว ประจำปีการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2561



คณะกรรมการสอบโครงการ

ลีโอน

สอนกิจดี

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์สุนทร สอนกิจดี)

ณัฐกรณ

สวดโน

.....พนักงานที่ปรึกษา
(คุณณัฐกรณ สวดโน)

พิมพ์พิชชา

เลิศสกุลผาสุข

.....กรรมการกลาง
(อาจารย์พิมพ์พิชชา เลิศสกุลผาสุข)

.....

.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มารุจ ลิ้มปะวัตนะ)

ชื่อโครงการ: ไส้ครีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน
 หน่วยกิต: 5
 ชื่อนักศึกษา: นางสาวศรัณย์ภัทร ศรีวะวงศ์
 อาจารย์ที่ปรึกษา: อาจารย์สุนทร สอนกิจดี
 ระดับการศึกษา: ปริญญาตรี
 ภาควิชา: การโรงแรม
 คณะ: ศิลปศาสตร์
 ภาควิชาการศึกษา/ ปีการศึกษา: 3/2561

บทคัดย่อ

จากแผนกครัวที่ปฏิบัติงานโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร ผู้จัดทำพบว่ามีเศษของเนื้อปลาแชลมอนที่ติดค้างปลาเหลือทิ้งจำนวนมาก ผู้จัดทำได้คิดค้นเมนู ไส้ครีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างทางเลือกให้กับโรงแรมในการผลิต ไส้ครีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน และเพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และสร้างสรรค์เมนูใหม่และลดต้นทุนการผลิตโดยได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้นสรุปได้ว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.00 อายุตั้งแต่ 20-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 80.00 และ แผนก ส่วนใหญ่เป็นพนักงานแผนกครัวและ แผนกแม่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 80.00 จากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ ไส้ครีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน พบว่าคุณลักษณะด้านความสะอาด มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.90 คะแนน และด้านความแปลกใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.07 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมาก รองลงมาคือความสดใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.07 คะแนน ด้านรสชาติ มีคะแนน ความพึงพอใจเฉลี่ย 3.20 คะแนน ด้านความสวยงาม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.47 คะแนน และด้านเนื้อสัมผัส มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.40 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับปานกลาง

คำสำคัญ: ไส้ครีม คัสตาร์ด มะนาว แชลมอน วัตถุดิบ โรงแรม อีสติน แกรนด์

Project name: Custard Lime Salmon Ice Cream
Credits: 5
Student name: Miss. Saranphat Sriwawong
Advisor: Mr. Sunthorn Sornkitdee
Education: Bachelor's of Arts
Department: Hotel
Faculty: Liberal Arts
Semester / Academic Year: 3/2018

Abstract

The kitchen department operates the cooperative education project at the Eastin Grand Hotel Sathorn, the author found that there were a lot of fish left, mainly salmon. The organizer invented a menu item named Custard Lime Salmon Ice Cream with the objective of creating alternatives for the hotel and to use the rest of the raw materials for benefit, create new menu items and reduce production costs. The author distributed 30 satisfaction assessment forms, which could be summarized that most of the respondents were female, 60.00 percent, aged between 20-35 years, 80.00 percent, and most departments were employees in the kitchen and housekeeping section. 80.00 percent accounted from the product satisfaction assessment of Custard Lime Salmon Ice Cream. It was also found that the cleanliness characteristics had an average satisfaction score of 3.90 and novelty with an average satisfaction rating of 4.07 points, which is at a high level of satisfaction. Next was freshness with an average satisfaction score of 3.07 points, for taste, an average satisfaction score of 3.20 points, for beauty an average satisfaction score of 3.47 points, and texture with an average satisfaction score of 3.40, a moderate level of satisfaction.

Keywords: ice cream, custard, lime, salmon, raw material, Eastin Grand Hotel

Approved by

.....

กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่ผู้จัดทำ ได้มาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอิสตินแกรนด์ สาทร ตั้งแต่วันที่ 15 พฤษภาคม 2562 ถึงวันที่ 30 สิงหาคม 2562 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่างๆที่มีค่ามากมายสำหรับรายงานสหกิจศึกษานับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่ายได้แก่คุณ เรืองสิทธิ์ เมืองจันทร์ พนักงานที่ปรึกษาที่ได้คำแนะนำ ตลอดจนให้คำปรึกษาในเรื่องต่างๆ ตลอดช่วงระยะเวลาทำงาน และขอขอบคุณ อาจารย์สุนทร สอนกิจดี อาจารย์ที่ปรึกษาที่ได้ให้คำปรึกษาในเรื่องการทำงานและการทำโครงการสหกิจศึกษา

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตของการทำงานจริงซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ

นางสาวศรัณย์ภัทร ศรีระวงศ์

30 สิงหาคม 2562



สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	2
1.3 ขอบเขตของโครงการ	2
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ	2
บทที่ 2 การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
2.1 ปลาแซลมอน	3
2.2 ไอศกรีม	6
2.3 วัตถุดิบในการทำไอศกรีม	10
บทที่ 3 รายละเอียดและการปฏิบัติงาน	
3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ	26
3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑ์การให้บริการขององค์กร	27
3.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร	36
3.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย	37
3.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา	37
3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน	38
3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	38
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ	
4.1 รายละเอียดการปฏิบัติงาน	39
4.2 การคำนวณต้นทุน	46
4.3 สรุปผลการดำเนินงาน	47

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุป อภิปราย ข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลโครงการ	51
5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	52
บรรณานุกรม	
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก ตัวอย่างแบบสอบถาม	
ภาคผนวก ข ภาพการปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา	
ภาคผนวก ง บทความวิชาการ	
ภาคผนวก จ โปสเตอร์	
ภาคผนวก ฉ บันทึกการปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก ช ประวัติผู้จัดทำ	



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 แสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของโครงการ	38
ตารางที่ 4.1 ตารางคำนวณต้นทุนรายการไอศกรีมเชลมอน ต่อจำนวนไอศกรีม 2 ลูก	46
ตารางที่ 4.2 ตารางคำนวณต้นทุนรายการไอศกรีมกัสดาร์ดมะนาว ต่อจำนวนไอศกรีม 2 ลูก	47
ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	48
ตารางที่ 4.4 แสดงค่าเฉลี่ยและระดับความพึงพอใจไอศกรีมกัสดาร์ดมะนาวเชลมอน	50



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปที่ 2.1 ปลาแซลมอน	3
รูปที่ 2.2 ตัวอย่างไอศกรีม	6
รูปที่ 2.3 ตัวอย่างนม	11
รูปที่ 2.4 ตัวอย่างครีม	13
รูปที่ 2.5 ตัวอย่างไข่	14
รูปที่ 2.6 ตัวอย่างน้ำตาลทราย	16
รูปที่ 2.7 ตัวอย่างเกลือ	17
รูปที่ 2.8 ตัวอย่างมะนาว	18
รูปที่ 2.9 ตัวอย่างเกล็ด	20
รูปที่ 2.10 ตัวอย่างสีผสมอาหาร	22
รูปที่ 2.11 ตัวอย่างวานิลลา	23
รูปที่ 3.1 โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร	26
รูปที่ 3.2 โลโก้โรงแรม อีสติน แกรนด์ สาทร	26
รูปที่ 3.3 แผนที่การเดินทางมาโรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร	27
รูปที่ 3.4 ห้อง Superior sky rooms	28
รูปที่ 3.5 ห้องExecutive Superior sky rooms	28
รูปที่ 3.6 ห้อง Executive Deluxe rooms	29
รูปที่ 3.7 Premium Deluxe rooms	29
รูปที่ 3.8 ห้อง Junior rooms	30
รูปที่ 3.9 ห้องอาหาร The Glass House	30
รูปที่ 3.10 ห้องอาหาร Blunos	31
รูปที่ 3.11 ห้องอาหาร Chefman	31
รูปที่ 3.12 ห้องอาหาร Executive Lounge	32
รูปที่ 3.13 ห้องสุรศักดิ์ บอลรูม	32
รูปที่ 3.14 ห้องจัดเลี้ยงราชดำริ ศาลาแดง และ ชองนนทรี	33
รูปที่ 3.15 ห้องจัดเลี้ยงสาทร และ สยาม	33
รูปที่ 3.16 ห้องจัดเลี้ยงจุฬาลงกรณ์ โพรเซสซิ่ง และ วงเวียนใหญ่	34

สารบัญรูปภาพ(ต่อ)

	หน้า
รูปที่ 3.17 ห้องจัดเลี้ยงกรุงธนบุรี	34
รูปที่ 3.18 สระว่ายน้ำ	35
รูปที่ 3.19 ฟิตเนส	35
รูปที่ 3.20 โครงสร้างองค์กร	36
รูปที่ 3.21 นักศึกษาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	37
รูปที่ 3.22 พนักงานที่ปรึกษา	37
รูปที่ 4.1 ส่วนผสมไอศกรีมเชลมอน	39
รูปที่ 4.2 เตรียมส่วนผสมนมและครีม	40
รูปที่ 4.3 ต้มหม้อไอน้ำ	40
รูปที่ 4.4 นำไปตั้งไฟ	41
รูปที่ 4.5 คนส่วนผสมให้เข้ากัน	41
รูปที่ 4.6 ส่วนผสมไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว	42
รูปที่ 4.7 เตรียมส่วนผสมในนม	43
รูปที่ 4.8 ใส่มะนาวและวานิลลา	43
รูปที่ 4.9 ต้มหม้อใส่ส่วนผสม	44
รูปที่ 4.10 ตั้งไฟกลาง	44
รูปที่ 4.11 เทส่วนรวมกัน	45
รูปที่ 4.12 เก็บส่วนผสมใส่กล่องแยกกัน	45
รูปที่ 4.13 ตักไอศกรีมใส่ภาชนะ	46

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันธุรกิจโรงแรมในประเทศไทยมีการขยายตัวเติบโตอย่างรวดเร็วเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภค มีนักธุรกิจสนใจลงทุนทำธุรกิจโรงแรมกันมากขึ้น โรงแรมจึงถือเป็นธุรกิจแขนงหนึ่งที่ส่งผลให้เกิดการขยายตัวด้านการคมนาคมและการท่องเที่ยวซึ่งมีบทบาทที่สำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศไทย โดยรายได้หลักของโรงแรมคือค่าบริการห้องพัก การบริการอาหารและเครื่องดื่ม ซึ่งปัจจัยที่ช่วยให้โรงแรมขยายตัวมากยิ่งขึ้นคือห้องอาหารที่หลากหลายรูปแบบในโรงแรม อาทิ อาหารไทย อาหารจีน และ อาหารญี่ปุ่น เป็นต้น จึงทำให้โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ให้ความสำคัญด้านการบริการอาหารเป็นอย่างมาก ให้ความสำคัญตั้งแต่การจัดซื้อวัตถุดิบจนถึงการให้บริการอาหารแก่ลูกค้า โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร สั่งซื้อวัตถุดิบเข้ามาใช้ในครัวจำนวนมาก โดยมีแผนกจัดซื้อคอยจัดส่งวัตถุดิบขึ้นมาไว้ในห้องครัว ทั้งของสดและของแห้งที่จะจัดจำหน่ายตามประเภทการใช้งานของครัวแต่ละครัว มีการวางแผนการสั่งซื้ออย่างเป็นระบบเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการในครัววัตถุดิบ จำพวกผักและผลไม้จะจัดไว้ในห้องแช่เย็นเพื่อรักษาความสด ของแห้งจะจัดเก็บในสโตร์แห้งและแบ่งแยกเป็นตามประเภทครัวต่างๆ ของสดจะมีแผนกบุชเชอร์ ดูแลรับผิดชอบ รับของเข้าครัวแบ่งประเภทของเนื้อสัตว์อย่างเป็นระเบียบ ของทะเลจะแบ่งห้องจัดเตรียมแยกกับเนื้อสัตว์ หากแผนกใดต้องการนำของสดประเภทของสดไปประกอบอาหารจะต้องให้แผนกบุชเชอร์ จัดเตรียมวัตถุดิบให้

ดังนั้น ในการนำวัตถุดิบมาประกอบอาหารทางโรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ได้คัดสรรวัตถุดิบที่ดีและมีมาตรฐานมอบให้แก่ลูกค้า ซึ่งในแต่ละวันของโรงแรมจะมีทำการใช้ปลาแชลมอนเป็นจำนวนมาก ซึ่งส่วนใหญ่จะมีการนำไปใช้ประกอบอาหารเกือบทุกส่วนแต่จะมีส่วนที่เหลือเหลือติดค้างปลาจำนวนมาก และถูกนำไปทิ้งโดยเสียเปล่า ดังนั้นทางผู้จัดทำจึงคิดค้นและปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษา คิดค้นวิธีการนำเนื้อปลาแชลมอนส่วนที่เหลือทิ้งมาแปรรูปให้เกิดประโยชน์นำมาปรับใช้ในโรงแรมได้โดยเพิ่มมูลค่าเศษปลาแชลมอนเหลือทิ้งให้กลายมาเป็นก๋วยเตี๋ยวและเมนูของหวานที่แปลกใหม่ให้แก่โรงแรม จึงได้ข้อสรุปที่จะทำ ไอศกรีมกัสดาร์ดมะนาวแชลมอน

1.2 วัตถุประสงค์

- 1.2.1 เพื่อเป็นการนำปลาแซลมอนเหลือใช้มาสร้างเป็นผลิตภัณฑ์ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน
- 1.2.2 เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่

โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร แผนกครัว

1.3.2 ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรในการศึกษาได้แก่ พนักงาน โรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร จำนวน 4 แผนก มีแผนกครัว แผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม แผนกแม่บ้าน และแผนกบริการส่วนหน้า

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจำนวน 30 คน โดยวิธีการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจ เป็นพนักงานแผนกครัว พนักงานแผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม พนักงานแม่บ้าน และพนักงานแผนกบริการส่วนหน้า

1.3.3 ขอบเขตด้านเวลา

15 พฤษภาคม ถึง 31 สิงหาคม 2562

1.3.4 ขอบเขตด้านเอกสารข้อมูล

สืบค้นข้อมูลจากเว็บไซต์ต่างๆที่เกี่ยวข้อง ของไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.4.1 ได้นำของเหลือทิ้งมาคิดค้นให้กลับมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สถานประกอบการ
- 1.4.2 นำของความคิดแปลงให้กลายเป็นของหวานได้อย่างน่าสนใจ
- 1.4.3 เป็นแนวทางใหม่ๆด้านอาหารให้กับโรงแรม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การจัดทำโครงงานเรื่อง ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- 2.1 ปลาแซลมอน
- 2.2 ไอศกรีม
- 2.3 วัตถุดิบในการทำไอศกรีม

2.1 ปลาแซลมอน

กรมการประมง (2552) ได้วิจัยปลาแซลมอนไว้ว่า ปลาแซลมอนกำเนิดในน้ำจืด เจริญเติบโตและใช้ชีวิตในน้ำเค็มมีพฤติกรรมดำรงชีวิตและการสืบพันธุ์ต่างจากปลาทั่วไปอาศัยในน้ำเค็มเป็นหลัก แต่ฤดูวางไข่ปลาจะว่ายทวนกระแสน้ำเพื่อผสมพันธุ์ในน้ำจืดหลังจากนั้นทั้งตัวผู้และตัวเมียจะตายถูกปลาที่ฟักออกมาจากไข่จะว่ายน้ำออกสู่ทะเลเมื่อโตเต็มวัยและถึงเวลาวางไข่ก็จะอพยพกลับไปวางไข่ยังซึ่งถิ่นกำเนิดปลาแซลมอนที่นำมาบริโภคร้อยละ 60 มาจากการเพาะเลี้ยง โดยแหล่งเพาะเลี้ยงที่สำคัญของโลกอยู่ในประเทศนอร์เวย์ และ ชิลี โดยในธรรมชาติปลาแซลมอนจะกินสัตว์ทะเล เช่น กุ้งตัวเล็ก ๆ รวมทั้งพืชทะเล



รูปที่ 2.1 ปลาแซลมอน

ที่มา : <https://www.pinterest.com.au/>

2.1.1 ลักษณะทั่วไปของปลาแซลมอน ปลาแซลมอนตัวเต็มวัยมีขนาด 10-11 นิ้ว ลำตัวมีสีเงินวาว มีจุดสีดำ ที่ บริเวณด้านบนของลำ ตัวเหนือเส้นข้างลำ ตัว แซลมอนชีวิตส่วนใหญ่อาศัยอยู่

ในมหาสมุทร มีเพียงส่วนน้อยที่อาศัยอยู่ในทะเล แซลมอนผสมพันธุ์ในน้ำ จัดวางไข่ในช่วงฤดูหนาวและ ฤดูฝนในทะเลสาบน้ำจืดหรือแม่น้ำ ที่มีปริมาณออกซิเจนสูง

2.1.2 ชนิดและสายพันธุ์ของปลาแซลมอน

ปลาแซลมอนในโลก แบ่ง ออกเป็น 2 ประเภทหลักๆ ตามทะเลที่มันอยู่ ดังนี้

1) แอตแลนติกแซลมอน (Atlantic Salmon) ในเมืองไทยเองจะคุ้นเคยกับแซลมอนจากทะเลแอตแลนติกมากกว่าครับ เพราะทำเป็นธุรกิจ มีฟาร์มเพาะเลี้ยงกับทั่วไปทำให้มีจำนวนเพียงพอต่อผู้บริโภค ซึ่งแซลมอนแอตแลนติกจะแบ่งตามแหล่งที่มาได้ อีก 3 ที่ คือ นอร์วีเจียนแซลมอน จากประเทศนอร์เวย์ (Norwegian salmon) นอร์วีเจียนแซลมอน เนื้อจะแน่น มีสีส้มนวล มีก้างน้อย ไขมันพอเหมาะ เป็นที่นิยมในบ้านเรามากที่สุด เนื่องจากราคาไม่แพง หาซื้อได้ง่าย แทสมาเนียแซลมอน จากประเทศออสเตรเลีย (Tasmanian salmon) แทสมาเนียแซลมอน สีส้มออกส้มอ่อน กลิ่นไม่คาวมาก เนื้อนุ่ม ความมันกำลังดี ราคาใกล้เคียงกับ นอร์วีเจียนแซลมอน สก็อตติชแซลมอน จากประเทศสก็อตแลนด์ (Scottish salmon) สก็อตติชแซลมอน เนื้อปลามีสีแดงอมส้ม มีไขมันมากกว่าอีกสองชนิด รสชาติจะดี และก็มีราคาสูงกว่า นอร์วีเจียนแซลมอน กับ แทสมาเนียแซลมอน

2) แปซิฟิกแซลมอน (Pacific salmon) แซลมอนประเภทนี้ยังสามารถหาแซลมอนที่เป็นปลารธรรมชาติได้เยอะ ต่างจาก แอตแลนติกแซลมอน แต่ก็จะมีราคาค่อนข้างสูงมาก โดยแปซิฟิกแซลมอน จะแบ่งได้ออกได้เป็นสายพันธุ์หลัก 5 สายพันธุ์ ดังนี้

2.1) ชินุก (Chinook) เป็นสายพันธุ์ที่ตัวใหญ่ที่สุด แล้วมีรสชาติดีที่สุดจึงนิยมเรียกกันอีกชื่อว่า King Salmon มีถิ่นกำเนิดทางตอนเหนือของมหาสมุทรแปซิฟิก ส่วนมากจะนำเข้ามาขายจากประเทศ นิวซีแลนด์

2.2) ซอคอาย (Sockeye) เป็นที่รู้จักกันอีกชื่อหนึ่งว่า Red Salmon เนื่องจาก สีของเนื้อจะเป็นสีแดง หรือส้มเข้ม เพราะว่ากินแหล่งตอนและพวกกุ้งเยาะกว่าแซลมอนพันธุ์อื่น พบได้ตั้งแต่แถบชายฝั่งแคลิฟอร์เนีย เรื่อยไปทางตะวันออกถึงตอนเหนือของเกาะฮอกไกโด

2.3) ชัม (Chum) เนื้อสีชมพูเข้ม มีชื่อเรียกอื่นๆ คือ Keta และ Dog (เรียก Dog เพราะมีฟันคล้ายสุนัข) พันธุ์นี้จะกระจายตัวอยู่ในพื้นที่หลากหลาย ทั้งใน แคลิฟอร์เนีย, หมู่เกาะกิวชู ญี่ปุ่น

2.4) โคโฮ (Coho) เนื้อสีส้มสด มีอีกชื่อหนึ่งว่า Silver Salmon จะพบได้ตามใกล้ชายฝั่งอลาสก้า

2.5) พิงค์ (Pink) เนื้อจะมีสีชมพู เป็นสายพันธุ์ที่ตัวเล็กที่สุด จึงมักอยู่ตาม กระแสน้ำตื้น พบได้ในแถบแคลิฟอร์เนียตอนเหนือ และ ประเทศเกาหลี

2.1.3 ประโยชน์ของปลาแซลมอน

กรมการประมง (2522) อีกรงานวิจัยหนึ่งให้ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ 60 ราย แบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรกบริโภคไขมันปลาที่ทำจากปลาแซลมอนแอตแลนติก 100 เปอร์เซ็นต์ กลุ่มถัดมาบริโภคไขมันเรปซีด (Rapeseed) 100 เปอร์เซ็นต์ และกลุ่มสุดท้ายบริโภคไขมันปลาและ ไขมันเรปซีดรวมกันอย่างละ 50 เปอร์เซ็นต์ หลังผ่านไป 6 สัปดาห์พบว่า กลุ่มที่บริโภคไขมัน ปลาแซลมอนมีระดับไขมันไตรกลีเซอไรด์ลดลงและมีสารที่เกี่ยวข้องกับการอักเสบภายในหลอดเลือดลดลงอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเทียบกับกลุ่มที่เหลือ

1) ลดความเสี่ยงโรคหลอดเลือดหัวใจ โรคหลอดเลือดหัวใจเกิดจากคราบไขมัน เกาะตัวภายในผนังหลอดเลือดหัวใจจนหลอดเลือดตีบและอุดตัน ทำให้ปิดกั้นการไหลเวียนของ กระแสเลือดและเกิดอาการเจ็บป่วยต่าง ๆ ตามมา หากมีไขมันสะสมในเลือดสูงโดยเฉพาะไขมัน ชนิดไม่ดี (LDL) ก็ทำให้ร่างกายเสี่ยงเผชิญโรคนี้ได้ โดยเนื้อปลาแซลมอนมีกรดไขมันโอเมก้า 3 ที่อาจเป็นประโยชน์ต่อร่างกายและอาจช่วยชะลอการสะสมของคราบไขมันได้ จากผลการทดลอง ต่างๆ แม้พบประสิทธิภาพของสารประกอบในปลาแซลมอนที่เป็นประโยชน์ต่อการลดความเสี่ยง โรคหลอดเลือดหัวใจ แต่งานค้นคว้าเหล่านี้เป็นเพียงการทดลองขนาดเล็กที่เปรียบเทียบประสิทธิผล กับอาหารชนิดอื่น จึงควรศึกษาเพิ่มเติมต่อไปในกลุ่มทดลองขนาดใหญ่ขึ้น และควบคุมปัจจัยต่าง ๆ เพื่อให้ผลลัพธ์การทดลองชัดเจนมากยิ่งขึ้น

2) บำรุงกระดูกในท้อง ในระหว่างตั้งครรภ์ เพื่อให้ตนเองกับทารกในครรภ์มีสุขภาพ ดีและคลอดบุตรอย่างปลอดภัย คุณแม่จำเป็นต้องดูแลสุขภาพตนเองเป็นพิเศษ การเลือกบริโภค อาหารที่มีประโยชน์ นอกจากอุดมไปด้วยสารอาหารสำคัญต่อร่างกาย เชื่อว่าการบริโภค ปลาแซลมอนอาจบำรุงสุขภาพของหญิงตั้งครรภ์ได้ด้วย โดยมีการศึกษาในหญิงตั้งครรภ์สัปดาห์ที่ 20 จำนวน 62 คน บริโภคเนื้อปลาแซลมอน 150 กรัม 2 ครั้ง/สัปดาห์ ในขณะที่หญิงตั้งครรภ์อีก 61 คน บริโภคอาหารตามปกติไปจนคลอดบุตร ผลการทดลองพบว่า การบริโภคปลาแซลมอนช่วย เพิ่มกรดอะมิโนบางชนิดที่จำเป็นต่อกระบวนการเจริญเติบโตและการบำรุงระบบการทำงานส่วน ต่าง ๆ ภายในร่างกาย

3) ช่วยให้นอนหลับสบาย นอกจากการนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอจะทำให้ ร่างกายแข็งแรง มีพลังงาน ยังกระตุ้นให้ระบบภูมิคุ้มกันทำงานได้ดีขึ้น ปรับสภาพอารมณ์ และ บรรเทาความเครียดได้ การบริโภคอาหารที่มีประโยชน์อย่างปลาแซลมอนก็อาจช่วยให้นอนหลับ ได้ง่ายและมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงเช่นกัน โดยมีงานทดลองให้ชายชาวอเมริกา 95 คน แบ่งเป็น

2 กลุ่ม กลุ่มแรกให้รับประทานปลาแซลมอน 3 ครั้ง/สัปดาห์ ในขณะที่อีกกลุ่มรับประทานอาหารจำพวกเนื้อไก่ เนื้อหมู และเนื้อวัว เป็นเวลา 6 เดือน พบว่าการบริโภคปลาแซลมอนอาจช่วยเพิ่มระดับวิตามินดีที่อาจเกี่ยวข้องกับการเพิ่มคุณภาพในการนอนหลับและสมรรถภาพในการใช้ชีวิตประจำวัน เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ได้รับประทานปลาแซลมอน

4) รักษาโรคลำไส้ใหญ่อักเสบเป็นแผลเรื้อรัง ลำไส้ใหญ่อักเสบเป็นแผลเรื้อรัง คือการอักเสบที่เยื่อเมือกบริเวณลำไส้ใหญ่และไส้ตรง ส่งผลให้เกิดแผลที่ผนังทางเดินอาหารมีเลือดออกที่ผนังลำไส้ หรือลำไส้บีบตัวเร็วขึ้น จนเกิดอาการปวดท้อง ท้องร่วง ถ่ายมีเลือดและมูกปนออกมา มีสมมติฐานที่ว่าสารอาหารและกรดไขมันไม่อิ่มตัวในเนื้อปลาแซลมอนอาจช่วยด้านการอักเสบและรักษาลำไส้อักเสบได้ โดยมีงานทดลองที่ให้ผู้ป่วยโรคนี้ 12 ราย บริโภคปลาแซลมอนแอตแลนติก 600 กรัม/สัปดาห์เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่าผู้ป่วยมีสารด้านการอักเสบในร่างกายเพิ่มมากขึ้นในขณะที่มีอาการของโรคลดลง แม้ผลลัพธ์ที่ได้อาจเป็นประโยชน์ต่อการรักษาควบคุมอาการผู้ป่วยโรคลำไส้อักเสบชนิดนี้ แต่งานวิจัยนี้เป็นเพียงการทดลองขนาดเล็ก จึงควรค้นคว้าเพิ่มเติมถึงประสิทธิผลที่แน่ชัดของปลาแซลมอนก่อนนำมาประยุกต์ใช้รักษาบรรเทาอาการในผู้ป่วยจริงต่อไป

2.2 ไอศกรีม

กระทรวงสาธารณสุข (2544) กล่าวว่า ผลิตภัณฑ์นมที่ถูกทำให้เย็นจัดและแข็งตัว มีลักษณะเนื้อที่นุ่มเนียน เนื่องมาจากการผสมของอากาศขณะทำให้แข็งตัว ไอศกรีมมีมากมายหลายชนิดจากการเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบของปริมาณไขมันและของแข็งไม่ใช่มันเนย (milk solid not fat) น้ำตาล สารให้กลิ่นรส (flavor) อิมัลซิไฟเออร์และสารให้ความคงตัว (emulsifiers and stabilizers) และสารให้สีต่าง ๆ



รูปที่ 2.2 ตัวอย่างไอศกรีม

ที่มา : <https://www.smeleader.com/>

2.1.2 ความหมายของไอศกรีม

กระทรวงสาธารณสุข (2544) ไอศกรีม คือ ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากอิมัลชัน (emulsion) ของไขมันและโปรตีน พร้อมด้วยส่วนประกอบอื่นที่เหมาะสม หรือได้จากส่วนผสมของน้ำน้ำตาลกับส่วนประกอบของสารอื่นที่เหมาะสม ซึ่งผ่านการฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ด้วยความร้อน นำมาปั่นหรือกวนและทำให้เยือกแข็ง ซึ่งไอศกรีมจัดเป็นอาหารควบคุมเฉพาะ ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 222) พ.ศ.2544 เรื่องไอศกรีม จะต้องมีคุณภาพมาตรฐานตามที่กฎหมายกำหนด รวมทั้งวิธีการผลิต เครื่องมือเครื่องใช้ในการผลิต และการเก็บรักษาอาหาร ภาชนะบรรจุตลอดจนฉลากต้องผ่านการตรวจสอบจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยาว่ามีความถูกต้องเหมาะสม จึงจะสามารถผลิตหรือนำเข้าเพื่อออกจำหน่ายได้

2.2.2 ประเภทของไอศกรีม

- 1) ไอศกรีมนม ได้แก่ไอศกรีมที่ทำขึ้นโดยใช้นม หรือผลิตภัณฑ์ที่ได้จากนม โดยต้องมีมันเนยเป็นส่วนผสมไม่น้อยกว่าร้อยละ 5 ของน้ำหนัก และมีธาตุน้ำนมไม่รวมไขมันมันเนยไม่น้อยกว่าร้อยละ 7.5 ของน้ำหนัก
- 2) ไอศกรีมดัดแปลง ได้แก่ไอศกรีมนมที่ทำขึ้น โดยใช้ไขมันชนิดอื่นแทนมันเนยทั้งหมดหรือบางส่วนหรือไอศกรีมที่ทำขึ้นโดยใช้ผลิตภัณฑ์ที่มีไขมัน แต่ผลิตภัณฑ์นั้นมิใช่ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากนม และต้องมีไขมันทั้งหมดไม่น้อยกว่าร้อยละ 5 ของน้ำหนัก
- 3) ไอศกรีมผสม ได้แก่ไอศกรีมนม หรือไอศกรีมดัดแปลง ซึ่งมีผลไม้เช่น ขนุนทุเรียน ถั่วดำเผือกเป็นต้น หรือวัตถุอื่นที่เป็นอาหารเป็นส่วนผสมอยู่ด้วย โดยต้องมีมาตรฐานเช่นเดียวกับไอศกรีมนมหรือไอศกรีมดัดแปลง ทั้งนี้ไม่นับรวมน้ำหนักของผลไม้หรือวัตถุที่เป็นอาหารอื่นผสมอยู่ด้วย
- 4) ไอศกรีมชนิดเหลว หรือแข็ง หรือผง ได้แก่ไอศกรีมนม ไอศกรีมดัดแปลง หรือไอศกรีมผสมที่เป็นชนิดเหลว หรือแข็ง หรือผง นั่นเอง ซึ่งต้องไม่มีกลิ่นหืน มีกลิ่นตามลักษณะเฉพาะของไอศกรีมชนิดนั้นมีลักษณะไม่เกาะเป็นก้อน ไม่มีวัตถุกันเสีย มีความชื้นไม่เกินร้อยละ 5 ของน้ำหนัก ไม่มีจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรค และไม่มีสารพิษจากจุลินทรีย์ในปริมาณที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพ
- 5) ไอศกรีมหวานเย็น ได้แก่ไอศกรีมที่ทำขึ้นโดยใช้น้ำและน้ำตาล หรืออาจมีวัตถุอื่นที่เป็นอาหารเป็นส่วนผสมอยู่ด้วย และอาจใส่วัตถุแต่งกลิ่น รส และสีด้วยก็ได้ทั้งนี้ไอศกรีมทั้ง 5 ชนิด ต้องไม่มีกลิ่นหืน ไม่มีวัตถุกันเสีย ไม่มีเชื้อจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรค และไม่มีสารพิษจากเชื้อจุลินทรีย์ในปริมาณที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพ

2.2.3 ขั้นตอนการทำไอศกรีม

การผลิตไอศกรีมมีขั้นตอนอยู่หลายขั้นตอนด้วยกัน ซึ่งไอศกรีมทุกชนิดไม่ว่าจะเป็นชนิดใดก็มีกรรมวิธีผลิตที่เหมือนกันดังนี้

1) การคำนวณส่วนผสมไอศกรีม การคำนวณส่วนผสมไอศกรีมนั้นจะต้องกำหนดสูตรไอศกรีมที่ต้องการขึ้นมาโดยต้องกำหนดองค์ประกอบของไอศกรีมปริมาณที่ต้องการผลิตวัตถุดิบที่ใช้ในการผลิต องค์ประกอบของสารอาหารในวัตถุดิบ แล้วจึงคำนวณหาน้ำหนักของส่วนผสมต่าง ๆ ในไอศกรีม (Marshall, 1996 : 113)

2) การเตรียมส่วนผสมไอศกรีมเมื่อคำนวณหาน้ำหนักของส่วนผสมต่าง ๆ ที่จะใช้แล้ว นำส่วนผสมมาผสมเข้าด้วยกันในถัง ขั้นตอนการผสมนั้นจะใส่ส่วนที่เป็นของเหลวก่อน เช่น ครีม นม นมข้น น้ำเชื่อมและอื่นๆ แล้วจึงค่อยๆ ให้ความร้อนพร้อมทั้งคนส่วนผสมไปเรื่อย ๆ เมื่ออุณหภูมิสูงขึ้นถึง 50 องศาเซลเซียสจึงเติมวัตถุดิบแห้ง เช่น ชาตุน้ำนมไม่รวมมันเนยน้ำตาล และสารให้ความคงตัว ในขั้นตอนนี้อาจเกิดปัญหาเรื่องการจับตัวเป็นก้อนของสารให้ความคงตัวสามารถแก้ไขได้โดยแบ่งน้ำและน้ำตาลที่ใช้มาเตรียมน้ำเชื่อมที่มีความเข้มข้นของน้ำตาลร้อยละ 66-68 อัตราส่วนปริมาณน้ำเชื่อมต่อสารให้ความคงตัวคือ 11.26 กิโลกรัมต่อ 0.45 กิโลกรัม แล้วจึงเติมสารให้ความคงตัวแล้วคนให้เข้ากันภายใน 1 นาที ไม่ควรเติมสีและกลิ่นในขั้นตอนนี้ เพราะเมื่อนำส่วนผสมไปผ่านการให้ความร้อนอาจเกิดการสลายตัวได้ (ภัทรา นิคมานนท์, 2540)

3) การปั่นส่วนผสม (Blending) ส่วนผสมพื้นฐานของไอศกรีม คือ ครีม นม น้ำตาล สารให้ความคงตัว และอิมัลซิไฟเออร์ ส่วนชนิดของไขมันและชาตุน้ำนมไม่รวมมันเนยที่จะนำมาใช้อาจขึ้นกับต้นทุนและข้อกำหนดของกฎหมาย เมื่อทำการปั่นส่วนผสมไอศกรีมด้วยเครื่องปั่นโดยใช้แรงเฉือน มีผลให้ของแข็งกระจายในส่วนผสมที่เป็นของเหลว (ภัทรา นิคมานนท์, 2540)

4) พาสเจอร์ไรเซชัน (Pasteurization) การพาสเจอร์ไรเซชันส่วนผสมไอศกรีมมีวัตถุประสงค์เพื่อทำลายจุลินทรีย์ที่ก่อให้เกิดโรค การพาสเจอร์ไรซ์ที่เหมาะสมนั้นควรให้ความร้อนถึงอุณหภูมิที่กำหนดอย่างรวดเร็ว และคงที่ ณ อุณหภูมินั้นตามเวลาที่กำหนดแล้วทำให้เย็นลงอย่างรวดเร็วที่อุณหภูมิต่ำกว่า 5 องศาเซลเซียส (ภัทรา นิคมานนท์, 2540)

5) โฮโมจีไนเซชัน (Homogenization) การโฮโมจีไนเซชัน เป็นขบวนการที่ทำให้เม็ดไขมันแตกตัวเป็นเม็ดขนาดเล็กลง โดยเม็ดไขมันมีขนาดประมาณ 1-2 ไมครอน ซึ่งจะป้องกันการแยกชั้นของครีมช่วยให้ไอศกรีมมีเนื้อนุ่ม และทำให้การปั่นส่วนผสมเป็นไปอย่างรวดเร็ว ใช้เวลาบ่มส่วนผสมไม่นานนัก นอกจากนี้ยังสามารถลดปริมาณสารให้ความคงตัวที่ใช้ให้น้อยลง การเพิ่มปริมาณไขมันมีผลทำให้ประสิทธิภาพการโฮโมจีไนเซชันลดลง และทำให้เม็ดไขมันมีขนาดใหญ่ขึ้นโดยทั่วไปการโฮโมจีไนเซชันแบ่งออกเป็นสองครั้ง ซึ่งมีข้อดีคือ ช่วยให้ไขมันกระจายตัว

ได้ดี เพราะการเกาะตัวของไขมันมีผลทำให้ความหนืดของส่วนผสมสูงขึ้น ซึ่งอาจมีผลทำให้ส่วนผสมเย็นช้าลง และทำให้การปั๊มของเครื่องไฮโมจิโนซ์เป็นไปได้ยากเนื่องจากไอศกรีมมิกซ์ที่มีปริมาณไขมันเป็นองค์ประกอบอยู่มากกว่าร้อยละ 6-10 หรือมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบอยู่สูง ความร้อนจากการพาสเจอไรเซชันจะทำให้ไขมันและโปรตีนเกิดการรวมตัวกัน จึงต้องไฮโมจิโนซ์หลังจากการพาสเจอไรเซชัน (จุฑาทิพย์ นงคินวล, 2546)

6) การบ่มส่วนผสม (Aging) การบ่มเป็นกรรมวิธีการเก็บรักษาอิมัลชันที่อุณหภูมิต่ำประมาณ 2-4 องศาเซลเซียส ช่วงเวลาในการบ่มขึ้นอยู่กับสารให้ความคงตัวและอิมัลซิไฟเออร์ที่ใช้ การบ่มต้องใช้ระยะเวลาหนึ่งเพื่อให้ไขมันละลายจับตัวเป็นของแข็ง เกิดการดูดซับของโปรตีนและอิมัลซิไฟเออร์ล้อมรอบที่ผิวเม็ดไขมัน รวมทั้งเกิดการอุ้มน้ำของโปรตีนและสารให้ความคงตัว ต้องใช้เวลา 2-3 ชั่วโมง การบ่มส่งผลให้ความหนืดของส่วนผสมเพิ่มขึ้น (Marshall, 1996)

7) การปั่นไอศกรีม (Freezing) ขั้นตอนนี้ถือว่าเป็นขั้นตอนที่สำคัญยิ่งในกระบวนการผลิตไอศกรีม เพราะส่งผลถึงคุณภาพและความอร่อยของผลิตภัณฑ์ที่ได้การปั่น

8) การแช่แข็ง (Hardening) คือการแช่แข็งไอศกรีมที่ผ่านขั้นตอนการปั่นแล้วโดยไม่มีการเติมอากาศเข้าไปอีก เนื่องจากไอศกรีมที่ออกจากถังปั่น มีลักษณะกึ่งแข็งกึ่งเหลว ไม่สามารถคงรูปร่างได้ การแช่แข็งควรทำอย่างรวดเร็วเพื่อป้องกันการเกิดผลึกน้ำแข็งขนาดใหญ่ทำให้ได้ไอศกรีมมีเนื้อสัมผัสเรียบเนียน เวลาที่ใช้ในการแช่แข็งโดยทั่วไปจะใช้เวลาที่ทำให้อุณหภูมิ ณ จุดกึ่งกลางของไอศกรีมในภาชนะบรรจุลดลงเหลือ -18 องศาเซลเซียส หรือต่ำกว่านิยมทำที่อุณหภูมิ -25 ถึง -30 องศาเซลเซียส ในขั้นตอนการแช่แข็งนี้จะทำให้ไอศกรีมมีปริมาณน้ำที่แข็งตัวเพิ่มขึ้น ทำให้ความเข้มข้นของสารละลายในน้ำเพิ่มขึ้น จุดเยือกแข็งของไอศกรีมมิกซ์จึงลดลงอีก จนถึงจุดหนึ่งไม่มีผลึกน้ำแข็งเกิดขึ้นอีก ดังนั้นน้ำในไอศกรีมจึงไม่สามารถแข็งตัวได้หมด

9) การเก็บรักษา หลังจากไอศกรีมผ่านการแช่แข็งอาจจำหน่ายทันที หรือเก็บรักษาไว้ไม่เกิน 1-2 สัปดาห์ อาจใช้ห้องแช่แข็งเป็นห้องเก็บรักษา หรือแยกไอศกรีมเก็บไว้ในห้องเก็บรักษาต่างหาก เนื่องจากอุณหภูมิของห้องเก็บรักษาสูงกว่า ห้องแช่แข็ง โดยมีอุณหภูมิอยู่ในช่วง -18 ถึง -23 องศาเซลเซียส สำหรับการเก็บรักษาไอศกรีมซอฟต์เสิร์ฟนั้น สามารถเก็บรักษาในรูปของไอศกรีมมิกซ์หรือไอศกรีมผงได้ (พัชรินทร์ รักถาวร, 2542)

2.2.4 ประโยชน์ของไอศกรีม

วิไลฐู จะวะสิต (2537) กล่าวว่า ไอศกรีม เป็นของหวาน ที่ให้พลังงานและมีคุณค่าทางโภชนาการ มีส่วนผสมหลักเป็นนมที่อุดมด้วยโปรตีนและแคลเซียม ซึ่งโดยทั่วไปเด็กควรดื่มนมทุกวัน วันละ 2 แก้ว เพื่อให้ได้รับสารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย การรับประทานไอศกรีมก็จะได้ประโยชน์ของโปรตีนและแคลเซียมเช่นเดียวกับการรับประทานนมสำหรับไอศกรีม เซอร์เบต เป็น

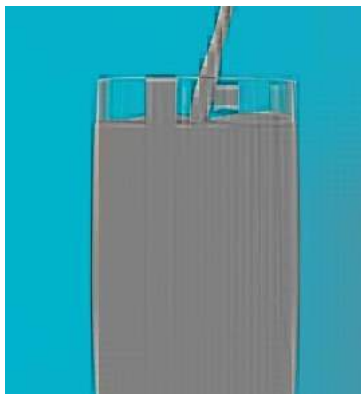
ไอศกรีมที่มีผลไม้เป็นส่วนประกอบ การทานไอศกรีมเชอร์เบท ช่วยดับความกระหายได้ดีกว่าน้ำในหน้าร้อน เพราะมีน้ำแข็งอยู่ถึง 65% และมีแคลอรีน้อยกว่าน้ำอัดลมด้วย และยังได้คุณค่าทางโภชนาการที่เกิดจากผลไม้ที่ใช้ทำไอศกรีม และที่สำคัญสถาบันจิตวิทยาในเมืองลอนดอน ประเทศอังกฤษกล่าวว่า การทานไอศกรีม จะช่วยลดความเครียดได้ ขณะที่ดนตรีจะช่วยลดอุณหภูมิและทำให้จิตใจสบาย

2.3 วัตถุดิบในการทำไอศกรีม

ส่วนผสมที่ใช้ในการทำไอศกรีม หรือเจลาโต้ โดยทั่วไปจะสามารถหาซื้อได้ทั่วไปในแหล่งวัตถุดิบต่างๆ เช่น ในร้านขายวัตถุดิบสำหรับทำเบเกอรี่ เป็นต้น ส่วนผสมที่เป็นวัตถุดิบหลักในการทำไอศกรีมจะแบ่งเป็น 2 ประเภทหลักคือ วัตถุดิบที่เป็นของแข็ง เช่น นมผง หางนมผง น้ำตาล สารให้ความคงตัว เป็นต้น โดยประเภทวัตถุดิบดังกล่าวจัดเป็น วัตถุดิบมาตรฐานทั่วไป และอีกส่วนคือวัตถุดิบที่เป็นของเหลว เช่น นมสด ครีมสด น้ำผลไม้ต่างๆ เป็นต้น อย่างไรก็ตามในปัจจุบันการทำธุรกิจไอศกรีม เพื่อให้ได้ไอศกรีมคุณภาพที่ดี และในปริมาณที่มากพอเพื่อทำการค้าได้มีการนำวัตถุดิบที่เป็นมาตรฐานทั่วไปมาผสมและผลิตในสัดส่วนที่พอเหมาะ จนเป็น วัตถุดิบที่ผสมเสร็จก็พร้อมใช้ได้ในทันที มาใช้ในการผลิตไอศกรีม เพื่อความสะดวกรวดเร็วในการใช้งาน และได้เนื้อไอศกรีม และรสชาติที่มีคุณภาพดี (จิตติมา คงปาน, 2549)

2.3.1 นม

ของเหลวสีขาวที่รีดได้จากเต้านม ของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม เช่น วัว แพะ แกะ เป็นต้น ที่มีสุขภาพสมบูรณ์ปราศจากน้ำนมเหลือง (Colostrum) จัดเป็นหนึ่งในอาหาร ที่ได้รับการยอมรับว่ามีประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของมนุษย์ ทุกเพศทุกวัย เนื่องจากเป็นแหล่งที่ดีของสารอาหารต่างๆ โดยเฉพาะโปรตีน แคลเซียม วิตามินบี 2 นมที่ได้รับความนิยมในการบริโภคได้แก่ นมวัว ดังนั้นในอุตสาหกรรมนมจึงนิยมนำนํ้านมจากวัวมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม เพื่อจำหน่ายในท้องตลาดอย่างกว้างขวาง โดยผู้ผลิตแต่ละราย ต่าง มุ่งมั่นพัฒนาผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มของตนเองพร้อมกับการดำเนินกลยุทธ์ทางการตลาดควบคู่กันไป เพื่อให้ผลิตภัณฑ์มีจุดเด่นตรงใจกลุ่มผู้บริโภค



รูปที่ 2.3 ตัวอย่างนม

ที่มา : <https://elvira.co.th/>

2.3.1.1 ประเภทของนม

นมแบ่งออกเป็น 5 ประเภทดังนี้

- 1) นมสด คือ นมธรรมชาติที่รีดมาจากแม่โค นำมาผลิตเป็นนมสดได้ 3 ชนิด คือ นมสดธรรมดา นมพร้อมมันเนย และ นมสดขาดมันเนย
- 2) นมผง คือ นมสดที่ทำให้น้ำระเหยไปจนเป็นผง มี 3 ชนิดเช่นกัน คือ นมผงธรรมดา หรือนมผงพร้อมมันเนย นมผงพร้อมมันเนย และนมผงขาดมันเนย
- 3) นมข้น คือ นมสดที่ระเหยเอาน้ำบางส่วนออก จึงมีความเข้มข้นมากขึ้น และอาจมีการเติมน้ำตาล หรือไม่ก็ได้ มี 4 ชนิด คือ นมข้นไม่หวาน นมข้นหวาน นมข้นขาดมันเนยไม่หวาน และ นมข้นขาดมันเนยชนิดหวาน การทำให้นมข้นมีรสหวานโดยการเติมน้ำตาล มักใช้ความเข้มข้นประมาณร้อยละ 45-50 เป็นความเข้มข้นที่ ช่วยเก็บรักษาคุณภาพผลิตภัณฑ์นมข้นหวาน ไว้ได้นาน เพราะน้ำตาลช่วยเพิ่มความดันออสโมติก ทำให้จุลินทรีย์ไม่สามารถเจริญเติบโต จะเห็นได้ว่า นมข้นหวานเป็นนมที่มีปริมาณน้ำตาลสูงมาก
- 4) นมกึ่งรูป คือ ผลิตภัณฑ์นมที่ได้จากการนำเอาส่วนประกอบ ของนมสด ซึ่งได้แยกออกแล้ว มาผสมกันขึ้นใหม่ มีลักษณะเช่นเดียวกับ นมสด หรือนมข้น มี 5 ชนิด คือ นมกึ่งรูปธรรมดา นมกึ่งรูปไม่หวาน นมกึ่งรูปหวาน นมกึ่งรูปขาดมันเนยไม่หวาน นมกึ่งรูปขาดมันเนย
- 5) นมปรุงแต่ง (Flavoured milk) คือ นมหรือนมผงที่ปรุงแต่งด้วยสี กลิ่น หรือรส ไม่ว่าจะมีการเติมวัตถุที่มีคุณค่า ทางอาหารอื่นใด หรือไม่ สิ่งที่ทำมาปรุงแต่ง ต้องไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ นมปรุงแต่ง มี 2 ชนิด คือ ชนิดเหลว และ ชนิดแห้ง นมปรุงแต่งที่นิยมมีหลายชนิด เช่น นมปรุงแต่งรสหวาน และ นมปรุงแต่งช็อกโกแลต ประกอบด้วยน้ำนมประมาณร้อยละ

94 น้ำตาลซูโครสร้อยละ 1 และผงโกโก้ร้อยละ 1 ผงโกโก้ทำให้การดูดซึมแคลเซียม และฟอสฟอรัส ลดลง นมปรุงแต่งกาแฟ ประกอบด้วย น้านมประมาณร้อยละ 94 น้ำตาลซูโครสร้อยละ 5 และผง กาแฟร้อยละ 1 นมปรุงแต่งรสสตอเบอรี่ ประกอบด้วย น้านมประมาณร้อยละ 95 น้ำตาลซูโครส ร้อยละ 5 นมปรุงแต่งทุกชนิดมักเติมน้ำตาลซูโครส เพื่อช่วยเพิ่มรสหวาน แต่ละชนิดมีส่วนของ น้ำตาลไม่เท่ากัน นมปรุงแต่งรสผลไม้ เช่น รสส้ม รสสตอเบอรี่ มักเติมน้ำตาลในปริมาณมากขึ้น เพื่อปรับรสเปรี้ยวให้กลมกล่อม นมเปรี้ยว คือ นม หรือผลิตภัณฑ์ที่ได้จากนม ที่หมักด้วยจุลินทรีย์ ที่ไม่ทำให้เกิดพิษ นมเปรี้ยวบางชนิดมีนมขาดมันเนย เพียงร้อยละ 50 ส่วนประกอบที่เหลือเป็น น้ำตาล จึงมีคุณค่าทางอาหารน้อย ไม่เหมาะให้เด็กดื่ม เช่น ยาคูลท์ เป็นเครื่องดื่มที่ประกอบด้วย จุลินทรีย์ที่เป็นมิตร

2.3.1.2 ประโยชน์ของนม

พิจารณา สามานจิตติ (2540) กล่าวว่า ประโยชน์ของนมมี ดังนี้

- 1) น้านมมีสารอาหารครบ 5 หมู่จึงช่วยในการเจริญเติบโตของร่างกาย
- 2) นมช่วยทำให้มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรค
- 3) ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรบของร่างกายในวัยผู้ใหญ่ ช่วยลดความเสี่ยงของการ เกิดโรคกระดูกพรุน กระดูกเปราะ
- 4) ไขมันจากนมช่วยเพิ่มพลังงานให้กับร่างกาย
- 5) ช่วยให้กระดูกเจริญเติบโตและแข็งแรงซึ่งจำเป็นอย่างมาก
- 6) ช่วยบำรุงประสาท (วิตามินบี 1) ช่วยบำรุงหัวใจ (วิตามินบี 1)
- 7) ช่วยในการทำงานของระบบเซลล์ผิวหนัง (วิตามินบี 2)
- 8) ช่วยทำให้ระบบประสาทไวต่อสิ่งเร้ามากขึ้น (แคลเซียม)
- 9) ช่วยทำหน้าที่ยึดและหดตัวของกล้ามเนื้อ (แคลเซียม)
- 10) มีส่วนช่วยลดความดันโลหิต และลดความเสี่ยงของมะเร็งลำไส้ใหญ่
- 11) ช่วยทำให้เลือดแข็งตัว (แคลเซียม) และช่วยเสริมสร้างเม็ดเลือดแดง
- 12) ช่วยลดไขมันในเส้นเลือด (วิตามินดี)
- 13) ช่วยในการทำงานของระบบขับถ่าย (วิตามินบี 1)
- 14) นมสามารถนำไปผลิตเป็น เนย ชีส ครีม โยเกิร์ต ไอศกรีมได้
- 15) ช่วยเสริมสร้างกระดูกและฟันให้แข็งแรง

2.3.2 ครีม

วิปป์ครีม หรือวิปครีม คือนมที่มีไขมันเนยตั้งแต่ 30% ขึ้นไปแต่ไม่เกิน 55% จะเรียก เฮฟวี่วิปป์ครีม วิปป์ครีม เป็นส่วนของครีมในนมที่สามารถตีให้ขึ้นฟูได้ เป็นครีมข้นจนเนื้อครีมตั้งตัวได้ มีรสมัน การที่ขึ้นฟูจะได้ผลดีเมื่ออุณหภูมิต่าง ๆ ประมาณ 7 องศาเซลเซียส หรือต่ำกว่านี้ เพราะจะทำให้ไขมันเนยในครีมแข็งตัว ครีมในวิปป์ครีมนี้ที่ทำมาจากไขมันพืช ไขมันนมมี 2 ชนิด คือชนิดน้ำที่เป็นกล่องหรือกระป๋อง และชนิดแห้งเมื่อจะเรียกครีมที่เราตีแล้ว จะต้องเรียก วิปครีม



รูปที่ 2.4 ตัวอย่างครีม

ที่มา : <https://www.bigc.co.th/>

2.3.2.1 ประเภทของครีม

1) Dairy Whipping Cream ทำจากนมวัว ก็มียี่ห้อ Anchor, Foremost, Magnolia, Meiji เป็นต้นอายุการเก็บรักษาจะสั้น เก็บในตู้เย็นสังเกตวันหมดอายุข้างกล่อง เก็บในตู้ฟริชไม่ได้ ตีแล้วก็ควรใช้ให้หมดภายในวันนั้น

2) Non-Dairy Whipping Cream คือวิปป์ครีมที่ทำมาจากไขมันพืชเช่น น้ำมันปาล์มไม่ใช่ครีมที่ทำจากนมแท้แต่ทำเทียมขึ้นมากการเก็บรักษาง่ายและนานกว่าแบบ dairy สามารถนำเข้าช่องแช่แข็งได้เพื่อยืดอายุการเก็บรักษาให้ได้นานขึ้นเมื่อนำมาใช้ก็นำลงมาแช่ในช่องธรรมดาข้ามคืนหรือจนกว่าเนื้อครีมที่แข็งจะละลาย ส่วนใหญ่วิปป์ครีมแบบ non-dairy จะมีรสชาติหวานเนื่องจากปรุงแต่งรสมาแล้ว การตีวิปป์ครีมแบบ non-dairy ขึ้นง่ายและไม่แยกชั้นเหมือนวิปป์แบบ dairy ที่พอตีนานไปจะแยกชั้นกลายเป็นน้ำกับเนยเหมาะกับผู้ที่ไม่ชอบหวานแต่โดยส่วนตัวไม่ค่อยปลื้มรสชาติเท่าไรหะ มันไม่หอมมัน แต่ออกจะหวานแปร่งๆ

2.3.3 ไข่

หนังสือพิมพ์มติชน (2557) ไข่ คือ อาหารของคนมาเป็นเวลานานแล้ว ไม่ว่าจะเป็นไข่เป็ด ไข่ไก่ ไข่นกกระทา ไข่เต่า หรือไข่จากสัตว์เล็ก เช่น ไข่ปลา ไข่ปู ไข่กุ้ง หรือแม้แต่ไข่แมงดา ไข่ที่นิยมบริโภคและมีอยู่ติดตู้เย็นกันแทบทุกบ้าน คือ ไข่ไก่ คนนิยมกินไข่ เพราะ เป็นแหล่งอาหารที่มีราคาถูก ทำเป็นอาหารได้หลายอย่างเล็กๆ ที่เริ่มหัดทำอาหารก็คงหนีไม่พ้นเมนูไข่ก่อน ไข่มีรสชาติอร่อย เก็บไว้ได้นาน ไข่เป็นอาหารที่แนะนำให้เลี้ยงทารกและเด็กๆ เพราะไข่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง โปรตีนในไข่ถือเป็นโปรตีนมาตรฐานที่นักวิชาการด้านโภชนาการนำมาใช้เป็นตัวเปรียบเทียบกับโปรตีนจากแหล่งอาหารอื่น เพราะไข่มีกรดอะมิโนจำเป็นครบถ้วน



รูปที่ 2.5 ตัวอย่างไข่

ที่มา : <https://www.hsri.or.th/>

2.3.3.1 ส่วนประกอบของไข่

ไข่ไก่ 1 ฟองมีน้ำหนักประมาณ 50-60 กรัม มีส่วนประกอบสำคัญ คือ เปลือกไข่ ไข่ขาว และไข่แดง ในอัตราส่วนร้อยละ 11 : 62 : 27

1) ไข่ขาว มีโปรตีนเป็นสารอาหารหลัก เมื่อตอกไข่จะ เห็นไข่ขาวแยกเป็น 2 ส่วน ส่วนหนึ่งเหลว อีกส่วนข้นติดอยู่กับไข่แดงและมีปริมาณมากกว่าส่วนเหลวประมาณ 4 เท่า ไข่ขาวในไข่ 1 ฟองจะมีน้ำหนักประมาณ 30-35 กรัม ขึ้นอยู่กับขนาดของไข่ ไข่ขาว มีน้ำเป็นส่วนประกอบหลัก (ร้อยละ 88) มีโปรตีนประมาณร้อยละ 10 โปรตีนในไข่ขาวมีหลายชนิด ได้แก่

1.1) โคนัลบูมิน (conalbumin) เป็นโปรตีนที่จับกับแร่ธาตุต่างๆ ที่สำคัญคือแร่ธาตุเหล็ก ซึ่งเป็นกลไกการป้องกันตัวอ่อนจากการติดเชื้อ แต่กลไกนี้มีบทบาทสำคัญทางด้านโภชนาการ เนื่องจากทำให้ร่างกายคนเรานำเหล็กจากไข่มาใช้ไม่ได้

1.2) โอวัลบูมิน (ovalbumin) เป็นกลุ่มโปรตีนที่จับกับฟอสฟอรัส คาร์โบไฮเดรต และซัลเฟอร์ ถูกทำลายได้ด้วยความร้อน และมีการเปลี่ยนแปลงสี

1.3) อะวิดิน (avidin) เป็นโปรตีนที่มีปริมาณเล็กน้อยในไข่ขาว แต่มีบทบาทสำคัญทางด้านโภชนาการ อีกตัวหนึ่งในไข่ขาวคืออะวิดินสามารถจับกับวิตามิน ไบโอดิน ซึ่งเป็นวิตามินที่จำเป็นในการทำงานของเอนไซม์ในร่างกาย ผู้ที่กินไข่ขาวดิบจึงมีโอกาสขาดวิตามินไบโอดินได้

1.4) ไลโซไซม์ (lysozyme) เป็นโปรตีนในไข่ขาวที่ช่วยทำลายเชื้อแบคทีเรียช่วยป้องกันตัวอ่อน

2) ไข่แดง ส่วนของไข่แดงจะแยกออกจากไข่ขาวโดยมีเยื่อหุ้มไข่แดง และมีเส้นยึดไข่แดงให้ลอยอยู่ตรงกลางของไข่ขาวซึ่งเป็นส่วนของไข่ขาวเช่นเดียวกัน ไข่แดงมีน้ำเป็นส่วนประกอบประมาณร้อยละ 52 โปรตีนร้อยละ 14.3 ไขมันร้อยละ 30 มีส่วนของแร่ธาตุ โพแทสเซียม สังกะสี และทองแดง มากกว่าไข่ขาว มีวิตามินเอและวิตามินบี 2 สูง ไขมันในไข่ประกอบด้วย ไคโพรโปรตีน ไตรกลีเซอไรด์ โคลเลสเตอรอล และเลซิดิน ไข่ 1 ฟองมีไข่แดงประมาณ 13-20 กรัม

2.3.3.2 คุณค่าทางโภชนาการของไข่

1) ไข่เต็มไปด้วยสารอาหาร ไข่มีครบทั้งโปรตีน สังกะสี วิตามิน A, D, E และ B12 อีกทั้งยังให้พลังงานน้อยนิดเพียง 85 กิโลแคลอรีต่อฟองเท่านั้น เมื่อกินเมนูไข่จึงอิ่มนาน ทำให้ให้กินอาหารได้น้อยในมื้อต่อไป จึงทำให้สาว ๆ ที่นิยมลดความอ้วนมักกินไข่ต้มในตอนเช้านั่นเอง

2) ไข่มีโปรตีนสูง ไข่เพียง 1 ฟอง จะมีโปรตีนอยู่ถึง 6 กรัม จึงถือเป็นแหล่งโปรตีนที่ดี เหมาะอย่างยิ่งสำหรับทุกคน

3) ไข่ช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน นอกจากในไข่จะมีวิตามินที่หลากหลายแล้ว ในไข่ยังมีธาตุเหล็กที่ช่วยสร้างเสริมการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันให้แข็งแรง อีกทั้งยังช่วยเรื่องการผลิตเซลล์เม็ดเลือดแดงให้เป็นไปอย่างปกติ

4) ช่วยบำรุงสมองและระบบประสาท เพราะไข่ 1 ฟอง จะมีโคลีน มากถึง 20% ซึ่งเป็นปริมาณที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวัน สำหรับโคลีนเป็นส่วนประกอบของเยื่อหุ้มเซลล์ เยื่อหุ้มสมอง จึงทำให้สมองและระบบประสาทแข็งแรง พร้อมในการทำกิจกรรมและดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

5) แครوتينอยด์ช่วยในการมองเห็น ไข่มีลูทีน และซีแซนทีน ซึ่งเป็นสารแครโรทีนอยด์ที่มีความสำคัญกับสุขภาพดวงตาอย่างมาก อีกทั้งยังช่วยป้องกันร่างกายจากสารอนุมูลอิสระ และลดความเสี่ยงการเกิดโรคจอประสาทตาเสื่อมได้

2.3.4 น้ำตาลทราย

กระทรวงสาธารณสุข (2544) ผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรมที่ผลิตจากอ้อย ในเขตร้อน (ประมาณ 60 %) และผลิตจากหัวบีท ในเขตอบอุ่น (ประมาณ 40 %) โดยมีกรรมวิธีการผลิตที่คล้ายกัน คือ การสกัดเอาสารละลายน้ำตาล นำมากรอง ต้มระเหยน้ำออก และสุดท้ายเป็นการตกผลึกได้เป็นก้อนน้ำตาลขนาดเล็ก



รูปที่ 2.6 ตัวอย่างน้ำตาลทราย

ที่มา : <https://www.scimath.org/>

2.3.4.1 ประเภทของน้ำตาล

- 1) น้ำตาลทรายดิบ (Raw Sugar) จะมีสีน้ำตาลเข้ม มีสิ่งสกปรกเจือปนอยู่ ยัง ไม่สะอาด เป็นวัตถุดิบในการผลิตน้ำตาลทรายขาว
- 2) น้ำตาลทรายดิบคุณภาพสูง (High Pol Sugar) คือ น้ำตาลที่สามารถนำไปบริโภคได้โดยตรง สีของน้ำตาลเป็นสีเหลืองแกมน้ำตาล ซึ่งผ่านกระบวนการทำให้น้ำตาลบริสุทธิ์บางส่วน น้ำตาลชนิดนี้มีราคาถูกกว่าน้ำตาลทรายขาว
- 3) น้ำตาลทรายขาว (White Sugar) คือ น้ำตาลลักษณะเป็นเม็ดละเอียดเหมือนทรายสีขาวเป็นน้ำตาลที่ผ่านการสกัดเอาสิ่งเจือปนออกเป็นน้ำตาลที่นิยมบริโภค
- 4) น้ำตาลทรายขาวบริสุทธิ์ (Refined Sugar) คือ มีลักษณะเป็นเม็ดสีขาวใส เป็นน้ำตาลที่ผ่านกระบวนการผลิตทำให้น้ำตาลบริสุทธิ์นิยมใช้ในอุตสาหกรรมที่ต้องการใช้น้ำตาลเช่น น้ำอัดลมเครื่องดื่มบำรุงกำลัง เป็นต้น
- 5) น้ำตาลทรายขาวบริสุทธิ์พิเศษ (Super Refined Sugar) คือ น้ำตาลที่สกัดพิเศษมีความบริสุทธิ์สูง ใช้ในอุตสาหกรรมที่ต้องใช้น้ำตาลที่มีความบริสุทธิ์มาก ๆ
- 6) น้ำตาลปี๊บ (Paste Sugar) คือ น้ำตาลที่เอวอนเข้มข้น แล้วนำไปทำให้น้ำตาลแข็งตัวโดยใช้ลมเย็น
- 7) น้ำตาลทรายแดง (Brown Sugar) คือ น้ำตาลทรายที่ผ่านกระบวนการขัดสี

2.3.4.2 ประโยชน์ของน้ำตาล

- 1) น้ำตาลให้ความหวาน ให้พลังงานแก่ร่างกาย ทำให้ร่างกายสดชื่น มีกำลัง
- 2) การทำงานของอวัยวะต่างๆภายในร่างกาย ต้องการพลังงานที่มาจากน้ำตาล กลูโคส คือ แหล่งอาหารที่จำเป็นต่อเนื้อเยื่อและอวัยวะต่างๆ
- 3) น้ำตาลช่วยในการถนอมอาหาร และ ใช้หมักอาหารได้

2.3.5 กลูโคส

ชนิดของน้ำตาลขนาดเล็กโมเลกุลเดี่ยว ที่สูตรทางเคมีคือ $C_6H_{12}O_6$ ที่ร่างกายสามารถนำไปใช้งาน หรือเผาผลาญเพื่อให้เกิดเป็นพลังงานในร่างกาย ขนาดของ Glucose นั้นเล็กมากจนสามารถผ่านเข้าสู่เยื่อหุ้มเซลล์ทางช่องเปิดบนเยื่อหุ้มเซลล์ได้อย่างง่ายดาย ทำให้เซลล์สามารถรับ Glucose และนำไปใช้ได้อย่างรวดเร็วทันใจ ไม่ว่าจะเป็นเซลล์พืชหรือเซลล์สัตว์ ส่วนใหญ่ก็มักจะใช้กลูโคสเป็นแหล่งอาหารหลักทั้งนั้นทั้งนี้ หาก Glucose ละลายอยู่ในกระแสเลือดเลือดของเราก็จะมีลักษณะเหมือนน้ำเชื่อม ซึ่งยังมีปริมาณ Glucose มากเท่าไร ความหนืดก็จะมีมากขึ้นเท่านั้น



รูปที่ 2.7 ตัวอย่างกลูโคส

ที่มา : <http://www.foodnetworksolution.com/>

2.3.5.1 ประโยชน์ของกลูโคส

เป็นหนึ่งในข้อที่สำคัญที่สุดสำหรับเซลล์ คือเป็นสารตั้งต้นของการสร้างพลังงานเพื่อใช้ในเซลล์ จากที่กล่าวไว้ในข้างต้นว่า Glucose นั้นเป็นสารอาหารหลักของเซลล์เพราะนำไปใช้เผาผลาญสร้างพลังงานได้ง่ายและ 1 โมเลกุลของ Glucose สามารถสร้างพลังงานให้เซลล์ได้อย่างมหาศาลส่วนโทษของ Glucose นั้นจะเกิดก็ต่อเมื่อมี Glucose ปริมาณสูงหรือต่ำเกินไปจน

เสียสมดุล เช่น หากการสะสม Glucose มากเกินไปในชั้นใต้ผิวหนังก็อยู่ในรูปของเซลล์ไขมัน เกิดเป็นไขมันสะสมจนเกิดภาวะอ้วน รูปร่างไม่สมส่วน แต่หากการสะสมนั้นเกิดขึ้นในกระแสเลือดก็จะทำให้เกิดโรคเบาหวาน ซึ่งจะอันตรายยิ่งขึ้น เนื่องจากจะทำให้เลือดมีคุณสมบัติคล้ายน้ำเชื่อม นั่นหมายความว่า การไหลเวียนจะช้าและหนืดขึ้นกว่าเดิมทำให้เลือดเข้าสู่เส้นเลือดฝอยยาก จนทำให้เกิดภาวะขาดเลือดของอวัยวะต่างๆ เช่น หากเกิดที่เส้นเลือดบริเวณตา ก็เกิดภาวะตาเสื่อม หากเกิดที่เส้นเลือดที่ไตก็จะทำให้เกิดภาวะโรคไตวาย (Marshall, 1996)

2.3.6 มะนาว

ผลไม้ลูกกลมเล็ก แต่รสชาติเปรี้ยวจัด เหมาะกับการนำมาปรุงรสอาหารให้กลมกล่อมมากยิ่งขึ้น พืชชนิดนี้อยู่คู่ครัวคนไทยมาช้านาน มีต้นกำเนิดอยู่ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ด้วยรสชาติที่ใครๆ ก็ติดใจทำให้มะนาวกลายเป็นหนึ่งในพืชเศรษฐกิจที่ทำรายได้ให้กับประเทศ นอกจากรสชาติเปรี้ยวจัดถูกปากเมื่อนำมาปรุงรสอาหารแล้ว มะนาวยังเป็นพืชที่นำมาใช้ประโยชน์ได้ทุกส่วน ไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ดอก เมล็ด หรือเปลือก ต่างก็มีสรรพคุณทางยามากมาย โดยเฉพาะน้ำมะนาวที่มีประโยชน์ตั้งแต่ในด้านการดูแลผิวพรรณให้ผุดผ่อง เรียบเนียน ช่วยลดน้ำหนัก กำจัดไขมันส่วนเกิน ช่วยให้เจริญอาหาร ไปจนถึงใช้ทำความสะอาดเครื่องเรือนและคราบสกปรกต่างๆ ได้อีกด้วย



รูปที่ 2.8 ตัวอย่างมะนาว

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

2.3.6.1 ส่วนประกอบของน้ำมะนาว

ส่วนประกอบของน้ำมะนาวมี ดังนี้

- 1) กรดมาลิก (Malic acid) แก้ปากแห้ง ช่วยลดสีผิว และบำรุงผิวพรรณให้เรียบเนียนสดใสยิ่งขึ้น

2) กรดแอสคอร์บิก (Ascorbic acid) หรือที่รู้จักกันในชื่อ วิตามินซี ช่วยป้องกันโรคโลหิตจาง บำรุงผิวพรรณ กระดูก ฟัน และหลอดเลือด ทั้งยังมีฤทธิ์เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยชะลอความเสื่อมของเซลล์ในร่างกาย

3) กรดซิตริก (Citric acid) ช่วยสลายนิ่วในไต และขับแคลเซียมส่วนเกินออกจากหลอดเลือดแดง ตับอ่อน และไต รวมถึงช่วยขจัดล้างสารพิษและไขมัน กระตุ้นการหลั่งเอนไซม์ธรรมชาติ ช่วยให้ขับถ่ายคล่อง ทำให้ผิวพรรณเปล่งปลั่งสดใส และไม่รู้สึกร้อนไปด้วย

2.3.6.2 สรรพคุณมะนาว

สรรพคุณของน้ำมะนาว มีดังนี้

- 1) มะนาวช่วยดับกลิ่นคาวของปลาได้
- 2) ช่วยฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ในเนื้อสัตว์
- 3) ช่วยรักษาโรคความดันโลหิตสูงและต่ำ
- 4) รู้หรือไม่ว่ามะนาวก็เป็นยาอายุวัฒนะและช่วยในการเจริญอาหารได้
- 5) แก้อาการวิงเวียนหลังคลอดบุตร
- 6) แก้อาการลมพิษ ด้วยการเอาใบมะนาวมาตำกับยาหอม
- 7) แก้โรคตาแดง

2.3.6.3 ประโยชน์ของมะนาว

ประโยชน์ของน้ำมะนาว มีดังนี้

- 1) มะนาวช่วยบำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่งสดใส
- 2) ช่วยบำรุงตาของคุณให้สดใสอยู่เสมอ
- 3) มะนาวประกอบด้วยวิตามินและแร่ธาตุหลายชนิดที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น วิตามินเอ วิตามินซี ธาตุแคลเซียม ธาตุฟอสฟอรัส กรดซิตริก กรดมาลิก
- 4) ในผลมะนาว 1 ลูกจะมีน้ำมันหอมระเหยอยู่มากถึง 7% ซึ่งนำมาใช้ประโยชน์ในการผสมเป็นน้ำยาทำความสะอาดต่าง ๆ เช่น น้ำยาล้างจาน เป็นต้น
- 5) แก้ปัญหาหาลาย สิวไม่สมำเสมอ ด้วยการนำ ดินสอพองกับมะนาวมาผสมกันแล้วทาทั้งไว้ก่อนนอน แล้วจึงล้างออกในตอนเช้า

2.3.7 เกลือ

หนึ่งในส่วนประกอบที่จำเป็นของชีวิตประจำวันของผู้คนทั่วโลกเป็นทั้งเครื่องปรุงรสชาตินำมาเป็นส่วนประกอบของเครื่องประพินผิว หรือนำไปประยุกต์ใช้ในอีกหลากหลายด้านเกลือไม่ได้ถูกผลิตขึ้นโดยตรงแต่มีต้นกำเนิดมาจากธรรมชาติ นำเข้าสู่

กระบวนการผลิตให้เกิดความเหมาะสมในการนำมาใช้อย่างปลอดภัย แถมการนำมาใช้ยังให้ประโยชน์ที่ดีต่อสุขภาพ และเป็นสารอาหารที่ร่างกายต้องการ เกลือ นิยมนำมาใช้เป็นเครื่องปรุงรส ใช้เป็นส่วนประกอบของยา เป็นตัวช่วยถนอมอาหาร และเป็นแร่ธาตุที่สำคัญของร่างกายหากได้รับในปริมาณที่พอดี



รูปที่ 2.9 ตัวอย่างเกลือ

ที่มา: <https://www.freepik.com>

2.3.7.1 ประเภทของเกลือ

ประเภทของเกลือ มีดังนี้

1) เกลือสีขาว เริ่มกันที่เกลือบริโภคสีขาวที่เราคุ้นเคยกันดี ถือเป็นเครื่องปรุงประจำบ้านทุกบ้าน เอาไว้ใช้ปรุงแต่งรสเค็มให้กับอาหารจานเด็ดของคุณ ส่วนใหญ่เราก็จะใช้เกลือสีขาว 2 ชนิดในการปรุงอาหาร ได้แก่ เกลือสินเธาว์ และ เกลือสมุทร สำหรับเกลือสินเธาว์ จะเป็นเกลืออยู่ชั้นใต้ดิน ไม่มีไอโอดีน ใช้วิธีการต้มเพื่อให้ได้น้ำเกลือ พอต้มเสร็จจะตกผลึกเป็นเกล็ดขาวๆ เกิดขึ้น ได้เกลือสินเธาว์ที่มีความละเอียดมาก เป็นผง สามารถนำมาปรุงอาหารได้เลยโดยไม่ต้องนำมาบดหรือปั่น มีความเค็มไม่มาก ส่วนเกลือสมุทร เป็นเกลืออยู่ผิวดิน ผลิตจากน้ำทะเลมีไอโอดีนโดยธรรมชาติอยู่แล้ว จะใช้ความร้อนจากแสงแดดเพื่อให้เกลือดกผลึก เม็ดเกลือก็จะใหญ่มาก มีความเค็มแบบเค็มแหลม เค็มมากกว่าเกลือสินเธาว์

2) เกลือสีชมพู ฮิมาลายัน Himalayan pink salt หรือ เกลือสีชมพูจากฮิมาลายัน เป็นเกลือที่บริสุทธิ์ที่สุดในโลก ผลิตได้จากเหมืองเกลือ Khewra ในเทือกเขาหิมาลัยของประเทศปากีสถาน สีของเกลือมีตั้งแต่สีขาวอมชมพู สีชมพูอ่อน สีชมพูเข้ม อุดมไปด้วยแร่ธาตุธรรมชาติ 84 ชนิดส่วนใหญ่เกลือชนิดนี้ถูกนำมาใช้ในด้านความสวยความงาม เช่น นำมาทำเป็นเกลือสปา แต่จริงๆ แล้วเกลือสีชมพูยังสามารถนำมาใช้ในการปรุงอาหารได้ทุกชนิด ซึ่งจะทำให้รสชาติอาหารอร่อย กลมกล่อมขึ้น แถมยังช่วยลดกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์อย่างกลิ่นคาวต่างๆ ได้

3) เกล็ดแดงฮาวาย เกล็ดฮาวายสีแดง เรียกอีกชื่อว่า เกล็ดอัลลาเอ เป็นเกล็ดสมุทรจากธรรมชาติ ไม่ผ่านกระบวนการอุตสาหกรรม เม็ดเกล็ดตกผลึกผสมกับดินภูเขาไฟอัลลาเอ ซึ่งประกอบด้วยธาตุเหล็กสูง จึงทำให้เกล็ดมีสีแดงหรือน้ำตาลแดง เกล็ดอัลลาเอเป็นเกล็ดที่บริสุทธิ์มากใช้เวลาในการตกผลึกหลายศตวรรษ อีกทั้งเป็นวัตถุดิบสำคัญในอาหารพื้นบ้านฮาวาย ช่วยเสริมรสกลมกล่อม นิยมปรุงในเมนูเนื้อหมูและอาหารทะเล

4) เกล็ดสีเทา เกล็ดชนิดนี้รู้จักกันในชื่อ sel gris ภาษาฝรั่งเศสว่าเป็น เกล็ดแกงเป็นเกล็ดจากทะเลซีเชลติก ในประเทศฝรั่งเศส ถูกรวบรวมจากกันสระน้ำขึ้นน้ำลงนอกชายฝั่งประเทศฝรั่งเศส ตามแคคธรรมาชาติ ทำให้เกิดผลึกเกล็ดขึ้นที่บริเวณดังกล่าว อุดมไปด้วยแร่ธาตุ เป็นเกล็ดที่มีเกล็ดหยาบๆ และชื้น ผลึกเกล็ดมีสีเทาและให้รสเปรี้ยว เกล็ดชนิดนี้เหมาะจะนำมาปรุงอาหารในเมนูปลา อาหารทะเล ใช้ทั้งปรุงเพิ่มรสชาติ และใช้สำหรับเมนูเนื้อสัตว์อบเกล็ดต่างๆ เพื่อเพิ่มความหอม

5) เกล็ดสีน้ำตาล เกล็ดชนิดนี้จะมีสีน้ำตาลและมีกลิ่นรมควัน กลิ่นและรสชาติของเกล็ดจะขึ้นอยู่กับเวลาและไม้ที่ใช้ในการรมควัน ซึ่งอาจจะแตกต่างกันไปในแต่ละแบบ ไม้ที่นิยมนำมารมควัน ได้แก่ กะลามะพร้าว ไม้แอปเปิ้ล ไม้โอ๊ค ไม้สน โดยจะใช้วิธีรมควันในเตาผิงอย่างช้าๆ เป็นเวลา 2 สัปดาห์ เกล็ดรมควันเป็นเกล็ดที่เหมาะสมมากในการปรุงแต่งเนื้อสัตว์และผักให้มีรสชาติที่ดีขึ้นกว่าเดิม เช่น มันฝรั่ง

2.3.7.2 ประโยชน์ของเกล็ด

ประโยชน์ของเกล็ด มีดังนี้

- 1) เกล็ดช่วยทำให้อุณหภูมิของความเย็นเพิ่มขึ้นได้
- 2) เกล็ดทำให้น้ำของเหลวกลายเป็นน้ำแข็งหรือไอศกรีมได้
- 3) นำมาใช้เป็นส่วนประกอบของตำรับยาอย่างหลากหลายไม่ว่าจะเป็นการรักษาอาการท้องผูก แก้เหงื่อออกมา ผสมเป็นเกล็ดแร่ตอนท้องเสีย
- 4) นำมาใช้บรรเทาอาการคัดจมูกและอาการอักเสบ ด้วยการนำเอาน้ำเกล็ดมาผ่านการเจือจาง แล้วเทใส่ขวดน้ำเกล็ดเพื่อล้างจมูก จะช่วยให้จมูกโล่งและฆ่าเชื้อได้
- 5) ลดอาการคอแห้งด้วยการดื่มน้ำผสมเกล็ดเล็กน้อย
- 6) ช่วยขับพิษด้วยการเร่งให้อาเจียน ในกลุ่มคนที่รับประทานอาหารเป็นพิษ ด้วยการดื่มน้ำเกล็ดเข้มข้นเข้าไปแล้วกระตุ้นให้อาเจียนออกมา

2.3.8 สีผสมอาหาร

เป็นลักษณะแรกที่ได้รับทางสัมผัส ซึ่งผู้บริโภคใช้ในการเลือก และยอมรับอาหารนั้น ๆ โดยอาหารเกือบทุกชนิดตั้งแต่วัตถุดิบจนถึงผลิตภัณฑ์สุดท้ายมีสีที่ยอมรับโดยผู้บริโภคแตกต่างกันขึ้นอยู่กับสังคม ภูมิศาสตร์ ความชอบของสวยงาม และพื้นฐานของผู้บริโภค ซึ่งการยอมรับสีของอาหารแตกต่างกันขึ้นกับ เชื้อชาติ นอกจากนี้ยังพบว่าสีของอาหารที่แปลกจะมีอิทธิพลต่อผู้บริโภคน้อยกว่า การเปลี่ยนสีไปจากที่ควรจะเป็นสีผสมอาหาร เป็นวัตถุเจือปนอาหารชนิดหนึ่ง ซึ่งผู้ผลิตอาหารใช้ผสมลงไปในอาหารเพื่อปรุงแต่งอาหารนั้น ให้แลดูสวยงามหรือกลบเกลื่อนลักษณะอาหาร ที่เสื่อมสภาพให้คล้ายสีของอาหารตามธรรมชาติ รวมทั้งการแต่งสีเพื่อช่วยให้ดูคล้ายอาหารที่มีคุณภาพสูง เช่น อาหารที่ใช้ไข่เป็นส่วนผสม ปรากฏว่าในการผลิตจริงใช้ไข่เพียงเล็กน้อย หรือไม่ได้ใส่เลย แต่ใช้สีเหลืองผสมลงไปให้เป็นสีของไข่



รูปที่ 2.10 ตัวอย่างสีผสมอาหาร

ที่มา : <https://sukkaphap-d.com/>

2.3.8.1 พิษจากการใช้สีผสมอาหาร

กรมส่งเสริมการเกษตร (2019) สีผสมอาหารเป็นสีสังเคราะห์ เมื่อผสมอาหารและรับประทานเข้าไปในร่างกายอาจทำให้เกิดอันตรายได้จากเหตุ 2 ประการ คือ

1) อันตรายจากสีสังเคราะห์ ถึงแม้จะเป็นสีสังเคราะห์ที่อนุญาตให้ใช้ในอาหารได้ หากบริโภค ในปริมาณที่มากหรือบ่อยครั้ง จะก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้บริโภค คือ สีจะไปเคลือบเยื่อกระเพาะอาหาร และถ้าใส่ทำให้น้ำย่อยอาหารออกมาไม่สะดวก อาหารย่อยยากเกิดอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ และขัดขวาง การดูดซึมอาหาร ทำให้ท้องเดิน น้ำหนักลด อ่อนเพลียอาจมีอาการ ของตับและไตอักเสบ ซึ่งจะเป็นสาเหตุ ของโรคมะเร็ง

2) อันตรายจากสารอื่นที่ปะปนมา เนื่องจากแยกสารออกไม่หมด ยังคงมีตกค้างในปริมาณที่มากเกินไป ได้แก่ โลหะหนักต่าง ๆ เช่น แคดเมียม ตะกั่ว สารหนูปรอท พลวง โครเมียม เป็นต้น ซึ่งเป็น ส่วนประกอบของสีทาบ้าน และสีย้อมผ้า แม้ได้รับในปริมาณเล็กน้อย

ก็สามารถสะสมอยู่ในร่างกาย และทำให้เกิดอันตรายขึ้นได้ เช่น พิษจากสารหนูนั้นเมื่อเข้าไปในร่างกาย จะสะสมอยู่ตามกล้ามเนื้อ กระดูก ผิวหนัง ตับและไต จะเกิดอาการอ่อนเพลีย กล้ามเนื้ออ่อนแรง เกิดความผิดปกติของระบบ ทางเดินอาหาร โลหิตจาง และหากได้รับสารหนูปริมาณมากในครั้งเดียวจะเกิดพิษต่อร่างกายทันที โดยปาก และโพรงจมูกไหม้เกรียมแสบทางเดินอาหาร ผิดปกติ กล้ามเนื้อเกร็ง เพ้อคลั่ง และยังมีอาการหน้าบวม หนังตาบวมด้วย ส่วนตะกั่วนั้นจะมีพิษต่อระบบประสาททั้งแบบ เย็บปล้นและเรื้อรัง อาจทำให้ถึงกับ ชีวติใน 1 - 2 วัน ส่วนอาการมีพิษเรื้อรังนั้นจะพบเส้นตะกั่วสีม่วงคล้ำที่เหงือก มือตก เท้าตก เป็นอัมพาต เกิดอาการผิดปกติของทางเดินอาหาร คลื่นไส้ อาเจียน และอาจพบอาการทางระบบประสาทได้

2.3.9 วานิลลา

เป็นเครื่องเทศชนิดเดียวที่มาจากพืชในวงศ์กล้วยไม้ เป็นไม้เลื้อยที่มีถิ่นกำเนิดในอเมริกากลางและใต้ ชาวแอสเทค ใช้วานิลลาแต่งกลิ่นโกโก้ ต่อมาชาวยุโรปได้นำมาใช้ในลักษณะเดียวกัน และในปัจจุบันนอกจากช็อกโกแลตแล้ว ยังใช้วานิลลาแต่งกลิ่นไอศกรีม ขนมอบ ลูกกวาด และทอฟฟี่ รวมทั้งใช้น้ำหอม และยาบางชนิด ผลวานิลลามีรูปร่างคล้ายฝักกล้วย ภายในมีเมล็ดเล็กๆจำนวนมาก เมื่อฝักแก่จะถูกเก็บมาผ่านกระบวนการ โดยตากแดดให้อุ่นในตอนเช้าแล้วห่อด้วยผ้าเพื่อให้เกิดการหมักตลอดทั้งวัน ทุกวันเป็นเวลาประมาณ 6 เดือน ซึ่งจะทำให้ฝักมีกลิ่นหอมซึ่งเกิดจากสารวานิลลิน (vanillin) วานิลลาสกัดบริสุทธิ์ (pure vanilla extract) ได้จากการชะวานิลลาออกจากฝักที่สับละเอียดแล้วด้วยน้ำผสมเอธานอล ด้วยวิธีการที่ยุ่งยากและซับซ้อนเช่นนี้ ทำให้วานิลลาเป็นเครื่องเทศที่มีราคาแพง มีการสังเคราะห์วานิลลาขึ้นมาแทนเพื่อให้มีราคาถูกลง โดยใช้ น้ำมันกานพลู น้ำมันอบเชย หรือใช้ขี้เลื่อยเป็นวัตถุดิบ ปัจจุบันมีการปลูกวานิลลาในประเทศไทยด้วย แต่ผู้ผลิตรายใหญ่ยังคงเป็นมาดากัสการ์



รูปที่ 2.11 ตัวอย่างวานิลลา

ที่มา : <https://sites.com/>

2.3.9.1 ประเภทวานิลลา

ประเภทของวานิลลา มีดังนี้

1) วานิลลาแท้ พวกนี้จะเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้จากฝักวานิลลาธรรมชาติ อาจมีวัตถุดิบอื่นผสมแต่มีฝักวานิลลาเป็นส่วนผสมหลัก ได้แก่

- 1.1) ฝักวานิลลา (vanilla bean)
- 1.2) วานิลลาเอ็กซ์แทรค (vanilla extract)
- 1.3) วานิลลาบีนเพสต์ (vanilla bean paste)
- 1.4) พวงวานิลลา (สีดำ)

2) วานิลลาสังเคราะห์ พวกนี้คือแต่งกลิ่นเลียนแบบธรรมชาติ อาจจะไม่มีส่วนผสมของวานิลลาจริงเลย หรืออาจจะมีแต่น้อยมาก เช่น กลิ่นวานิลลา ผลวานิลลาสังเคราะห์ (สีขาว) พวกนี้ราคาจะถูกกว่ากลุ่มแรกมาก แต่กลิ่นอาจจะไม่เหมือนกลิ่นจริงของวานิลลานั้น

2.3.9.2 ประโยชน์ของวานิลลา

ประโยชน์ของวานิลลา มีดังนี้

1) คุณแลสุขภาพหัวใจ จากการศึกษาพบว่า วานิลลาจำนวนมากส่งผลดีต่อสุขภาพของหัวใจ ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลโดยเฉพาะในหลอดเลือด นอกจากนี้การบริโภควานิลลา ยังมีประโยชน์อย่างมากต่อผู้ที่ประสบปัญหาโรคหัวใจเรื้อรัง หรือเพิ่งได้รับการผ่าตัดหัวใจ

2) การป้องกันโรคมะเร็ง ในฐานะที่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่มีประสิทธิภาพวานิลลามีส่วนร่วมที่สำคัญของการกำจัดอนุมูลอิสระออกจากร่างกาย และมีคุณสมบัติเป็นสารต้านอนุมูลอิสระช่วยป้องกันโรคที่เป็นอันตราย เช่น โรคมะเร็ง ได้ด้วย

3) กระตุ้นภูมิคุ้มกัน วานิลลามีบทบาทสำคัญในการปกป้องเนื้อเยื่อของร่างกาย และการทำงานของเซลล์ มันช่วยป้องกันเนื้อเยื่อและเซลล์จากการทำลาย และช่วยให้ร่างกายของคุณกระตุ้นกระบวนการเจริญเติบโตตามธรรมชาติ

4) ลดการอักเสบ เป็นเวลาหลายศตวรรษที่ผู้คนใช้วานิลลาเพื่อปลดปล่อยประโลม และลดอาการอักเสบ กลิ่นของมันช่วยทำให้คุณผ่อนคลายและรู้สึกดีขึ้นได้

5) ป้องกันสิว สิวเป็นอีกปัญหาผิวที่พบบ่อย วานิลลามีคุณสมบัติด้านเชื้อแบคทีเรียและต่อสู้กับการเกิดสิว จากการศึกษาแสดงให้เห็นว่าคุณสมบัติด้านเชื้อแบคทีเรียของวานิลลา สามารถรักษาโรคติดเชื้อที่ผิวหนัง, ขจัดสิ่งสกปรกและเพิ่มกระบวนการรักษาผิว นอกจากนี้หากใช้เป็นประจำจะช่วยลดรอยแผลเป็นและทำให้ผิวสดใสได้

2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ไอศกรีม เป็นหนึ่งในผลิตภัณฑ์ที่มียอดจำหน่ายสูง ในช่วงที่มีอากาศร้อนของทุกปี จากการสำรวจตลาดไอศกรีมในปี 2558 คาดว่าจะมีมูลค่าทางการตลาดประมาณ 9,000 ล้านบาท หรือเมื่อเทียบกับปีที่ผ่านมา จะมียอดจำหน่ายเพิ่มขึ้นประมาณ ร้อยละ 10 (ศูนย์วิจัยกสิกรไทย, 2558)

หวานเป็นลม แต่ขมเป็นไอศกรีม Jinta Homemade Icecream แปรนด์ไอศกรีมที่อยากดูแลสุขภาพผู้กิน (เดือนเพ็ญ จุ้ยประชา, 2562)

ไอศกรีม เป็นคำที่ราชบัณฑิตยสถานบัญญัติให้ใช้ทับศัพท์ภาษาอังกฤษว่า ‘Ice cream’ แต่คนไทยกลับนิยมเรียกทับศัพท์แบบภาษาอังกฤษ คือ ไอศกรีมหรือบางทีก็เรียกง่ายๆ เป็น “ไอติม” เสียเลย จุดกำเนิดของไอศกรีมเริ่มที่ประเทศอิตาลีในราวคริสต์ศตวรรษที่ 16 โดยมีวิวัฒนาการมาจากการเติมน้ำนมลงในน้ำแข็งแท่ง จึงได้ชื่อว่า Ice cream ในบ้านเราได้กำหนดให้ไอศกรีมเป็นอาหารควบคุมเฉพาะและมีอักษรย่อของผลิตภัณฑ์ว่า “อ” ตามพระราชบัญญัติอาหารปี พ.ศ. 2522 (วิสิฐ จะวะสิตม, 2537)

ไอศกรีม คือผลิตภัณฑ์นมแช่แข็ง ประกอบด้วยผลิตภัณฑ์จากนม น้ำตาล น้ำ และสารปรุงแต่งกลิ่นและรสอาจมีการเติมไข่ผลิตภัณฑ์จากไข่และสารให้ความคงตัวไอศกรีมและผลิตภัณฑ์ประเภทไอศกรีม จัดเป็นอาหารหวานประเภทแช่แข็ง ไอศกรีมสันนิษฐานว่ามีวิวัฒนาการมาจากพฤติกรรมการบริโภคของชาวจีนซึ่งบริโภค ขนมหวานใส่น้ำแข็งโดยการผสมหิมะกับผลไม้หรือน้ำผลไม้วัฒนธรรมการบริโภคนี้ได้แพร่หลาย เข้าไปในยุโรปในปลายปี ค.ศ.13 ต่อมามีการเติมน้ำนมลงไปมีการดัดแปลงและพัฒนาเรื่อยมา จนกลายเป็นผลิตภัณฑ์ไอศกรีมจนถึงปัจจุบัน (Varnam and Sutherland, 1994)

ไอศกรีม คือ ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากอิมัลชัน (emulsion) ของไขมันและโปรตีน พร้อมด้วยส่วนประกอบอื่นที่เหมาะสม ซึ่งผ่านการฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ด้วยความร้อน นำมาปั่นหรือกวนและทำให้แข็ง ซึ่งไอศกรีมจัดเป็นอาหารควบคุมเฉพาะ ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 222) พ.ศ.2544 เรื่อง ไอศกรีม จะต้องมีความปลอดภัยตามที่กฎหมายกำหนด รวมทั้งวิธีการผลิต เครื่องมือเครื่องใช้ในการผลิต และการเก็บรักษาอาหาร (กระทรวงสาธารณสุข, 2544)

อีกงานวิจัยหนึ่งให้ผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจ 60 ราย แบ่งเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มแรกบริโภคน้ำมันปลาที่ทำจากปลาแซลมอนแอตแลนติก 100 เปอร์เซ็นต์ กลุ่มถัดมาบริโภคน้ำมันเรปซีด (Rapeseed) 100 เปอร์เซ็นต์ และกลุ่มสุดท้ายบริโภคน้ำมันปลาและน้ำมันเรปซีดรวมกันอย่างละ 50 เปอร์เซ็นต์ หลังผ่านไป 6 สัปดาห์พบว่า กลุ่มที่บริโภคน้ำมันปลาแซลมอนมีระดับไขมันไตรกลีเซอไรด์ลดลงและมีสารที่เกี่ยวข้องกับการอักเสบภายในหลอดเลือดลดลงอย่างมีนัยสำคัญเมื่อเทียบกับกลุ่มที่เหลือ (กรมการประมง, 2522)

บทที่ 3
รายละเอียดการปฏิบัติงาน

3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ

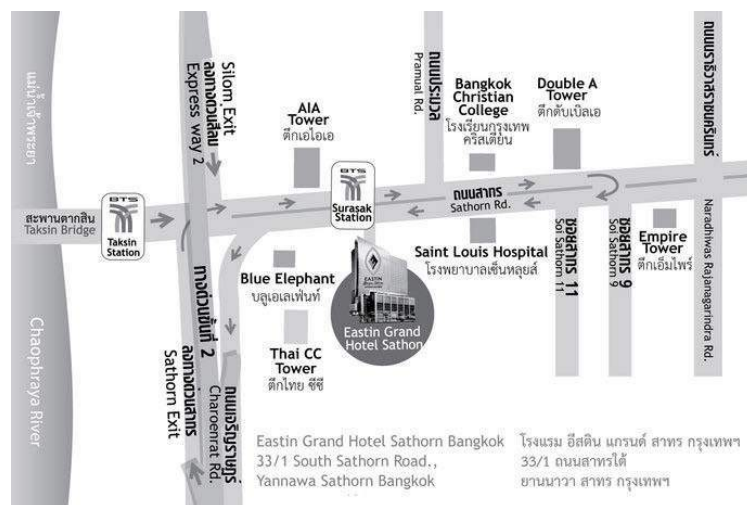
ชื่อสถานประกอบการ: Eastin Grand Hotel Sathorn
สถานที่ตั้ง: 33/1 ถนน สาทรใต้ แขวง ยานนาวา เขต สาทร กรุงเทพมหานคร
โทรศัพท์: 02 210 8100
เว็บไซต์: www.eastinhotelsresidences.com
อีเมลล์: rsvn@eastingrandsathorn.com



รูปที่ 3.1 โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร
ที่มา : www.eastinhotelsresidences.com



รูปที่ 3.2 โลโก้โรงแรม อีสติน แกรนด์ สาทร
ที่มา : www.eastinhotelsresidences.com



รูปที่ 3.3 แผนที่การเดินทางมาโรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร

ที่มา : www.thai-tour.com

3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลักดันการให้บริการหลักขององค์กร

โรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร เป็นโรงแรมระดับ 4.5 ดาว เปิดเมื่อวันที่ 4 พฤษภาคม 2555 เจ้าของโรงแรม คือ คุณศิริกาญจน์ พาสน์ เจ้าของเดียวกับบริษัท บีทีเอส กรุ๊ป โฮลดิ้งส์ จำกัด (มหาชน) เป็นโรงแรมภายใต้การบริหารของ Absolute Hotel Services ซึ่งดูแลและบริหารโรงแรมภายใต้แบรนด์ Eastin Hotel & Residences และ U Hotel & Resorts และให้ Mr. John Westoby เป็นผู้ดูแลและบริหารโรงแรมหรูห้าชั้นนำแห่งหนึ่งในกรุงเทพฯ ให้บริการห้องพักระดับ ดีลักซ์ตั้งอยู่ใจกลางเมืองในย่านธุรกิจสาทร ไม่ห่างจากแม่น้ำเจ้าพระยา ใกล้ทางด่วนที่สามารถเดินทางไปยังสนามบินนานาชาติสุวรรณภูมิและระบบรถไฟฟ้าที่สถานีสุรศักดิ์

โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ให้บริการห้องพักพร้อมทั้งสิ้น 390 ห้อง แบ่งเป็น 5 ประเภท มีขนาดตั้งแต่ 32-76 ตาราง เมตร มีบริการฟรีอินเทอร์เน็ตไร้สาย(Wi-Fi) และโทรทัศน์จอแบนพร้อมช่องรายการระบบเคเบิล และดาวเทียมตลอด 24 ชั่วโมงอุปกรณ์ชงชาและกาแฟ ตู้นิรภัยส่วนตัว ห้องน้ำ มีฝักบัวน้ำอุ่น ทั้งยังครบครันด้วย สิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆภายในโรงแรม มีบริการห้องอาหารทั้งหมด 4 แห่ง ประกอบด้วย Executive Lounge, ห้องอาหาร The Glass House ให้บริการอาหารบุฟเฟต์นานาชาติ ห้องอาหารจีน Chef man และห้องอาหารอิตาเลียน Luce และให้บริการบาร์ 2 แห่ง ประกอบด้วย Luce Pool Bar และ Swizzles นอกจากนี้โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ยังมีบริการ ห้องประชุมและ จัดเลี้ยง, บริการซักรีด/ซักแห้งศูนย์บริการธุรกิจ บริการแลกเปลี่ยนเงินตราต่างประเทศ

3.2.1 ห้องพัก

โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ให้บริการห้องพักรวมทั้งสิ้น 390 ห้อง แบ่งเป็น 5 ประเภท ดังนี้

1) Superior sky rooms

จำนวน 302 ห้อง เป็นห้องพักสำหรับ 2 คน ขนาด 32.0 ตรม. ประเภท 1 เตียงใหญ่ หรือ 2 เตียงเดี่ยว พร้อมวิวเมือง ดังรูปที่ 3.4



รูปที่ 3.4 ห้อง Superior sky rooms

ที่มา : <https://www.skyscanner.co.th>

2) ห้อง Executive Superior sky rooms

จำนวน 55 ห้อง พักได้สูงสุด 3 คน 1 เตียงคิงไซส์ หรือ 2 เตียงเดี่ยว ห้องพักขนาด 32 ตารางเมตร พร้อมวิวเมือง สิทธิพิเศษห้องพักระดับเอ็กเซ็กคิวทีฟ การใช้เอ็กเซ็กคิวทีฟเลาจน์ อาหารเช้าแบบบุฟเฟต์อาหารทานเล่น อินเทอร์เน็ตในเลาจน์ และการเช็คอินแยกต่างหาก ดังรูปที่ 3.5



รูปที่ 3.5 ห้อง Executive Superior sky rooms

ที่มา : <https://www.skyscanner.co.th/hotels/thailand>

3) ห้อง Executive Deluxe rooms

จำนวน 22 ห้อง พักได้สูงสุด 3 คน เต็มถึง ขนาดห้องพักกว้าง 43 ตารางเมตร ห้องพักจะอยู่ตรงหัวมุมตึกจะสามารถมองเห็นวิวของรถไฟฟ้า ถนนสาทรและวิวโดยรอบของเมืองกรุงเทพฯที่สวยงามได้อย่างเต็มที่ ภายในห้องพักนั้นจะตกแต่งสไตล์เรียบหรูด้วยเฟอร์นิเจอร์ระดับเกรดเอ พร้อมด้วยห้องอาบน้ำขนาดใหญ่และอ่างอาบน้ำจากุซซี่ มีสิ่งอำนวยความสะดวกมากมาย และยังได้รับสิทธิพิเศษ สามารถเข้าใช้บริการที่เอ็กเซ็กคิวทีฟ เลานจ์ ห้องเอ็กเซ็กคิวทีฟ ดีลักซ์ จำนวน 22 ห้องดังรูปที่ 3.6

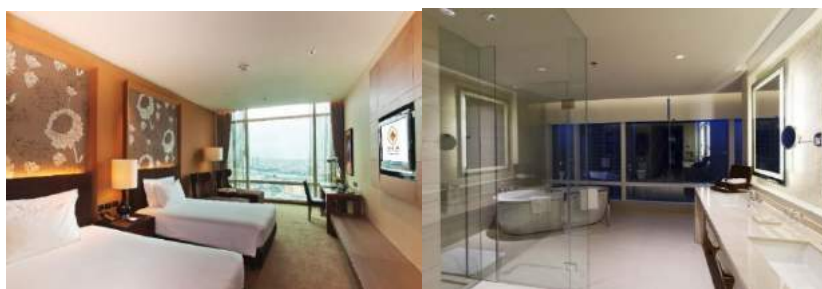


รูปที่ 3.6 ห้อง Executive Deluxe rooms

ที่มา : <https://www.agoda.com>

4) ห้อง Premium Deluxe rooms

มีจำนวน 8 ห้อง ขนาดห้องพักกว้าง 48 ตารางเมตร ห้องพักมีขนาดกว้างขวางมีการแบ่งสัดส่วนพื้นที่ภายในห้องพักได้อย่างลงตัว พร้อมด้วยห้องอาบน้ำขนาดใหญ่และอ่างอาบน้ำจากุซซี่ มีอุปกรณ์ความบันเทิงภายในห้องพัก และยังได้รับสิทธิพิเศษ สามารถเข้าใช้บริการที่ เอ็กเซ็กคิวทีฟ เลานจ์ สามารถรับประทานอาหารเช้าที่เลานจ์ รับชา กาแฟ เครื่องดื่มไร้แอลกอฮอล์ และขนมคบเคี้ยว ฟรีตลอดทั้งวัน สำหรับบาร์จะเปิดให้บริการ ไวน์ เบียร์ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตั้งแต่เวลา 17.30-19.30 ห้องพรีเมียม ดีลักซ์ จำนวน 8 ห้องดังรูปที่ 3.7



รูปที่ 3.7 Premium Deluxe rooms

ที่มา : <https://images.app.goo.gl/kUbKSKmEMtAgtoBv7>

5) ห้อง Junior rooms

มีจำนวน 3 ห้อง ขนาดห้องกว้าง 76 ตารางเมตร ห้องพักมีขนาดใหญ่มีการแบ่งสัดส่วนพื้นที่ภายในห้องพักได้อย่างลงตัวและเพิ่มความเป็นส่วนตัวให้ท่านที่เข้ามาพักด้วยห้องนั่งเล่น ที่แบ่งส่วนมาจากห้องนอน ห้องน้ำมีขนาดใหญ่แต่งด้วยหินอ่อน เหมาะสำหรับท่านที่เดินทางมาเป็นครอบครัว ดังรูปที่ 3.8



รูปที่ 3.8 ห้อง Junior rooms

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

3.2.2 ห้องอาหาร

ห้องอาหารโรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร มี 4 ห้องอาหาร ดังนี้

1) ห้องอาหาร The Glass House

บริการอาหารรสชาติทั้งแบบเอเชียและตะวันตก ในราคาคุ้มค่าตลอดวัน เลือกอื้อมอ่อยกับบุฟเฟต์หลากหลายหรือเลือกสรรตามเมนูพร้อมบริการเครื่องดื่ม ค็อกเทลนานาชาติ และไวน์ชั้น ดีจากทั่วโลกและผลิตเพลิ้นไปกับการชมพ็อครัวปรุงอาหารแบบครัวเปิดในบรรยากาศการตกแต่งสไตล์โมเดิร์นบนชั้น 5 ของโรงแรมฯ ดังรูปที่ 3.9



รูปที่ 3.9 ห้องอาหาร The Glass House

ที่มา : http://img.painaidii.com/images/20130829_3_1377758485_699020.jpg

2) ห้องอาหาร Blunos

เป็นร้านอาหารที่ใช้ชื่อตาม Chef Martin Blunos เชฟชาวอังกฤษชื่อดังจากการได้รับมิชลินสตาร์ถึง 2 ดาว ที่ประเทศอังกฤษ ด้วยบรรยากาศของร้านที่อยู่บริเวณที่เดียวกับสระว่ายน้ำ ในโรงแรม เชฟเลือกที่จะครีเอทเมนูสไตล์ Classic Comfort Food อาหารทานง่าย สบายๆ เหมาะกับการแบ่งทานหลายคน และยังเลือกใช้วัตถุดิบที่หาได้จากที่นี่เป็นหลักโดยทุกเมนูจะเป็น สไตล์ โฮมเมด ไม่ซับซ้อน ทานได้ง่าย แต่เน้นพิถีพิถัน ใส่ใจในรายละเอียดและความสมดุลของรสชาติเป็นหลัก ดังรูปที่ 3.10



รูปที่ 3.10 ห้องอาหาร Blunos

ที่มา : <https://web.facebook.com/EastinGrandSathorn/posts/>

3) ห้องอาหาร Chefman

ลิ้มรสอาหารจีนแท้สูตรต้นตำรับปรุงด้วยวัตถุดิบชั้นดีในบรรยากาศห้องอาหารจีนแบบร่วมสมัย บนชั้น 3 ของโรงแรมฯ ซึ่งสามารถเดินทางได้อย่างสะดวกด้วยทางเชื่อมต่อโดยตรงจากสถานีรถไฟฟ้าสุรศักดิ์ ดังรูปที่ 3.11



รูปที่ 3.11 ห้องอาหาร Chefman

ที่มา : <http://www.2madames.com/chef-man-eastin-grand-sathorn/>

4) ห้องอาหาร Executive Lounge

บริการพิเศษเอกสิทธิ์แก่ผู้เข้าพักห้องเอ็กsekคิวทีฟ (Executive Room) อาทิเชคอินและเชคเอาท์เป็นส่วนตัว อาหารเช้าอาหารว่างระหว่างวัน ค็อกเทลในช่วงเย็น และสิทธิการใช้ห้องประชุมย่อย ฯลฯ เป็นต้น พร้อมชมวิวมหานครในมุมสูง ณ ชั้น 32 ของโรงแรม เปิดบริการตั้งแต่ 6.00 – 22.00 น. ดังรูปที่ 3.12



รูปที่ 3.12 ห้องอาหาร Executive Lounge

ที่มา : <https://s-ec.bstatic.com/images/hotel>

3.2.3 ห้องจัดเลี้ยง

ห้องจัดเลี้ยงของโรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร มีจำนวนทั้งหมด 10 ห้อง ดังนี้

1) ห้องจัดเลี้ยงสุรศักดิ์ บอลรูม

ตั้งอยู่ที่ชั้น 11 ของโรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ห้องจัดเลี้ยงมีขนาดกว้าง 612 ตารางเมตร เหมาะสำหรับการจัดงานแต่งงานและงานเลี้ยงขนาดใหญ่ ดังรูปที่ 3.13



รูปที่ 3.13 ห้องสุรศักดิ์ บอลรูม

ที่มา : <https://www.weddinglist.co.th/blog/eastin-grand-hotel-sathorn/>

2) ห้องจัดเลี้ยงราชดำริ ศาลาแดง และ ช่องนนทรี

มีห้องจัดเลี้ยงทั้ง 3 ห้องนี้ตั้งอยู่ที่ชั้น 12 ของโรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร สามารถรองรับลูกค้าได้ถึง 100 ท่านเหมาะสำหรับจัดงานเลี้ยงและประชุมขนาดกลาง ดังรูปที่ 3.14



รูปที่ 3.14 ห้องจัดเลี้ยงราชดำริ ศาลาแดง และ ช่องนนทรี

ที่มา : <https://www.weddinglist.co.th/blog/รวมโรงแรมติดรถไฟฟ้า/>

3) ห้องจัดเลี้ยงสาทร และ สยาม

ห้องจัดเลี้ยงทั้ง 2 ห้องนี้ตั้งอยู่ที่ชั้น 12 มีขนาด 30.72 ตารางเมตร สามารถรองรับลูกค้าได้ 10-12 ท่าน เป็นห้องขนาดเล็กและเหมาะสำหรับจัดเป็นห้องประชุม ดังรูปที่ 3.15



รูปที่ 3.15 ห้องจัดเลี้ยงสาทร และ สยาม

ที่มา: <https://web.facebook.com/EastinGrandSathorn/posts>

4) ห้องจัดเลี้ยงวุฒิภาส โพนินมิตร และ วงเวียนใหญ่

ห้องจัดเลี้ยงทั้ง 2 ห้องนี้ตั้งอยู่ที่ชั้น 33 มีขนาด 47.6 ตารางเมตร เป็นห้องจัดเลี้ยงขนาดเล็กตกแต่งอย่างหรูหรา รองรับลูกค้าได้ 25 ท่าน เหมาะสำหรับงานจัดเลี้ยงขนาดเล็ก พบปะสังสรรค์หรือเจรจาทางธุรกิจที่ต้องการความเป็นส่วนตัว ดังรูปที่ 3.16



รูปที่ 3.16 ห้องจัดเลี้ยงวุฒิภาส โพนินมิตร และ วงเวียนใหญ่

ที่มา: <https://web.facebook.com/EastinGrandSathorn/posts>

5) ห้องจัดเลี้ยงกรุงธนบุรี

ตั้งอยู่ที่ชั้น 33 มีขนาด 115.6 ตารางเมตรสามารถรองรับลูกค้าสูงสุด 80 ท่านเนื่องจากเป็นห้องจัดเลี้ยงที่อยู่ชั้นบนสุดของโรงแรมทำให้สามารถมองเห็นวิวโดยรอบได้แบบพาโนรามา เหมาะสำหรับงานจัดเลี้ยงขนาดกลางและต้องการความเป็นส่วนตัว ดังรูปที่ 3.17



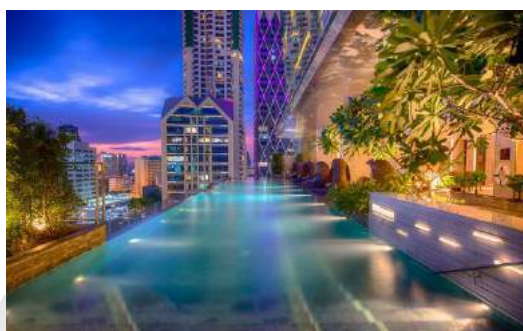
รูปที่ 3.17 ห้องจัดเลี้ยงกรุงธนบุรี

ที่มา: <https://web.facebook.com/EastinGrandSathorn/posts>

3.2.4 สิ่งอำนวยความสะดวก

1) สระว่ายน้ำ

สระว่ายน้ำตั้งอยู่ชั้นที่ 14 ของโรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร บรรยากาศดี แสงร่มรื่นเย็นสบายเหมาะแก่การพักผ่อน สระว่ายน้ำนี้มีทั้งสระสำหรับเด็กและสระสำหรับผู้ใหญ่ เพลิดเพลินกับการชมวิวของถนนสาทรและวิวดิครดไฟฟ้าได้ในขณะว่ายน้ำ มีเตียงไว้บริการ สำหรับนอนอาบแดดสำหรับลูกค้าที่เข้ามาใช้บริการของโรงแรม บริเวณใกล้เคียงมีห้องอาหาร Blunos และ Luce pool bar ดังรูปที่ 3.18



รูปที่ 3.18 สระว่ายน้ำ

ที่มา : <https://www.booking.com/hotel/th/eastin-grand-sathorn.th.html>

2) ฟิตเนส เซ็นเตอร์

ตั้งอยู่ที่ชั้นที่ 14 ของโรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร จะอยู่ใกล้กับสระว่ายน้ำ มีเครื่องออกกำลังกายหลากหลายชนิดที่ทันสมัยบริการ สามารถใช้บริการสระว่ายน้ำและฟิตเนสได้ตลอดทั้งวัน โดยการเข้ามาใช้บริการเพียงแค่ออกชื่อและหมายเลขห้องพักของลูกค้ากับพนักงานที่ดูแลสามารถเข้าใช้บริการได้ตลอดทั้งวัน ฟิตเนส เซ็นเตอร์ จำนวน 1 ห้อง ดังรูปที่ 3.19

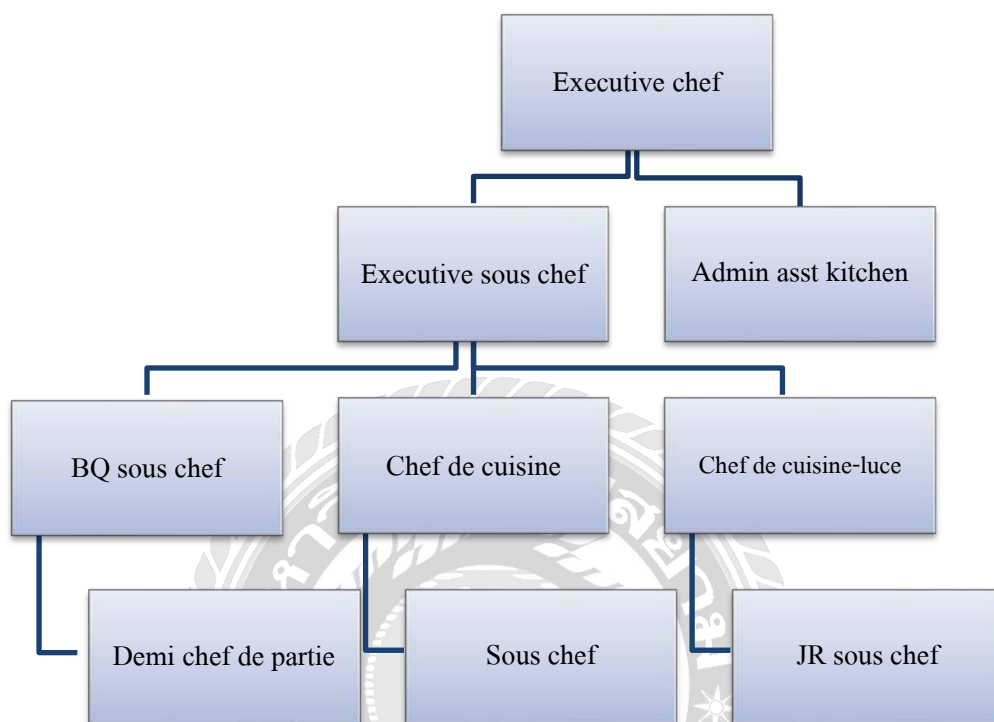


รูปที่ 3.19 ฟิตเนส

ที่มา : <http://www.hotelsthailand.com/thailand/bangkok/eastin-grand-hotel-sathorn.html>

3.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร

รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร แผนกครัว โรงแรมอีสตินแกรนด์
สาทร ดังรูปที่ 3.20



รูปที่ 3.20 โครงสร้างองค์กร

ที่มา: ผู้จัดทำ, (2562)

3.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ผู้จัดทำได้รับมอบหมาย ดังรูปที่ 3.21



รูปที่ 3.21 นักศึกษาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ที่มา: ผู้จัดทำ, (2562)

ชื่อ-นามสกุล :

นางสาวศรินทร์ภัทร ศรีวะวงศ์

ตำแหน่ง :

Trainee

แผนก :

Cold Kitchen

รายละเอียดการปฏิบัติงาน :

หั่นผลไม้และทำอาหารค็อกเทล

ดูแลอาหารบนห้องอาหาร Executive lounge

3.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา ดังรูปที่ 3.22



รูปที่ 3.22 พนักงานที่ปรึกษา

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

ชื่อ-นามสกุล: คุณเรืองสิทธิ์ เมืองจันทร์

ตำแหน่ง : BQ Sous Chef

แผนก : BQ Kitchen

3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ระยะเวลา : ตั้งแต่วันที่ 15 พฤษภาคม ถึงวันที่ 25 สิงหาคม 2562

ช่วงเวลาทำงาน : ตั้งแต่เวลา 10.00 น. ถึงเวลา 20.00 น.

3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ขั้นตอนการดำเนินโครงการเรื่อง ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน มีขั้นตอนและวิธีการดังนี้

3.7.1 รวบรวมข้อมูล ผู้จัดทำได้สังเกตเห็นปัญหาและจัดรวบรวมข้อมูลจากการปฏิบัติงาน

3.7.2 ศึกษาข้อมูลโครงการ กำหนดหัวข้อศึกษาหาข้อมูลต้นเหตุปัญหาและความเป็นไปได้

3.7.3 วิเคราะห์ข้อมูล โดยการนำข้อมูลปัญหาและการปฏิบัติงานจริงมาวิเคราะห์ข้อมูล

3.7.4 จัดทำโครงการ นำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาจัดทำอย่างเป็นขั้นตอน

3.7.5 สรุปผลโครงการ นำผลการจัดทำมาสรุปและวิเคราะห์ปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น

ขั้นตอนการดำเนินโครงการไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน แสดงตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 แสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของโครงการ

ขั้นตอนในการดำเนินงาน	เดือน			
	พฤษภาคม	มิถุนายน	กรกฎาคม	สิงหาคม
1.รวบรวมข้อมูล	←————→			
2.ศึกษาข้อมูลโครงการ	←————→	←————→		
3.วิเคราะห์ข้อมูล		←————→	←————→	
4.จัดทำโครงการ		←————→	←————→	
5.สรุปผลโครงการ			←————→	←————→

ที่มา: ผู้จัดทำ, (2562)

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

4.1 รายละเอียดการปฏิบัติงาน

การได้เข้าร่วมโครงการสหกิจศึกษาของมหาวิทยาลัยสยามนั้น ทำให้ทราบและได้รับความรู้ต่างๆมากมาย รวมถึงได้รับทักษะต่างๆ ด้านอาหารเครื่องดื่มและบริการ ผู้จัดทำได้รับความรู้เพิ่มเติมมากมายนอกเหนือจากการเรียนรู้ภายในห้องเรียน เช่น การจัดแต่งอาหาร การจัดแต่งจานอาหาร การทำน้ำสลัดประเภทต่างๆ การใช้ภาษาอังกฤษในการสื่อสารงาน การบริการอาหารแก่ลูกค้าในงานเลี้ยงจำนวนมาก และอาหารสำหรับลูกค้าVIP การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าและเรียนรู้ในระบบโรงแรม ส่งผลให้ผู้จัดทำมีประสบการณ์และความรู้ในการทำงานมากยิ่งขึ้น โดยในขณะที่ได้ปฏิบัติงานสหกิจนั้น ได้มีการทดลองทำโครงการ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน และผลที่ได้รับเป็นไปตามวัตถุประสงค์ดังนี้

4.1.1 วัตถุประสงค์และขั้นตอนการทำไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน

วัตถุประสงค์และขั้นตอนการทำไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

4.1.1.1 วัตถุประสงค์และขั้นตอนการทำไอศกรีมแชลมอน

วัตถุประสงค์และขั้นตอนการทำไอศกรีมแชลมอน แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1) วัตถุประสงค์ไอศกรีมแชลมอน แสดงดังรูปที่ 4.1



รูปที่ 4.1 ส่วนผสมไอศกรีมแชลมอน

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

1.1) แคลมอน	60	กรัม
1.2) นม	1/4	ถ้วยตวง
1.3) ครีม	3/4	ถ้วยตวง
1.4) ไข่ขาวของไข่ไก่	1	ฟอง
1.5) น้ำตาลทราย	1/4	ถ้วยตวง
1.6) กลูโคส	2	ช้อนโต๊ะ
1.7) เกลือเล็กน้อย		
1.8) สีแดงหรือส้ม		

2) ขั้นตอนการทำไอศกรีมแคลมอน

2.1) เตรียมส่วนผสมนม 1/4 ถ้วยตวง กับครีม 3/4 ถ้วยตวง คนให้เข้ากันแล้วพักไว้ ดังรูปที่ 4.2



รูปที่ 4.2 เตรียมส่วนผสมนมและครีม
ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.2) ต้มหม้อใส่นม 1 ถ้วยตวง ใส่ไข่ขาวของไข่ไก่ 1 ฟอง น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ กลูโคส 2 ช้อนโต๊ะ และใส่เกลือเล็กน้อย ดังรูปที่ 4.3



รูปที่ 4.3 ต้มหม้อใส่นม
ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.3) คนส่วนผสมให้เข้ากันดีแล้วนำไปตั้งไฟกลาง เมื่อส่วนผสมเริ่มร้อน ให้ใส่ไข่ขาวลงไปแล้วคนจนสุก คนต่อจนส่วนผสมเริ่มข้นขึ้นเป็นครีม ดังรูปที่ 4.4



รูปที่ 4.4 นำไปตั้งไฟ

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.4) ที่ส่วนผสมที่ได้ผ่านกระชอนกรองลงไปนในซามที่ผสมนมกับครีมที่เตรียมไว้ จากนั้นใส่สีแดงเพื่อแต่งสีให้เข้มข้น คนส่วนผสมให้เข้ากันแล้วพักทิ้งไว้ ดังรูปที่ 4.5



รูปที่ 4.5 คนส่วนผสมให้เข้ากัน

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

4.1.1.2 วัตถุดิบและขั้นตอนการทำไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว

วัตถุดิบและขั้นตอนการทำไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว แบ่งออกเป็น 2 ส่วน

ดังนี้

1) วัตถุดิบไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว แสดงดังรูปที่ 4.6



รูปที่ 4.6 ส่วนผสมไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

1.1) นม	1/4	ถ้วยตวง
1.2) ครีม	3/4	ถ้วยตวง
1.3) วานิลลา	1	ช้อนโต๊ะ
1.4) น้ามะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
1.5) ไข่แดงของไข่ไก่	3	ฟอง
1.6) น้ำตาลทราย	1/4	ถ้วยตวง
1.7) กลูโคส	2	ช้อนโต๊ะ
1.8) เกลือเล็กน้อย		

2) ขั้นตอนการทำไอศกรีมครัสตาร์ดมะนาว

2.1) เตรียมส่วนผสมใส่นม 1/4 ถ้วยตวง และครีม 3/4 ถ้วยตวง พัก

ไว้ ดังรูปที่ 4.7



รูปที่ 4.7 เตรียมส่วนผสมใส่นม

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.2) ใส่น้ำมะนาว 2 ช้อนโต๊ะ และวานิลลา 1 ช้อนชา จากนั้นคน

ให้เข้ากัน พักทิ้งไว้ ดังรูปที่ 4.8



รูปที่ 4.8 ใส่มะนาวและวานิลลา

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.3) ตั้งหม้อไส่สนม 1 ถ้วยตวง ไส่ไข่แดง 3 ฟอง กลูโคส 2 ช้อน
โต๊ะ น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะและไส้เกลือเล็กน้อย คนให้เข้ากัน ดังรูปที่ 4.9



รูปที่ 4.9 ตั้งหม้อไส่ส่วนผสม

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

ดังรูปที่ 4.10

2.4) ตั้งไฟกลาง คอยคนจนส่วนผสมเริ่มร้อนและขึ้นขึ้น



รูปที่ 4.10 ตั้งไฟกลาง

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.5) เทส่วนผสมนมอุ่นลงไปในชามที่เตรียมไว้ คนให้เข้ากันแล้ว
พักไว้ให้เย็น ดังรูปที่ 4.11



รูปที่ 4.11 เทส่วนผสมรวมกัน

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.6) นำส่วนผสมไอศกรีมแชลมอน และไอศกรีมกัสตาร์ดมะนาว
เก็บใส่กล่องแยกกันไว้ ปิดฝา แช่ในช่องแช่แข็ง แล้วค่อยนำส่วนผสมออกมาคนทุก 30 นาที - 1
ชั่วโมง คอยคนให้ทั่วและแช่แข็งประมาณ 3-4 ชั่วโมง จนส่วนผสมเริ่มจับตัวแข็งขึ้น ดังรูปที่ 4.12



รูปที่ 4.12 เก็บส่วนผสมใส่กล่องแยกกัน

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

2.7) นำไอศกรีมทั้งสองรส มาตัดใส่ภาชนะรวมกันโดยสลับใส่ทีละชั้นให้เป็น 2 สี แล้วแช่แข็งต่ออีกประมาณ 2-3 ชั่วโมง จนกระทั่งส่วนผสมแข็งตัวดี ดังรูปที่ 4.13



รูปที่ 4.13 ตักไอศกรีมใส่ภาชนะ

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

4.2 การคำนวณต้นทุน

การคำนวณต้นทุน ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การคำนวณต้นทุน ไอศกรีมเชลมอน แสดงดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 ตารางคำนวณต้นทุนรายการ ไอศกรีมเชลมอน ต่อจำนวนไอศกรีม 2 ลูก

ลำดับ	ส่วนผสม	ปริมาณ	ราคา/หน่วย	ราคา (บาท)
1	เชลมอน	60 g	69/0.5 kg	$60 \times 69 / 500 = 8.25$ บาท
2	นม	60 ml	12/180 ml	$60 \times 12 / 180 = 4.0$ บาท
3	ครีม	180 ml	175/946 ml	$180 \times 175 / 946 = 33.30$ บาท
4	ไข่ขาว	1 ml	75/30 ml	$30 \times 75 / 30 = 2.50$ บาท
5	น้ำตาลทราย	15 ml	22/1 kg	$15 \times 22 / 1000 = 0.33$ บาท
6	กลูโคส	30 ml	120/1 kg	$30 \times 120 / 1000 = 3.60$ บาท
7	เกลือ	1/2 ช้อนชา	-	-
8	สีผสมอาหาร	3 หยด	-	-
รวมต้นทุน/จำนวนไอศกรีม 2 ลูก				$81.68 / 2 = 40.84$ บาท
ราคาขาย				120 บาท

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

จากตาราง 4.1 สรุปได้ว่าราคาต้นทุนของรายการไอศกรีมเชลมอนต่อจำนวนไอศกรีม 2 ลูก เท่ากับ 40.84 บาท ราคาขาย 120 บาท

ส่วนที่ 2 การคำนวณต้นทุนไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว ดังตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.2 ตารางคำนวณต้นทุนรายการไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว ต่อจำนวนไอศกรีม 2 ลูก

ลำดับ	ส่วนผสม	ปริมาณ	ราคา/หน่วย	ราคา(บาท)
1	มะนาว	10 ml	180/1000 ml	$10 \times 180 / 1000 = 1.80$ บาท
2	นม	60 ml	12/180 ml	$60 \times 12 / 180 = 4.0$ บาท
3	ครีม	180 ml	175/946 ml	$180 \times 175 / 946 = 33.30$ บาท
4	วานิลลา	15 ml	13/28 ml	$15 \times 13 / 28 = 6.96$ บาท
5	ไข่แดง	30 ml	75/30 ml	$3 \times 75 / 30 = 7.50$ บาท
6	น้ำตาลทราย	15 ml	22/1 kg	$15 \times 22 / 1000 = 0.33$ บาท
7	เกลือ	30 ml	120/1 kg	$30 \times 120 / 1000 = 3.60$ บาท
8	เกลือ	ครึ่งช้อนชา	-	-
รวมต้นทุน/จำนวนไอศกรีม 2 ลูก				$57.49 / 2 = 28.75$ บาท
ราคาขาย				120 บาท

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

จากตารางที่ 4.2 สรุปได้ว่าราคาต้นทุนของรายการไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว ต่อจำนวนไอศกรีม 2 ลูก เท่ากับ 28.75 บาท ราคาขาย 120 บาท

ดังนั้นสรุปได้ว่า จากตารางที่ 4.1 ราคาต้นทุนของไอศกรีมแฉลมอน เท่ากับ 40.84 บาท และ จากตารางที่ 4.2 ราคาต้นทุนไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาว เท่ากับ 28.75 บาท ราคาขายจริง เท่ากับ 120 บาท ดังนั้น กำไรเท่ากับ $(120 - 40.84) - 28.75 = 50.41$ บาท

4.3 สรุปผลการดำเนินงาน

ดำเนินการโดยให้พนักงานโรงแรม อีสติน แกรนด์ สาทร จำนวน 30 คน ตอบแบบสอบถามความพึงพอใจ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแฉลมอน แบ่งออกเป็น 2 ส่วนได้แก่

4.3.1 ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม

จากการที่ผู้จัดทำได้ทำโครงการไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแฉลมอนได้มีการจัดทำแบบสอบถามความพึงพอใจของแผนกห้องอาหาร เพื่อนำผลประเมินมาใช้ในการเก็บข้อมูลจำนวนชุด 30 ชุด ทางผู้จัดทำได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายตามลำดับดังตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	12	40.00
	หญิง	18	60.00
	รวม	30	100
อายุ	20-25ปี	8	26.67
	26-30ปี	8	26.67
	31-35ปี	8	26.67
	36 ปีขึ้นไป	6	20.00
	รวม	30	100
แผนก	ครัว	10	33.33
	บริการอาหารและเครื่องดื่ม	5	16.67
	แม่บ้าน	10	33.33
	บริการส่วนหน้า	5	16.67
	รวม	30	100

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

จากตารางที่ 4.3 พบว่าพนักงานที่ตอบแบบสอบถาม เป็นเพศหญิง 18 คนคิดเป็นร้อยละ 60.00 พนักงานในแต่ละแผนกที่ทำงานในโรงแรม อีสติน แกรนด์ สาทร อยู่ในช่วงอายุ 20-25 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 ช่วงอายุ 26-30 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 ช่วงอายุ 31-35 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 พนักงานในแต่ละแผนกที่ทำงานในโรงแรม อีสติน แกรนด์ สาทร อยู่ในแผนกครัว จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 แผนกแม่บ้าน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33

4.3.2 ความพึงพอใจของผู้ทดลองชิม ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน โดยใช้คำร้อยละ
ของผู้ตอบแบบสอบถามและคำนวณค่าเฉลี่ยตามทฤษฎี Descriptives

การวิเคราะห์ข้อมูล ความหมายค่าเฉลี่ย (Mean) ดังนี้

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 4.51 – 5.00 หมายถึง มากที่สุด

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 3.51 – 4.50 หมายถึง มาก

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 2.51 – 3.50 หมายถึง ปานกลาง

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 1.51 – 2.50 หมายถึง น้อย

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 1.00 – 1.50 หมายถึง น้อยที่สุด

ความพึงพอใจของผู้ทดลองชิมไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแซลมอน ดังตารางที่ 4.4



ตารางที่ 4.4 แสดงค่าเฉลี่ยและระดับความพึงพอใจไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน

คุณลักษณะ	มากที่สุด		มาก		ปานกลาง		น้อย		น้อยที่สุด		ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$	(SD)	ความพึงพอใจ
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ			
1.ด้านความสดใหม่	0.00	0.00	8.00	26.67	16.00	53.33	6.00	20.00	0.00	0.00	3.07	0.69	ปานกลาง
2.ด้านรสชาติ	0.00	0.00	0.00	0.00	21.00	70.00	9.00	30.00	0.00	0.00	3.20	0.84	ปานกลาง
3.ด้านความสะอาด	0.00	0.00	27.00	90.00	3.00	10.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.90	0.71	มาก
4.ด้านความสวยงาม	0.00	0.00	4.00	13.33	22.00	73.33	4.00	13.33	0.00	0.00	3.47	0.77	ปานกลาง
5.ด้านเนื้อสัมผัส	0.00	0.00	12.00	40.00	14.00	46.67	4.00	13.33	0.00	0.00	3.40	0.77	ปานกลาง
6.ด้านความแปลกใหม่	3.00	10.00	21.00	70.00	6.00	20.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.07	0.64	มาก

ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

จากตารางที่ 4.4 ผลสำรวจความพึงพอใจพบว่า ความแปลกใหม่ ค่าเฉลี่ย 4.07 และ ด้านความสะอาด ค่าเฉลี่ย 3.90 มีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด รองลงมาเป็น ด้านความสวยงาม ค่าเฉลี่ย 3.47 ด้านเนื้อสัมผัส ค่าเฉลี่ย 3.40 ด้านรสชาติ 3.20 และ ด้านความสดใหม่ ค่าเฉลี่ย 3.07 มีความพึงพอใจในระดับปานกลาง

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลโครงการ

จากการนำเศษเนื้อปลาแชลมอนที่เหลือติดค้างจากการตัดเอาส่วนต่างๆ ไปประกอบอาหารแล้ว มาแปรรูปเป็นไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน โดยศึกษาหาข้อมูลและได้ลงมือปฏิบัติ หลังจากนั้นจึงได้จัดทำแบบประเมินให้กับพนักงานแผนกครัว แผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม แผนแม่บ้าน และ แผนกบริการส่วนหน้า ได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้นสรุปได้ว่าการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอนพบว่าคุณลักษณะด้านความสะอาด มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.90 คะแนน และด้านความแปลกใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.07 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมาก รองลงมาคือความสดใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.07 คะแนน ด้านรสชาติ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.20 คะแนน ด้านความสวยงาม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.47 คะแนน และด้านเนื้อสัมผัส มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.40 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับปานกลาง

5.1.1 ข้อจำกัดหรือปัญหาของโครงการ

- 1) ผู้ตอบแบบสอบถามมีเพียงแค่ 4 แผนก
- 2) ไม่ได้มีการให้ลูกค้าตอบแบบสอบถาม
- 3) เวลาในการทดลองทำเมนูค่อนข้างน้อยเพราะเป็นเวลาในการทำงาน

5.1.2 ข้อเสนอแนะและแนวทางการแก้ไข

- 1) รสชาติและกลิ่นของไอศกรีมแชลมอนยังไม่โดดเด่น
- 2) สียังไม่น่ารับประทานเท่าที่ควร
- 3) การตกแต่งไม่สวยงาม

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจ

5.2.1 ข้อดีของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

- 1) ฝึกความอดทนในการทำงานร่วมกับคนอื่น
- 2) เรียนรู้การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าเมื่อเกิดขึ้นในขณะปฏิบัติงาน
- 3) ได้มีการใช้ภาษาอังกฤษในการปฏิบัติงานกับเพื่อนร่วมงานและลูกค้ามากกว่าการเรียนในมหาวิทยาลัย

4) เรียนรู้วิธีการวางแผนงานอย่างเป็นระบบเพื่อให้เกิดความเรียบร้อยในการปฏิบัติงาน

5.2.2 ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

- 1) ภาษาอังกฤษที่ใช้ในการสื่อสารยังไม่ดีเท่าที่ควร
- 2) ยังไม่สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ดีเท่าที่ควร

5.2.3 ข้อเสนอแนะและแนวทางการแก้ไขปัญหา

- 1) พยายามใช้ภาษาในการทำงานให้มากขึ้น
- 2) ทำงานตามแบบแผนเพื่อความเป็นระบบ
- 3) แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าให้รอบคอบ



บรรณานุกรม

- กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *จำแนกประเภทของไอศกรีมโดยทั่วไปออกเป็น 4 ชนิด*. เข้าถึงได้จาก <http://www.elearning.psu.ac.th>
- เดือนเพ็ญ จัยประชา. (2562). *หวานเป็นลม แต่ขมเป็นไอศกรีม*. เข้าถึงได้จาก <https://adaymagazine.com/author/anness/>
- ทองยศ อนะกะเวียง. (2530). *ผลิตภัณฑ์นม*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- น้ำมันปลาแซลมอนบำรุงสมองเพิ่มความจำปกป้องหัวใจหลอดเลือดต่อต้านมะเร็ง. (ม.ป.ป.). เข้าถึงได้จาก <http://www.bode.co.th/knowledge/salmon-oil>
- เบญจพร มีเกาะ. (2549). *51 สูตรไอศกรีมยอดนิยม*. กรุงเทพฯ: ไทยควอลิตี้บุ๊กส์.
- ปลาแซลมอน อาหารจานโปรดกับประโยชน์ต่อสุขภาพ. (ม.ป.ป.). เข้าถึงได้จาก <https://www.pobpad.com/>
- ศุภฤกษ์ ไทยอุดม. (2550). ผลของสัดส่วนไขมันนมต่อเนื้อ นมมันถั่วเหลืองและเวลาในการตีปั่น ไอศกรีมต่อคุณภาพของไอศกรีมนม. *วารสารสงขลานครินทร์ ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*. 29(1), หน้า 191-204.
- สมลักษณ์ เนาวรัตน์พนมมาส. (2538). *การผลิตและการใช้กลูโคสไซรัปจากสตาร์ชข้าวโพดในไอศกรีม*. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุวิมล กิริติพิบูล. (2543). *ระบบการจัดการและควบคุมการผลิตอาหารให้ปลอดภัย*. กรุงเทพฯ: สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยีไทยญี่ปุ่น.



ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
ตัวอย่างแบบสอบถาม



แบบสอบถาม

แบบสอบถามความพึงพอใจต่อไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน สำหรับพนักงานใน
โรงแรมอิสตินแกรนด์ สาทร

คำชี้แจง: แบบสอบถามฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้เป็นส่วนประกอบในการทำโครงการ สห
กิจศึกษา ให้สำเร็จตามวัตถุประสงค์ ทางผู้จัดทำจึงใคร่ขอความร่วมมือในการกรอกแบบสอบถาม
ด้วยข้อมูลตามความจริง แบบสอบถามแบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความที่ต้องการเพียงคำตอบเดียว

1. เพศ

1.1 ☐ ชาย

1.2 ☐ หญิง

2. อายุ

2.1 ☐ 20-25 ปี

2.2 ☐ 26-30 ปี

2.3 ☐ 31-35 ปี

2.4 ☐ 36 ปี ขึ้นไป

3. แผนก

3.1 ☐ แผนกครัว

3.2 ☐ แผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม

3.3 ☐ แผนกแม่บ้าน

3.3 ☐ แผนกบริการส่วนหน้า

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจต่อไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามระดับความพึงพอใจ

รายการ	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. ความสดใหม่					
2. รสชาติ					
3. ความสะอาด					
4. ความสวยงาม					
5. เนื้อสัมผัส					
6. ความแปลกใหม่					

ข้อเสนอแนะ.....

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ภาคผนวก ข
ภาพการปฏิบัติงาน



ภาพขณะปฏิบัติงาน

การทำเมนูอาหารเพื่อนำไปบริการแก่ลูกค้าในห้องอาหาร Executive lounge



ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

ควบคุมดูแลชั้นบริการอาหารแก่ลูกค้าในงานเลี้ยง



ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

ควบคุมสเตชั่นอาหารในงานจัดเลี้ยงประชุม



ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)

จัดลายผลไม้ในงานเลี้ยง



ที่มา: ผู้จัดทำ, (2562)

ทำอาหาร Breakfast แก่ลูกค้าบนห้องอาหาร Excutive lounge



ที่มา : ผู้จัดทำ, (2562)



ภาคผนวก ค
บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา





ภาคผนวก ง
บทความวิชาการ



กรณีศึกษา: ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแฉลมอน สำหรับโรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร

A Case Study: Ice cream Salmon and lime vanilla custard Used

for Eastin Grand Hotel Sathorn Bangkok

ศรัณย์ภัทร ศรีวะวงศ์

38 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กทม. 10160

ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

Email :Neungeiei11@hotmail.com

บทคัดย่อ

จากแผนกครัวที่ปฏิบัติงานโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร ผู้จัดทำพบว่าเศษของเนื้อปลาแฉลมอนที่ติดก้างปลาเหลือทิ้งจำนวนมาก ผู้จัดทำได้คิดค้นเมนู ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแฉลมอน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างทางเลือกให้กับ โรงแรมในการผลิต ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแฉลมอน และเพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และสร้างสรรค์เมนูใหม่และลดต้นทุนการผลิตโดยได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้นสรุปได้ว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.00 อายุตั้งแต่ 20-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 80.00 และ แผนก ส่วนใหญ่เป็นพนักงานแผนกครัว และ แผนกแม่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 80.00 จากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแฉลมอน พบว่าคุณลักษณะด้านความสะอาด มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.90 คะแนน และด้านความแปลกใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.07 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมาก รองลงมาคือความสดใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.07 คะแนน ด้านรสชาติ มีคะแนน ความพึงพอใจเฉลี่ย 3.20 คะแนน ด้านความสวยงาม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.47 คะแนน และด้าน

เนื้อสัมผัส มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.40 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับปานกลาง

คำสำคัญ : ไอศกรีม คัสตาร์ด มะนาวแฉลมอน วัตถุดิบ โรงแรมอีสติน แกรนด์

Abstract

The kitchen department operates the cooperative education project at the Eastin Grand Hotel Sathorn, the author found that there were a lot of fish left, mainly salmon. The organizer invented a menu item named Custard Lime Salmon Ice Cream with the objective of creating alternatives for the hotel and to use the rest of the raw materials for benefit, create new menu items and reduce production costs. The author distributed 30 satisfaction assessment forms, which could be summarized that most of the respondents were female, 60.00 percent, aged between 20-35 years, 80.00 percent, and most departments were employees in the kitchen and housekeeping section. 80.00 percent accounted from the product satisfaction assessment of Custard Lime Salmon Ice Cream. It was also found that the cleanliness characteristics had an average satisfaction score of 3.90 and novelty with an average satisfaction

rating of 4.07 points, which is at a high level of satisfaction. Next was freshness with an average satisfaction score of 3.07 points, for taste, an average satisfaction score of 3.20 points, for beauty an average satisfaction score of 3.47 points, and texture with an average satisfaction score of 3.40, a moderate level of satisfaction.

Keywords: Ice cream, custard, lime, salmon, raw material, Eastin Grand Hotel

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันธุรกิจโรงแรมในประเทศไทยมีการขยายตัวเติบโตอย่างรวดเร็วเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภค มีนักธุรกิจสนใจลงทุนทำธุรกิจโรงแรมกันมากขึ้น โรงแรมจึงถือเป็นธุรกิจแขนงหนึ่งที่ส่งผลให้เกิดการขยายตัวด้านการคมนาคมและการท่องเที่ยวซึ่งมีบทบาทที่สำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศไทย โดยรายได้หลักของโรงแรมคือการบริการห้องพักการบริการอาหารและเครื่องดื่ม ซึ่งปัจจัยที่ช่วยให้โรงแรมขยายตัวมากยิ่งขึ้นคือห้องอาหารที่หลากหลายรูปแบบในโรงแรม อาทิ อาหารไทย อาหารจีน และอาหารญี่ปุ่น เป็นต้น จึงทำให้โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ให้ความสำคัญด้านการบริการอาหารเป็นอย่างมาก ให้ความสำคัญตั้งแต่การจัดซื้อวัตถุดิบจนถึงการให้บริการอาหารแก่ลูกค้า โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ส่งซื้อวัตถุดิบเข้ามาใช้ในครัวจำนวนมาก โดยมีแผนกจัดซื้อคอยจัดส่งวัตถุดิบขึ้นมาใช้ในห้องครัว ทั้งของสดและของแห้ง ที่จะจัดจำหน่ายตามประเภทการใช้งานของครัวแต่ละครัว มีการวางแผนการสั่งซื้ออย่างเป็นระบบเพื่อให้สอดคล้องกับความต้องการในใช้วัตถุดิบ จำพวกผักใหม่ให้แก่โรงแรม จึงได้ซื้อสรุปที่จะทำ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอนและผลไม้จะจัดไว้ในห้อง

แช่เย็นเพื่อรักษาความสด ของแห้งจะจัดเก็บในสโตร์แห้งและแบ่งแยกเป็นตามประเภทครัวต่างๆ ของสดจะมีแผนกบุชเชอร์ ดูแลรับผิดชอบ รับของเข้าครัวแบ่งประเภทของเนื้อสัตว์อย่างเป็นระเบียบของทะเลจะแบ่งห้องจัดเตรียมแยกกับเนื้อสัตว์ หากแผนกใดต้องการนำของสดประเภทของสดไปประกอบอาหารจะต้องให้แผนกบุชเชอร์ จัดเตรียมวัตถุดิบให้

ดังนั้น ในการนำวัตถุดิบมาประกอบอาหารทางโรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร ได้คัดสรรวัตถุดิบที่ดีและมีมาตรฐานมอบให้แก่ลูกค้า ซึ่งในแต่ละวันของโรงแรมจะมีการใช้ปลาแชลมอนเป็นจำนวนมาก ซึ่งส่วนใหญ่จะมีการนำไปใช้ประกอบอาหารเกือบทุกส่วนแต่จะมีส่วนที่หลงเหลือติดค้างปลาจำนวนมาก และถูกนำไปทิ้งโดยเสียเปล่า ดังนั้นทางผู้จัดทำจึงคิดค้นและปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษา คิดค้นวิธีการนำเนื้อปลาแชลมอนส่วนที่เหลือทิ้งมาแปรรูปให้เกิดประโยชน์ นำมาปรับใช้ในโรงแรมได้โดยเพิ่มมูลค่าเศษปลาแชลมอนเหลือทิ้งให้กลายเป็นกำไรและเมนูของหวานที่แปลก

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อเป็นการนำปลาแชลมอนเหลือใช้มาสร้างเป็นผลิตภัณฑ์ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน
2. เพื่อศึกษาการยอมรับ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวแชลมอน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้นำของเหลือทิ้งมาคิดค้นให้กลับมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สถานประกอบการ
2. นำของควมมาดัดแปลงให้กลายเป็นของหวานได้อย่างน่าสนใจ
3. เป็นแนวทางใหม่ๆด้านอาหารให้กับโรงแรม

ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

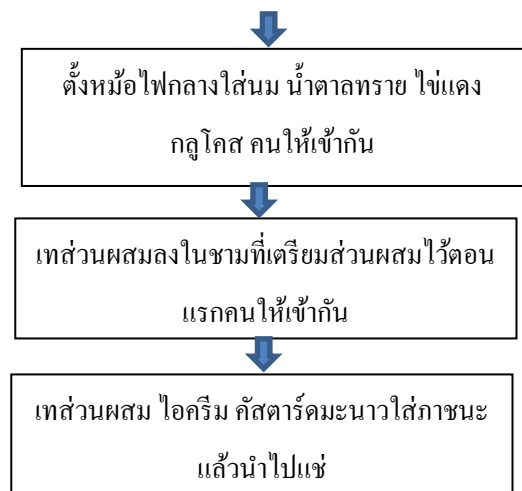
1. รวบรวมข้อมูล ผู้จัดทำได้สังเกตเห็นปัญหาและจัดรวบรวมข้อมูลจากการปฏิบัติงาน
2. ศึกษาข้อมูลโครงการ กำหนดหัวข้อศึกษาหาข้อมูลต้นเหตุปัญหาและความเป็นไปได้
3. วิเคราะห์ข้อมูล โดยการนำข้อมูลปัญหาและการปฏิบัติงานจริงมาวิเคราะห์ข้อมูล
4. จัดทำโครงการ นำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาจัดทำอย่างเป็นขั้นตอน
5. สรุปผลโครงการ นำผลการจัดทำมาสรุปและวิเคราะห์ปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น

วิธีการดำเนินโครงการ

1. ไอศกรีมแชลมอน
 - 1.1 แชลมอน
 - 1.2 นม
 - 1.3 ครีม
 - 1.4 ไข่
 - 1.5 น้ำตาลทราย
 - 1.6 กลูโคส
 - 1.7 เกลือ
 - 1.8 สีผสมอาหาร

2. ไอศกรีมกัสดาร์คมะนาว

- 1.1 มะนาว
- 1.2 นม
- 1.3 ครีม
- 1.4 ไข่
- 1.5 น้ำตาล
- 1.6 กลูโคส
- 1.7 เกลือ
- 1.8 วานิลลา



สรุปผลโครงการ

จากการนำเศษเนื้อปลาแชลมอนที่เหลือติดก้างจากการตัดเอาส่วนต่างๆ ไปประกอบอาหารแล้ว มาแปรรูปเป็นไอศกรีมกัสดาร์คมะนาวแชลมอน โดยศึกษาหาข้อมูลและได้ลงมือปฏิบัติ หลังจากนั้นจึงได้จัดทำแบบประเมินให้กับพนักงานแผนกครัว แผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม แผนแม่บ้าน และ แผนกบริการส่วนหน้า ได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้นสรุปได้ว่าจากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ ไอศกรีมกัสดาร์คมะนาวแชลมอน พบว่าคุณลักษณะด้านความสะอาด มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.90 คะแนน และด้านความแปลกใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.07 คะแนน



ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมาก รองลงมาคือความสดใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.07 คะแนน ด้านรสชาติ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.20 คะแนน ด้านความสวยงาม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.47 คะแนน และด้านเนื้อสัมผัสมีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.40 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับปานกลาง

กิตติกรรมประกาศ

การที่ผู้จัดทำ ได้มาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงเรียนอิสตินแกรนด์ สาทร ตั้งแต่วันที่ 15 พฤษภาคม ถึงวันที่ 30 สิงหาคม 2561 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่างๆที่มีค่ามากมายสำหรับรายงานสหกิจศึกษาลงฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่ายได้แก่คุณ เรืองสิทธิ์ เมืองจันทร์ พนักงานที่ปรึกษาที่ได้คำแนะนำ ตลอดจนให้คำปรึกษาในเรื่องต่างๆ ตลอดช่วงเวลาทำงาน และขอขอบคุณ อาจารย์สุนทร สอนกิจดี อาจารย์ที่ปรึกษาที่ได้ให้คำปรึกษาในเรื่องการทำงานและการทำโครงการสหกิจศึกษา

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตของการทำงานจริง

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงสาธารณสุข. (2544). จำแนกประเภทของไอศกรีมโดยทั่วไปออกเป็น 4 ชนิด. สืบค้นเมื่อ 15 กันยายน 2562, จาก <http://www.elearning.psu.ac.th>
เดือนเพ็ญ จุ้ยประชา. (2562)หวานเป็นลมแต่ ขมเป็นไอศกรีม สืบค้นเมื่อ 18 กันยายน 2562 จาก <https://adaymagazine.com> (มปป) สืบค้นเมื่อ 18 กันยายน 2562

ทองยศ อเนกะเวียง. (2530). ผลิตภัณฑ์นม.

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

กรุงเทพมหานคร หน้า 233

น้ำมันปลาแซลมอนบำรุงสมองเพิ่มความจำ ปกป้องหัวใจหลอดเลือดต่อต้านมะเร็ง.

เบญจพร มีเกาะ. (2549). 51 สูตรไอศกรีม

ยอดนิคม. จาก สำนักพิมพ์ไทยคว

ลิติบุ๊กส์ กรุงเทพฯ หน้า 160

ปลาแซลมอน อาหารจานโปรดกับประโยชน์

ต่อสุขภาพ.(มปป). สืบค้นเมื่อ

20 กันยายน 2562

จาก <https://www.pobpad.com/>

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

กรุงเทพมหานคร หน้า 233

น้ำมันปลาแซลมอนบำรุงสมองเพิ่มความจำ

ปกป้องหัวใจหลอดเลือดต่อต้านมะเร็ง.

(มปป) สืบค้นเมื่อ 18 กันยายน 2562

จาก <http://www.bode.co.th/oil>

เบญจพร มีเกาะ. (2549). 51 สูตรไอศกรีม

ยอดนิคม. จาก สำนักพิมพ์ไทยคว

ลิติบุ๊กส์ กรุงเทพฯ หน้า 160

ปลาแซลมอน อาหารจานโปรดกับประโยชน์

ต่อสุขภาพ.(มปป). สืบค้นเมื่อ

20 กันยายน 2562

จาก <https://www.pobpad.com/>

ศุภฤกษ์ ไทยอุดม. (2550). ผลของสัดส่วน

ไขมันนมต่อน้ำมันถั่วเหลืองและเวลาใน

การตีปั่นไอศกรีมต่อคุณภาพของ

ไอศกรีมนม. วารสารสงขลานครินทร์

ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. ปีที่

29 ฉบับที่ 1 (ม.ค.-ก.พ. 2550) หน้า 191-

204. /

สมลักษณ์ เนาวรัตน์พนมมาศ. (2538). การ

ผลิตและการใช้เกลือโซเดียม

สตาร์ชข้าวโพดใน

ไอศกรีม กรุงเทพฯ. หน้า101

สุวิมล กิริติพิบูล. (2543). ระบบการจัดการ
และควบคุมการผลิตอาหารให้
ปลอดภัย. สำนักพิมพ์ ศ.ศ.พ. สมาคม
ส่งเสริมเทคโนโลยีไทยญี่ปุ่น. หน้า 184





ภาคผนวก จ

โปสเตอร์



ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน

Custard Lime Salmon Ice Cream

ชื่อสถานประกอบการ โรงแรมอิสตินแกรนด์ สาทร

นางสาว สรียภัทร ศรีวงค์ 5804400122

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์สุนทร สอนกิจดี

พนักงานที่ปรึกษา คุณเรืองสิทธิ์ เมืองจันทร์

บทคัดย่อ

จากแผนกครัวที่ปฏิบัติงานโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอิสตินแกรนด์ สาทร ผู้จัดทำพบว่ามีเศษของเนื้อปลาเชลมอนที่ติดก้างปลาเหลือทิ้งจำนวนมาก ผู้จัดทำได้คิดค้นเมนู ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างทางเลือกให้กับโรงแรมในการผลิต ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน และเพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และสร้างสรรค์เมนูใหม่และลดต้นทุนการผลิต โดยได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้นสรุปได้ว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.00 อายุตั้งแต่ 20-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 80.00 และ แผนกส่วนใหญ่เป็นพนักงานแผนกครัวและ แผนกแม่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 80.00 จากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน พบว่าคุณลักษณะด้านความสะอาด มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.90 คะแนน และด้านความแปลกใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.07 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมาก รองลงมาคือความสดใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.07 คะแนน ด้านรสชาติ มีคะแนน ความพึงพอใจเฉลี่ย 3.20 คะแนน ด้านความสวยงาม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.47 คะแนน และด้านเนื้อสัมผัส มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.40 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับปานกลาง

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อเป็นการนำปลาเชลมอนเหลือใช้มาสร้างเป็นผลิตภัณฑ์ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้นำของเหลือทิ้งมาคิดค้นให้กลับมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สถานประกอบการ
2. นำของลวามาดัดแปลงให้กลายเป็นของหวานได้อย่างน่าสนใจ
3. เป็นแนวทางใหม่ๆด้านอาหารให้กับโรงแรม

ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

การได้เข้าร่วมโครงการสหกิจศึกษาของมหาวิทยาลัยสยาม นั้น ทำให้ทราบและได้รับความรู้ต่างๆมากมาย รวมถึงได้รับทักษะต่างๆ ด้านอาหาร เครื่องดื่ม และการบริการ ผู้จัดทำได้รับความรู้เพิ่มเติมมากมายนอกเหนือจากการเรียนรู้ภายในห้องเรียน เช่น การจัดแต่งอาหาร การจัดแต่งจานอาหาร การทำน้ำสลัดประเภทต่างๆ การใช้ภาษาอังกฤษในการสื่อสารงาน การบริการอาหารแก่ลูกค้าในงานเลี้ยงจำนวนมาก และอาหารสำหรับลูกค้าVIP การแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า และเรียนรู้ในระบบโรงแรม ส่งผลให้ผู้จัดทำมีประสบการณ์และความรู้ในการทำงานมากยิ่งขึ้น โดยในขณะที่ได้ปฏิบัติงานสหกิจนั้น ได้มีการทดลองทำโครงการ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน และผลที่ได้รับเป็นไปตามวัตถุประสงค์



สรุปผลโครงการ

จากการนำเศษเนื้อปลาเชลมอนที่เหลือติดก้างจากการตัดเอาส่วนต่างๆไปประกอบอาหารแล้ว มาแปรรูปเป็นไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน โดยศึกษาหาข้อมูลและได้ลงมือปฏิบัติ หลังจากนั้นจึงได้จัดทำแบบประเมินให้กับพนักงานแผนกครัว แผนกบริการอาหาร และเครื่องดื่ม แผนกแม่บ้าน และ แผนกบริการส่วนหน้า ได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้นสรุปได้ว่าจากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ ไอศกรีมคัสตาร์ดมะนาวเชลมอน พบว่าคุณลักษณะด้านความสะอาด มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.90 คะแนน และด้านความแปลกใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.07 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมาก รองลงมาคือความสดใหม่ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.07 คะแนน ด้านรสชาติ มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.20 คะแนน ด้านความสวยงาม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.47 คะแนน และด้านเนื้อสัมผัสมีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 3.40 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับปานกลาง

ภาคผนวก จ
บันทึกการปฏิบัติงาน





ภาคผนวก ข
ประวัติผู้จัดทำ

ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อ-นามสกุล	:	นางสาวศรินทร์ภัทร ศรีวะวงศ์
รหัสนักศึกษา	:	5804400122
ชื่อเล่น	:	หนึ่ง
อายุ	:	22 ปี
Email	:	neungeiei11@hotmail.com
เบอร์โทรศัพท์	:	0886134285
คณะ	:	ศิลปศาสตร์
สาขา	:	การโรงแรม
ที่อยู่	:	74/61 หมู่ 4 ตำบล บางใหญ่ อำเภอบางใหญ่ จังหวัด นนทบุรี 11140
สถานที่ฝึกงาน	:	โรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร กรุงเทพฯ
แผนก	:	ครัว (kitchen)
วันปฏิบัติงาน	:	15 พฤษภาคม 2562 – 30 สิงหาคม 2562

ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อ-นามสกุล : นางสาวศรินย์ภัทร ศรีวะวงศ์
รหัสนักศึกษา : 5804400122
ชื่อเล่น : นิ่ง
อายุ : 22 ปี
Email : neungeiei11@hotmail.com
เบอร์โทรศัพท์ : 0886134285
คณะ : ศิลปะศาสตร์
สาขา : การโรงแรม
ที่อยู่ : 74/61 หมู่ 4 ตำบล บางใหญ่ อำเภอบางใหญ่ จังหวัด
นนทบุรี 11140
สถานที่ฝึกงาน : โรงแรมอีสตินแกรนด์ สาทร กรุงเทพฯ
แผนก : ครีว (kitchen)
วันปฏิบัติงาน : 15 พฤษภาคม 2562 – 30 สิงหาคม 2562