



รายงานการปฏิบัติโครงงานสหกิจศึกษา

เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลต์มยาริवा เซอร์ยา

Riva Surya Herbal Mocktail with Tom Yum Flavored

โดย

นายวรารุณิ ตระกูลวีรศักดิ์ 5704400045

โครงงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา

ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2560

หัวข้อโครงการ เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา
Riva Surya Herbal Mocktail with Tom Yum Flavored
รายชื่อผู้จัดทำ นายวรารุณ ตรีภูมวีสักดิ์ 5704400045
ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์สุนทร สอนกิจดี

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา
ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ ประจำปีการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษาที่
2560

คณะกรรมการสอบโครงการ

.....
คณาจารย์

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์สุนทร สอนกิจดี)

.....
คณาจารย์

.....พนักงานที่ปรึกษา
(คุณวรรณพร ทวีศรีจิรโชติ)

.....
คณาจารย์

.....กรรมการกลาง
(อาจารย์อักร ชนะศิริกุล)

.....
คณาจารย์

.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มารุจ ลิ้มปะวัฒน์)

ชื่อโครงการ: เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา
ชื่อนักศึกษา: นายวราวุฒิ ตระกูลวิรศักดิ์ 5704400045
อาจารย์ที่ปรึกษา: อาจารย์สุนทร สอนกิจดี
ระดับการศึกษา: ปริญญาตรี
ภาควิชา: การโรงแรมและการท่องเที่ยว
คณะ: ศิลปศาสตร
ภาคการศึกษา/ ปีการศึกษา: 3/2560

บทคัดย่อ

จากการที่ได้เข้ารับการปฏิบัติงานโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรมริวาเซอร์ยา กรุงเทพฯ ผู้จัดทำพบว่าเครื่องดื่มมีอกเทลก่อนข้างน้อยผู้จัดทำได้คิดค้นเมนู “เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างทางเลือกให้กับโรงแรมในการผลิต “เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” และเพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ในการเกิดประโยชน์และสร้างสรรค์เมนูใหม่และลดต้นทุนการผลิต

การที่ผู้จัดทำได้ทำ “เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” ออกมาสมบูรณ์ โดยศึกษาหาข้อมูลและได้ลงมือปฏิบัติ หลังจากนั้นจึงได้จัดทำแบบประเมินให้กับพนักงานแผนกครัว และแขกผู้มาใช้บริการโรงแรม ได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้นสรุปได้ว่าการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ “เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” พบว่าคุณลักษณะด้านกลิ่นของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.97 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด รองลงมาคือด้านสีของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.93 คะแนน ด้านความสะอาดของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.03 คะแนน ด้านรสชาติของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน ด้านความชอบโดยรวม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน

คำสำคัญ : เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา

Project Title : Riva Surya Herbal Mocktail with Tom Yum Flavor
By : Mr.Waravut Trakulveerasak
Advisor : Mr.Suntorn Sonkitdee
Degree : Bachelor of Arts
Major : Hotel and Tourism Studies
Faculty : Liberal Arts
Semester / Academic year : 3/2017

Abstract

After participating in co-operative education program at Riva Surya Hotel, Bangkok, the author found few Mocktail menu items. Therefore, "Riva Surya Herbal Mocktail with Tom Yum Flavored" was created. The objective of this study was to create "Riva Surya Herbal Mocktail with Tom Yum Flavored" as an alternative menu item for Riva Surya Hotel and to utilize ingredients for more benefits, new menu item creation, and cost reduction.

"Riva Surya Herbal Mocktail with Tom Yum Flavored" was completely made by the author by studying data and real practice. An evaluation scale was prepared to ask for opinions towards the developed menu item from kitchen staff and hotel guests. 30 copies of surveys were prepared. The evaluation results could be concluded that for satisfaction with the developed menu item, the smell perception combined is 4.97%, with the highest level of satisfaction. It was followed by the color combined is 4.93%. The cleanliness is 4.03%. The taste combined is 4.83% and overall preference combined is 4.83%.

Keywords: Riva Surya Herbal Mocktail with Tom Yum Flavored

Approved by

.....

กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่ผู้จัดทำ ได้มาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพ (Riva Surya) ตั้งแต่วันที่ 14 พฤษภาคม ถึงวันที่ 31 สิงหาคม 2561 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่างๆที่มีค่ามากมายสำหรับรายงานสหกิจศึกษานี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่ายได้แก่คุณวรรณพร ธนศรีจิร โขติ พนักงานที่ปรึกษาที่ได้คำแนะนำตลอดจนให้คำปรึกษาในเรื่องต่างๆ ตลอดช่วงระยะเวลาทำงาน และขอขอบคุณ อาจารย์สุนทร สอนกิจดี อาจารย์ที่ปรึกษาที่ได้ให้คำปรึกษาในเรื่องการทำงานและการทำโครงการสหกิจศึกษา

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตของการทำงานจริงซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ

นายวราวุฒิ ตระกูลวีรศักดิ์

31 สิงหาคม 2561

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง

บทที่ 1 บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ.....	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ.....	2
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ.....	2

บทที่ 2 การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

2.1 น้ำมะนาว.....	3
2.2 พริกชี้ฟ้าแดง.....	10
2.3 ตะไคร้.....	12
2.4 ใบมะกรูด.....	14
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	15

บทที่ 3 รายละเอียดการปฏิบัติงาน

3.1 ชื่อและที่ตั้งสถานประกอบการ.....	17
3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑ์การให้บริการขององค์กร.....	18
3.3 การให้บริการของโรงแรม.....	19
3.4 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร.....	23
3.5 ตำแหน่งงานและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย.....	24
3.6 ชื่อและตำแหน่งงานพนักงานที่ปรึกษา.....	24
3.7 ระยะเวลาปฏิบัติงาน.....	25

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

3.8 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน.....	25
3.9 อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้.....	26
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ	
4.1 ขั้นตอนการทำ เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเต้าหู้ยี้ว้า เซอร์ยา.....	27
4.2 การคำนวณต้นทุนในการผลิต “เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเต้าหู้ยี้ว้า เซอร์ยา”	34
4.3 สรุปผล.....	35
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผล ปัญหาที่พบ การแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ.....	40
5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....	41
บรรณานุกรม.....	42
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก บรรยาการการทำงาน และ บรรยาการนำเสนอ.....	44
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม.....	53
ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา.....	55
ภาคผนวก ค บทความวิชาการ.....	57
ภาคผนวก ง ไปสเตอร์.....	63
ภาคผนวก จ ประวัติผู้เขียน.....	65

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 3.1 ขั้นตอนการดำเนินงานโครงการ “เครื่องดื่มน้ำมันพริกมัลลิกาเซอริยา”	25
ตารางที่ 4.1 จำนวนต้นทุนในการผลิต “เครื่องดื่มน้ำมันพริกมัลลิกาเซอริยา”	34
ตารางที่ 4.2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	35
ตารางที่ 4.3 แสดงค่าความพึงพอใจเมนู “เครื่องดื่มน้ำมันพริกมัลลิกาเซอริยา”	39



สารบัญรูปภาพ

หน้า

รูปที่ 2.1 น้ำมะนาว.....	4
รูปที่ 2.2 พริกชี้ฟ้าแดง.....	10
รูปที่ 2.3 ตะไคร้.....	12
รูปที่ 2.4 ใบมะกูด.....	14
รูปที่ 3.1 โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)	17
รูปที่ 3.2 สัญลักษณ์โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)	17
รูปที่ 3.3 แผนที่โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)	18
รูปที่ 3.4 ห้อง Urban Room จำนวน 30 ห้อง.....	19
รูปที่ 3.5 ห้อง Riva Room จำนวน 9 ห้อง.....	19
รูปที่ 3.6 ห้อง Deluxe Riva Room จำนวน 17 ห้อง.....	20
รูปที่ 3.7 Premium Riva View จำนวน 12 ห้อง.....	20
รูปที่ 3.8 ห้องอาหารแบบเบิสต์แอนด์ร้อม.....	21
รูปที่ 3.9 ห้องอาหารเดอะการ์เดน.....	21
รูปที่ 3.10 ห้องประชุมสุภาพรรณ.....	22
รูปที่ 3.11 สระว่ายน้ำ.....	22
รูปที่ 3.12 ฟิตเนส.....	22
รูปที่ 3.13 รูปแบบการจัดองค์การและการบริหารงานขององค์กร.....	23
รูปที่ 3.14 นักศึกษาสหกิจ	24
รูปที่ 3.15 พนักงานที่ปรึกษา.....	24
รูปที่ 4.1 sweet and sour (น้ำมะนาวผสมกับน้ำเชื่อม)	27
รูปที่ 4.2 พริกชี้ฟ้าแดง.....	27
รูปที่ 4.3 ตะไคร้.....	28
รูปที่ 4.4 ใบมะกูด.....	28
รูปที่ 4.5 น้ำแข็ง.....	28
รูปที่ 4.6 กระบอกลShaker.....	29
รูปที่ 4.7 Jigger.....	29
รูปที่ 4.8 ตะแกรงกรองกาก.....	29

สารบัญรูปภาพ(ต่อ)

	หน้า
รูปที่ 4.9 มีด.....	30
รูปที่ 4.10 แก้ว.....	30
รูปที่ 4.11 นำแก้วMartiniมาใส่น้ำแข็ง.....	31
รูปที่ 4.12 การทบทตะไคร้และชอยตะไคร้ให้บาง.....	31
รูปที่ 4.13 ชอยใบมะกรูดทำเครื่องดื่มและตกแต่งแก้ว.....	32
รูปที่ 4.14 ตัดแต่งพริกสำหรับตกแต่ง.....	32
รูปที่ 4.15 การผสมพริกชี้ฟ้าชอย ใบมะกรูดชอยและตะไคร้สำหรับ shaker	32
รูปที่ 4.16 ใส่sweet and sour ลงไปใน shaker	33
รูปที่ 4.17 shaker ประมาณ10-15วินาที และกรอง.....	33
รูปที่ 4.18 ตกแต่งใบมะกรูดชอย พริกชี้ฟ้า ก้านตะไคร้.....	33
รูปที่ 4.19 ด้านสีของเครื่องดื่ม.....	36
รูปที่ 4.20 ด้านกลิ่นของเครื่องดื่ม.....	37
รูปที่ 4.21 ด้านความสะอาดของเครื่องดื่ม.....	37
รูปที่ 4.22 ด้านรสชาติของเครื่องดื่ม.....	38
รูปที่ 4.23 ด้านความชอบโดยรวม.....	38

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงแรมริวา เซอร์ยา” (Riva Surya) เป็นโรงแรมบูติกที่ตั้งอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยาระดับ 4 ดาว ตั้งอยู่บนถนนพระอาทิตย์เป็นโรงแรมที่อยู่ใกล้สถานที่ท่องเที่ยวสำคัญใจกลางกรุงเทพมหานครเน้นกลุ่มลูกค้าที่ต้องการมาพักผ่อนโดยห้องพักสไตล์โมเดิร์นและบรรยากาศดี ริมแม่น้ำใช้ไม้ในการตกแต่งเพื่อให้เป็นโรงแรมที่ทันสมัยและคงเอกลักษณ์ความเป็นไทยเพื่อตอบสนองความต้องการทั้งนักท่องเที่ยวและนักธุรกิจทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ มีความสะดวกสำหรับการประชุมการจัดเลี้ยงตามโอกาสต่างๆแบบกะทัดรัดนอกจากนี้โรงแรมยังมีบาร์ริมระเบียงและการบริการอาหารในห้องพักภายในโรงแรมมีสิ่งอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้เข้าพักอันได้แก่ ห้องอาหาร บาร์ แยกส่วนใหญ่ที่เข้ามาพักที่โรงแรมส่วนมากจะเป็นนักท่องเที่ยวชาวยุโรป เป็นส่วนใหญ่ลงมากจะเป็นคนจากชาวเอเชียและมีส่วนน้อยมากที่จะมีคนไทยเข้ามาพัก

การให้บริการด้านอาหารและเครื่องดื่มมีห้องอาหารให้บริการอาหารสไตล์ไทยและตะวันตกรสชาติเดิมๆที่ไม่มีอะไรแปลกใหม่แขกที่มาใช้บริการส่วนใหญ่เป็นชาวต่างชาติ ทางแผนกครัวจึงมีความต้องการที่จะพัฒนาและผลิตอาหารชนิดอื่นขึ้นเพื่อเป็นการเพิ่มเมนูอาหารให้มีความหลากหลายมากขึ้น

ผู้จัดทำจึงมีความสนใจที่จะนำวัตถุดิบเหลือที่มีอยู่ภายในห้องครัวมาพัฒนาเป็น “เครื่องดื่มสมุนไพรม็อกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” เพื่อใช้สำหรับการเป็นเมนูเครื่องดื่มสมุนไพร ระหว่างในการทานอาหารแต่ละมื้อ เพื่อสร้างความแปลกใหม่แก่ลูกค้าอีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมการรักษาสุขภาพในการทานน้ำสมุนไพร

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1.2.1 เพื่อสร้างทางเลือกให้กับโรงแรมในการผลิต “เครื่องดื่มสมุนไพรม็อกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” ของโรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)

1.2.2 เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และสร้างสรรค์เมนูเครื่องดื่มใหม่และลดต้นทุนการผลิต

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่

แผนกครัว และแขกผู้มาใช้บริการในโรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)

1.3.2 ขอบเขตด้านประชากร

พนักงานแผนกครัวและ แขกผู้มาใช้บริการในโรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya) กรุงเทพฯ จำนวน 30 คน

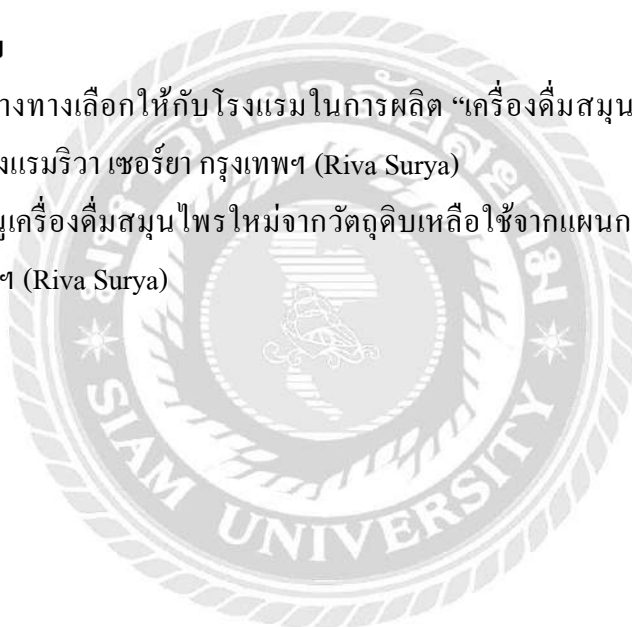
1.3.3 ขอบเขตด้านเวลา

วันที่ 14 พฤษภาคม ถึงวันที่ 31 สิงหาคม 2561

1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ

1.4.1 ได้สร้างทางเลือกให้กับโรงแรมในการผลิต “เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมขำ ริวา เซอร์ยา” ของโรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)

1.4.2 ได้เมนูเครื่องดื่มสมุนไพรใหม่จากวัตถุดิบเหลือใช้จากแผนกครัวภายในโรงแรม ริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)



บทที่ 2

การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การจัดทำโครงงานเรื่อง เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- 2.1 น้ำมะนาว
- 2.2 พริกชี้ฟ้าแดง
- 2.3 ตะไคร้
- 2.4 ใบมะกรูด
- 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 น้ำมะนาว

ชื่อสมุนไพร: มะนาว

ชื่ออื่นๆ: *C. acida* Roxb., *C. lima* Lunan, *C. medica* var. *ácida* Brandis และ *Limonia aurantifolia* Christm

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Citrus aurantifolia* Swingle หรือ "*Citrus aurantifolia*" (Christm & Panz) Swing."

ชื่อวงศ์: (RUTACEAE)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ปรัชญา รัศมีธรรมวงศ์ (2548) กล่าวว่า มะนาว (Lime) หนึ่งในผลไม้ตระกูลส้ม ใกล้เคียงที่นอกจากจะนำมาปรุงอาหารเพิ่มรสเปรี้ยวแล้ว ยังมีการใช้ผล เปลือก น้ำ และน้ำมันจากมะนาวเพื่อประโยชน์ในการรักษาโรคนานาชนิด เช่น บรรเทาอาการคลื่นไส้ รักษาผิว ป้องกันผิวในไต โรคหวัด และอีกมากมาย ประโยชน์ของมะนาวที่กล่าวกันนั้นเชื่อถือได้ไม่น้อยทีเดียว และงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ในปัจจุบันที่ศึกษาถึงประสิทธิภาพการรักษาโรคด้วยมะนาว



รูปที่ 2.1 น้ำมะนาว

ที่มา : <https://www.postsod.com/drink-warm-lemonade-in-the-morning>

2.1.1 ประโยชน์ทางโภชนาการของมะนาว

ประโยชน์ทางโภชนาการของมะนาว (ปรัชญา รัชมิธรรมวงศ์, 2548) มีดังนี้

1) **ภาวะขาดธาตุเหล็ก** การรักษาผู้ป่วยที่ร่างกายดูดซึมธาตุเหล็กไม่ดีจนเกิดภาวะขาดธาตุเหล็ก แพทย์อาจแนะนำให้รับประทานยาเสริมธาตุเหล็กควบคู่ไปกับวิตามินซี ซึ่งจะช่วยให้เพิ่มการดูดซึมธาตุเหล็กของร่างกาย จึงเกิดความคิดว่าการรับประทานอาหารที่อุดมด้วยวิตามินซี อย่างน้ำส้มหรือน้ำมะนาวอาจจะสามารถช่วยป้องกันหรือรักษาภาวะขาดธาตุเหล็ก โดยส่งผลให้ร่างกายดูดซึมธาตุเหล็กจากอาหารต่าง ๆ ที่รับประทานเข้าไปได้ดีด้วย

อย่างไรก็ตาม จากผลการศึกษาทางวิทยาศาสตร์ งานวิจัยหนึ่งทดลองแบ่งกลุ่มหญิงที่มีภาวะขาดธาตุเหล็ก กลุ่มละ 18 คน โดยกลุ่มหนึ่งรับประทานน้ำมะนาวที่ประกอบด้วยวิตามินซี 25 มิลลิกรัม วันละ 2 ครั้ง สัปดาห์ละ 6 วัน เป็นเวลานาน 8 เดือน ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งรับประทานยาหลอก ผลลัพธ์พบว่า การรับประทานน้ำมะนาวไม่ได้ช่วยเพิ่มระดับธาตุเหล็กในร่างกายของหญิงที่มีภาวะนี้แต่อย่างใด

2) **แก้อาการคลื่นไส้** มะนาวผ่าซีก โรยเกลือลงไปเล็กน้อยและบีบน้ำมะนาวใส่ปากเป็นหนึ่งในเคล็ดลับบรรเทาอาการคลื่นไส้ที่ได้รับนิยมนิยม แต่จะได้ผลจริงหรือไม่นั้นยังไม่มีศึกษาเกี่ยวกับสรรพคุณด้านนี้ของมะนาวออกมารับรอง อย่างไรก็ตาม วิธีนี้นับเป็นวิธีง่าย ๆ ที่สามารถลองใช้ได้โดยไม่น่าจะเป็นอันตราย หากเป็นอาการคลื่นไส้ทั่ว ๆ ไปที่ไม่ร้ายแรง แต่หากทดลองแล้วยังไม่หายหรือมีอาการผิดปกติก็ควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจดูอาการจะดีที่สุด เช่นเดียวกันกับอีกหลาย ๆ โรค

3) **โรคนิ่วในไต** บางครั้งมีการแนะนำให้ผู้ป่วยโรคนิ่วในไตรับประทานอาหารที่มีกรดซิตริกสูงอย่างน้ำมะนาวเพื่อเพิ่มระดับไซเตรต (Citrate) ในปัสสาวะ เนื่องจากคาดว่าสาร

ไซเตรทในปัสสาวะไม่เพียงพอก็อาจเพิ่มโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคนิ่วในไตได้ โดยงานวิจัยหนึ่งชี้ว่าการดื่มน้ำมะนาวเหลืองวันละประมาณ 120 ซีซีสามารถเพิ่มระดับไซเตรทในปัสสาวะได้อย่างมีนัยสำคัญและอาจป้องกันการเกิดนิ่วในไตได้ สอดคล้องกับอีกงานวิจัยหนึ่งที่ทำการศึกษาทดลองกับอาสาสมัครเพศชายที่ไม่เคยมีประวัติเป็นโรคนิ่วในไตมาก่อน ผลลัพธ์พบว่าการดื่มน้ำมะนาวเหลืองมีประสิทธิผลช่วยเพิ่มระดับไซเตรทในปัสสาวะเช่นเดียวกัน ทั้งนี้งานวิจัยทั้ง 2 ชิ้นเป็นการศึกษาโดยใช้มะนาวเหลือง ซึ่งเป็นพันธุ์ที่พบได้มากในต่างประเทศ

4) โรคหัวใจ เช่นเดียวกับผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวทั้งหลาย คุณสมบัติที่คุ้นเคยกันดีของมะนาวก็คืออุดมด้วยวิตามินซี ซึ่งเซลล์ในระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายหลายชนิดจำเป็นต้องใช้วิตามินซีช่วยในการทำงาน เป็นที่มาของความเชื่อว่าการรับประทานผักผลไม้ที่มีวิตามินซี รวมถึงมะนาว จะสามารถช่วยป้องกันหรือบรรเทาโรคหัวใจให้หายเร็วขึ้นได้ ทว่าการศึกษาเกี่ยวกับประสิทธิภาพของการใช้มะนาวหรือวิตามินซีกับโรคหัวใจนั้นยังเป็นที่โต้แย้งกันอยู่ จากการรวบรวมและสรุปผลการศึกษาในด้านนี้ชี้ว่าวิตามินซีอาจทำให้หายจากโรคหัวใจได้เร็วขึ้นในผู้ที่มิมีสุขภาพดี แต่ไม่สามารถป้องกันการติดเชื้อหรือลดความรุนแรงของอาการจากโรคได้ นอกจากนี้การรับประทานวิตามินซีในรูปแบบอาหารเสริมจะได้ผลดีที่สุดกรณีที่ร่างกายได้รับวิตามินซีไม่เพียงพอ แต่ไม่ได้มีการกล่าวถึงการใช้มะนาวกับโรคหัวใจโดยตรง

5) แก้อาการไอ เจ็บคอ การดื่มน้ำมะนาวเป็นวิธีที่กล่าวกันอย่างแพร่หลายว่าสามารถช่วยบรรเทาอาการไอ และทำให้อาการเจ็บคอดีขึ้นได้ แต่ประโยชน์ของมะนาวในด้านนี้ก็ยังไม่มีการศึกษาทางวิทยาศาสตร์ที่น่าเชื่อถือพอจะช่วยยืนยันได้ ทั้งนี้ผู้ที่มิมีอาการเจ็บคออาจลองใช้เคล็ดลับการดื่มน้ำมะนาวนี้ได้อย่างปลอดภัย

6) โรคโลหิตจาง โรคที่เกิดจากการได้รับวิตามินซีในอาหารไม่เพียงพอ ซึ่งอาจส่งผลให้มีอาการของโรคเกิดขึ้นภายใน 8-12 สัปดาห์ ผู้ป่วยมักมีอาการคล้ายไม่สบาย อ่อนเพลีย ง่วงซึม โลหิตจาง ปวดกล้ามเนื้อ เจ็บกระดูก มีแผลฟกช้ำหรือบวมง่าย มีจุดเลือดออกแดง ๆ ตามผิวหนัง เกิดโรคทางปริทันต์ เป็นแผลแล้วหายยาก อารมณ์แปรปรวน หรือมีภาวะซึมเศร้า สำหรับคุณประโยชน์ของน้ำมะนาวต่อโรคนี้ มีงานวิจัยเมื่อนานมาแล้วทำให้ผู้ป่วยโรคนี้รับประทานส้มกับมะนาวเหลือง พบว่าผู้ป่วยสามารถฟื้นตัวได้อย่างสมบูรณ์และรวดเร็ว เมื่อเทียบกับผู้ป่วยอีกกลุ่มที่รับประทานอาหารชนิดอื่น จึงเป็นไปได้ว่าการได้รับวิตามินซีจากอาหารธรรมชาติที่รับประทานเป็นประจำอย่างสม่ำเสมออาจมีส่วนช่วยป้องกันโรคนี้ได้ ทว่าการศึกษาในปัจจุบันก็ยังไม่สามารถยืนยันสรรพคุณข้อนี้ได้

7) มะเร็ง มีการแชร์กันในโลกอินเทอร์เน็ตอย่างกว้างขวางถึงการดื่มน้ำมะนาวผสมโซดาเพื่อฆ่าเซลล์มะเร็ง ซึ่งก็ไม่ทราบว่ามีที่มาอย่างไร เพราะปัจจุบันยังไม่มีผลการวิจัยที่

รับรองเกี่ยวกับการใช้มะนาวกับโซดาเพื่อกำจัดเซลล์มะเร็ง ความเชื่อนี้จึงอาจเกิดจากความเข้าใจผิด และไม่มีการแนะนำจากทางการแพทย์ให้นำมาใช้แต่อย่างใด

8) โรคลำไส้ การดื่มน้ำมะนาวเป็นวิธีทางเลือกธรรมชาติที่มีผู้ป่วยโรคลำไส้ บางส่วนเลือกใช้ แต่ทว่าในขณะนี้ยังไม่พบการศึกษาทางวิทยาศาสตร์ที่พิสูจน์หรือยืนยันเกี่ยวกับ ประโยชน์ของมะนาวในด้านนี้ได้

9) โรคมะเร็ง งานวิจัยชิ้นหนึ่งศึกษาเกี่ยวกับเด็กที่ป่วยด้วยโรคมะเร็งชนิดไม่มี ภาวะแทรกซ้อนอย่างเฉียบพลันจำนวน 120 คน โดยแบ่งให้กลุ่มหนึ่งรักษาโดยใช้ยารักษาโรคมะเร็งเพียงอย่างเดียว ในขณะที่อีกกลุ่มใช้ยารักษาโรคมะเร็งควบคู่ไปกับการดื่มน้ำมะนาว เผยว่า การให้ผู้ป่วยดื่มน้ำมะนาวควบคู่กับการใช้ยารักษาโรคมะเร็งอย่างเหมาะสมอาจเพิ่มความ รวดเร็วในการกำจัดเชื้อปรสิตที่เป็นสาเหตุของโรคได้ โดยเฉพาะในผู้ป่วยมะเร็งที่ไม่มี ภาวะแทรกซ้อน ซึ่งถือเป็นแนวทางการศึกษาขั้นต้นที่จะช่วยปูทางไปสู่การศึกษาในอนาคตที่อาจ ช่วยยืนยันประสิทธิภาพของมะนาวต่อโรคมะเร็งได้ชัดเจนกว่านี้

10) เบาหวาน ปัจจุบันยังไม่มีการศึกษาทางวิทยาศาสตร์ที่ศึกษาคุณสมบัติของ มะนาวต่อการรักษาเบาหวานโดยตรง มีเพียงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องชิ้นหนึ่ง ศึกษาถึงประสิทธิภาพของ การใช้สูตรอาหารแคลอรีต่ำที่มีมะนาวเหลือเป็นส่วนผสมในผู้ป่วยหญิงวัยก่อนหมดประจำเดือน 84 คน โดยให้รับประทานอาหารชนิดนี้ใน 7 วันแรก ตามด้วยการค่อย ๆ เปลี่ยนชนิดอาหารที่ รับประทานใน 4 วันถัดมา ปรากฏว่าสูตรอาหารแคลอรีต่ำที่ผสมด้วยมะนาวเหลือนี้สามารถลด ไ้ไขมันในร่างกายผู้ป่วยและภาวะคืออินซูลินได้ แต่เป็นการทดลองเพียงระยะสั้นเท่านั้น ยังไม่อาจ สรุปได้ว่าการผสมมะนาวกับอาหารสูตรแคลอรีต่ำมีประสิทธิภาพลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือด หัวใจในผู้ป่วยโรคเบาหวานได้

11) ลดน้ำหนัก ประโยชน์ด้านการลดน้ำหนักของมะนาวนั้นไม่พบการศึกษา โดยตรง แต่จากการศึกษาที่เกี่ยวข้องซึ่งเป็นการทดสอบกับอาสาสมัครสุขภาพดี 50 ราย โดยให้ รับประทานน้ำผึ้งผสมมะนาว 300 มิลลิลิตรก่อนรับประทานอาหารอื่นในตอนเช้า วันละ 4 ครั้งนาน 4 วัน ผลลัพธ์ปรากฏว่าน้ำผึ้งมะนาวอาจมีส่วนช่วยในการลดน้ำหนัก ลดค่าดัชนีมวลกาย มวลไขมัน มวลร่างกายส่วนที่ไม่มีไขมัน และระดับไขมันไตรกลีเซอไรด์ให้ลดน้อยลงได้ และยังคงเป็น ประโยชน์ต่อการป้องกันโรคอ้วนและภาวะไตรกลีเซอไรด์ในเลือดสูง อย่างไรก็ตามเป็นเพียง การศึกษาระยะสั้น ผลลัพธ์ที่ได้ไม่แน่ชัดว่าเป็นเพราะคุณสมบัติของมะนาวหรือน้ำผึ้งหรืออาจมา จากปัจจัยอื่น คงต้องรอให้มีการศึกษากับมะนาวอย่างเฉพาะเจาะจงต่อไป

12) อาการท้องผูก ผู้ที่มีอาการท้องผูกควรรับประทานอาหารที่มีเส้นใยอาหารสูง อย่างผักผลไม้ และน้ำให้เพียงพอ นอกจากนี้ยังมักมีการแนะนำว่าเส้นใยอาหารที่พบในผลไม้

ตระกูลส้มอาจสามารถช่วยกระตุ้นการเติบโตของจุลินทรีย์ในลำไส้ที่จะช่วยเพิ่มการขับถ่ายและจำนวนแบคทีเรียในอุจจาระได้ แต่ผลไม้ตระกูลส้มที่วุ้นนั้นน่าจะหมายถึงส้มทั้งหลายที่เราัมักรับประทานผลมากกว่ามะนาวที่มักรับประทานน้ำและไม่ได้ให้เส้นใยอาหาร อีกทั้งในปัจจุบันยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับการใช้มะนาวบรรเทาอาการท้องผูก ประโยชน์ข้อนี้จึงยังคงเป็นเพียงความเชื่อที่ไม่สามารถพิสูจน์ได้

2.1.2 ประโยชน์ของมะนาวต่อผิวหนัง

ประโยชน์ของมะนาวต่อผิวหนัง (วิเศษ อัครวิทยากุล, 2542) มีดังนี้

1) รักษาสิว เนื่องจากผลไม้ตระกูลส้มประกอบด้วยกรดอัลฟาไฮดรอกซี (Alpha Hydroxy Acid) ที่เมื่อทาลงบนผิวหนังจะช่วยขจัดเซลล์ผิวหนังที่ตายและลดการอุดตันของรูขุมขนรวมทั้งอาจทำให้แผลเป็นที่เกิดจากสิวดีขึ้น การนำน้ำมะนาวมาใช้ทาหน้าจึงกลายเป็นเคล็ดลับรักษาสิวที่ง่ายและใช้กันอย่างแพร่หลาย ซึ่งก็มีผลการวิจัยหนึ่งชี้ว่าการทาน้ำมะนาวเหลืองที่มีความเข้มข้น 20 เปอร์เซ็นต์ 40 เปอร์เซ็นต์ 60 เปอร์เซ็นต์ 80 เปอร์เซ็นต์ และ 100 เปอร์เซ็นต์ มีประสิทธิภาพในการฆ่าแบคทีเรียพี แอคโน (Propionibacterium Acnes) ตัวการหลักของการเกิดสิวได้เป็นอย่างดี

นอกจากนี้ งานวิจัยใกล้เคียงที่ศึกษาพบคุณสมบัติในการเป็นสารต้านอนุมูลอิสระและลดการอักเสบของผลไม้ตระกูลส้ม ซึ่งอาจช่วยต่อต้านโรคที่เกี่ยวกับการอักเสบทั้งหลายรวมถึงการอักเสบของผิวหนังด้วย อย่างไรก็ตามการศึกษาทั้งหมดที่มียังถือว่าน้อยมาก ไม่อาจยืนยันได้ถึงประสิทธิภาพและความปลอดภัย ผู้ที่สนใจลองเคล็ดลับนี้ควรทำตามอย่างระมัดระวัง เพราะการทาน้ำมะนาวลงบนผิวอาจกระตุ้นให้ผิวไวต่อแสงแดดได้

2) ผิวขาวใส จากการที่มะนาวมีฤทธิ์เป็นกรดจึงมีการนำมาใช้ขัดผิวเพื่อให้ผิวขาวใสขึ้น ทั้งนี้ประโยชน์ของมะนาวในด้านนี้ก็ไม่มีงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ที่แนะนำเช่นกัน จะได้ผลหรือไม่ก็อาจสามารถทดลองด้วยตนเอง แต่ต้องแน่ใจว่าทำอย่างเหมาะสมและคำนึงถึงความปลอดภัยด้วย

2.1.3 ประโยชน์ของมะนาวต่อสุขภาพปากและฟัน

ประโยชน์ของมะนาวต่อสุขภาพปากและฟัน (วิเศษ อัครวิทยากุล, 2542) มีดังนี้

1) ฟอกฟันขาว เคลือบช่วยทำให้ฟันขาวที่นิยมกันมากวิธีหนึ่งก็คือการใช้มะนาวขัดฟัน แต่รู้หรือไม่ว่านอกจากจะยังไม่มีการรับรองว่าได้ผลจริงจากผู้เชี่ยวชาญแล้ว กรมนอนามัยแห่งกระทรวงสาธารณสุขแห่งประเทศไทยยังออกมาเตือนว่าน้ำมะนาวที่มีความเป็นกรดสูงนี้อาจไป

ละลายแคลเซียมที่ผิวฟัน ส่งผลให้ฟันกร่อน ซึ่งเคลือบฟันที่กร่อนหรือถูกทำลายนี้จะก่อให้เกิดอาการเสียวฟัน เพิ่มโอกาสเสี่ยงฟันผุ นอกจากนี้ น้ำมะนาวอาจทำให้เกิดการระคายเคืองและอักเสบของเหงือกได้อีกด้วย

2) รักษาปากดำ ด้วยคุณสมบัติที่เป็นกรด มีฤทธิ์กัดกร่อน ทำให้เชื่อกันว่าการใช้มะนาวลูที่ริมฝีปากจะสามารถช่วยลดปากดำ ทำให้ปากแดงชมพูขึ้นอย่างเป็นธรรมชาติ แต่ก็เช่นเดียวกับอีกหลาย ๆ คุณสมบัติที่ยังไม่มีการศึกษาวิจัยช่วยยืนยันประสิทธิภาพได้อย่างแน่ชัดสรรพคุณข้อนี้จึงยังคงเป็นเพียงความเชื่อเท่านั้น

3) ลดกลิ่นปาก การฟานมะนาวเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วนำมาเคี้ยวเป็นอีกวิธีขจัดกลิ่นปากที่แนะนำกัน โดยคาดว่ากรดซิตริกที่มีอยู่ในมะนาวหรือสับนั้นจะช่วยกระตุ้นต่อมน้ำลาย กำจัดกลิ่นปาก และทำให้ลมหายใจสดชื่นขึ้นได้ ทว่าหากต้องการลองเคล็ดลับนี้ดูก็อย่าลืมล้างเปลือกมะนาวให้สะอาดก่อนนำมาเคี้ยว ทั้งนี้ทางวิทยาศาสตร์ยังไม่มีการนำมะนาวมาศึกษาเกี่ยวกับคุณสมบัติข้อนี้อย่างจริงจัง

2.1.4 ประโยชน์ของมะนาวต่อหนังสือและเส้นผม

ปรัชญา รัชมิธรรมวงศ์ (2548) กล่าวว่า มะนาวจัดเรียงแค หนึ่งใบเคล็ดลับที่สืบทอดมาแต่โบราณคือการนำมะนาวหรือมะกรูดมาคั้นน้ำแล้วหมักผมทิ้งไว้ เพื่อรับมือกับรังแคบนหนังศีรษะ ทั้งนี้ไม่มีข้อมูลใดที่น่าเชื่อถือพอจะระบุได้ว่ามะนาวมีคุณสมบัติช่วยขจัดรังแคออกไปจากหนังศีรษะได้ สรรพคุณด้านนี้ของมะนาวจึงยังเป็นที่น่าสงสัยว่าได้ผลจริงหรือไม่

สุดท้ายนี้ไม่ว่าการศึกษาเกี่ยวกับการใช้มะนาวรักษาโรคใด ๆ ในปัจจุบันล้วนยังไม่เพียงพอต่อการระบุประสิทธิภาพและความปลอดภัยในการใช้ ผู้ที่ต้องการใช้มะนาวโดยคาดหวังสรรพคุณในการรักษาโรคหรือเพื่อความสวยความงามจึงควรระมัดระวังและปรึกษาแพทย์ก่อนใช้ หรืออาจรอให้มีงานวิจัยเพิ่มเติมในอนาคตที่ช่วยยืนยันให้แน่ใจได้มากกว่านี้

2.1.5 ใช้มะนาวอย่างไรจึงจะปลอดภัย

ปรัชญา รัชมิธรรมวงศ์ (2548) กล่าวว่า โดยทั่วไปปริมาณของมะนาวที่ได้รับเข้าสู่ร่างกายจากอาหารที่รับประทานในชีวิตประจำวันมักไม่เป็นอันตรายต่อทั้งเด็กและผู้ใหญ่ นอกจากนี้ การรับประทานเปลือกมะนาวในปริมาณแต่พอดี โดยมีจุดประสงค์เพื่อการรักษาทางการแพทย์เองก็อาจไม่เป็นอันตรายเช่นกัน แต่ควรระมัดระวังเป็นพิเศษ หากอยู่ในกรณีต่อไปนี้

การรับประทานมะนาวในหญิงตั้งครรภ์หรือกำลังให้นมบุตรนั้นยังไม่มีข้อมูลที่นำเชื่อถือเพียงพอต่อการรับรองความปลอดภัย ทางที่ดีควรหลีกเลี่ยงการใช้ที่มากกว่าปริมาณปกติที่พบในอาหารต่าง ๆ

การทาน้ำมันมะนาวลงบนผิวหนังโดยตรงอาจไม่ปลอดภัยในคนที่มีผิวหนังแพ้ง่าย ซึ่งสามารถส่งผลให้ผิวหนังไวต่อแสงแดดอย่างมาก โดยเฉพาะผู้ที่ผิวค่อนข้างขาว หลังจากใช้น้ำมันมะนาวทาผิวหนังจึงควรทาครีมกันแดดและสวมใส่เสื้อผ้ามิดชิดเพื่อป้องกันก่อนออกไปเผชิญกับแสงแดด

2.1.6 ควรใช้ยาต่อไปอย่างระมัดระวัง เมื่อใช้ร่วมกับมะนาว

ปรัชญา รัชมิธรรมวงศ์ (2548) กล่าวว่า ยาบางชนิดอาจเพิ่มความไวต่อแสงแดดของผิวหนัง และเมื่อมีการทาน้ำมันมะนาวอาจเพิ่มความไวต่อแสงแดดได้เช่นกัน ก็ยังเป็นการเพิ่มโอกาสเสี่ยงผิวไหม้ เป็นผื่น หรือพุพองบริเวณผิวหนังที่ถูกแสงแดด โดยยาที่อาจทำให้แพ้แสงแดดได้แก่ ยาอะมิทริปไทลีน (Amitriptyline) ซิโปรฟลอกซาซิน (Ciprofloxacin) นอร์ฟลอกซาซิน (Norfloxacin) ลี ออฟลอกซาซิน (Ofloxacin) ลีโวฟลอกซาซิน (Levofloxacin) มอกซิฟลอกซาซิน (Moxifloxacin) ไตรเมโทพริม (Trimethoprim/Sulfamethoxazole) เตตราไซคลีน (Tetracycline) และเมทอกซาเลน (Methoxsalen) เป็นต้น

ยาที่จะถูกเปลี่ยนภายในตับ โดยมะนาวอาจส่งให้ระยะเวลาในการเปลี่ยนรูปของยาเหล่านี้ลดลง การดื่มน้ำมะนาวขณะรับประทานยาบางชนิดที่เปลี่ยนรูปในตับจึงอาจทำให้มีผลข้างเคียงมากขึ้น เช่น ยาคีโตโคนาโซล (Ketoconazole) ไอตราโคนาโซล (Itraconazole) เฟกโซเฟนาดีน (Fexofenadine) ไตรอาโซแลม (Triazolam) ดังนั้น ก่อนรับประทานมะนาวควรปรึกษาแพทย์เกี่ยวกับยาที่ใช้อยู่ด้วย

ปริมาณในการใช้หรือรับประทานมะนาวที่เหมาะสมขึ้นอยู่กับหลาย ๆ ปัจจัย เช่น อายุและสุขภาพของผู้ใช้ ซึ่งตอนนี้ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับปริมาณที่เหมาะสมในการใช้ยังมีไม่มากพอที่จะระบุได้ ผู้ใช้ก็ควรคำนึงถึงความปลอดภัยและปริมาณการใช้ที่ไม่มากเกินไป หากเป็นรูปแบบอาหารเสริมควรปฏิบัติตามคำแนะนำบนฉลากอย่างเคร่งครัดและไม่ลืมปรึกษาผู้เชี่ยวชาญก่อนใช้ อย่าแน่ใจเพียงเพราะเห็นว่าเป็นวัสดุจากธรรมชาติ

2.2 พริกชี้ฟ้าแดง

ชื่อสมุนไพร: พริกชี้ฟ้าแดง

ชื่ออื่นๆ: Cayenne pepper, chili spur pepper, long fed pepper, spur pepper

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Capsicum annum* Linn. Var *acuminatum* Fingerh.

ชื่อวงศ์: Solanaceae

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ชวนพิศ อรุณรังสีกุล (2547) กล่าวว่า พริกชี้ฟ้า (Cayenne Pepper) เป็นพืชผักสมุนไพร เป็นไม้ทรงพุ่มขนาดเล็ก ผลมีลักษณะทรงกลมยาว ปลายเรียวแหลม โคนงอ ผิวเปลือกหนาเป็นมัน ผลดิบมีสีเขียวเข้ม ผลสุกมีสีแดง ภายในผลกลวงมีแกนกลาง จะมีเมล็ดกลมแบนเล็กๆ สีเหลืองอ่อนเกาะแกนอยู่มากมาย มีรสชาติเผ็ดพอประมาณ มีถิ่นกำเนิดในเขตร้อนทวีปอเมริกาใต้ ซึ่งในปัจจุบันนี้ได้มีปลูกกัน ในหลายประเทศทั่วโลก เป็นพืชสมุนไพรไทยที่มีมาแต่โบราณ ประเทศไทยมีการปลูกหลายสายพันธุ์ มีประโยชน์และสรรพคุณ ทางยาหลายอย่าง นำมาประกอบปรุงอาหารเมนูต่างๆ ได้หลายเมนู



รูปที่ 2.2 พริกชี้ฟ้าแดง

ที่มา : <http://www.panpakshop.com/product>

มณีฉัตร นิกรพันธุ์ (2541) กล่าวว่า พริกชี้ฟ้า (Prik-Cee-Fa) เป็นพืชผักสมุนไพร ที่เจริญเติบโตได้ง่ายๆ เป็นไม้ทรงพุ่มขนาดเล็ก มีลำต้นกลมๆ มีสีเขียว ใบมีลักษณะทรงรียาวรี ปลายใบแหลม ใบเรียบมัน มีสีเขียว ดอกมีลักษณะรูปกรวย กลีบดอกมีสีขาว ผลมีลักษณะทรงกลมยาว ปลายเรียวแหลม โคนงอ ผิวเปลือกหนาเป็นมัน ผลดิบมีสีเขียวเข้ม ผลสุกมีสีแดง ภายในผลกลวงมีแกนกลาง จะมีเมล็ดกลมแบนเล็กๆ สีเหลืองอ่อนเกาะแกนอยู่มากมาย มีรสชาติเผ็ดพอประมาณ

ใช้ประกอบอาหารเมนูต่างๆ ได้หลายเมนู ประเทศไทยนิยมรับประทานกันมาก และมีการปลูกหลายสายพันธุ์

ลำต้น เป็นพืชผักสมุนไพร เป็นพืชล้มลุก เป็นไม้ทรงพุ่มขนาดเล็ก มีอายุประมาณ 1-3 ปี มีลำต้นเดี่ยวตั้งตรง ลำต้นมีลักษณะกลมๆ เนื้อไม้อ่อนเปราะหักง่าย แตกกิ่งก้านสาขามาก กิ่งอ่อนเป็นสีเขียว มีสีเขียว กิ่งแก่มีสีน้ำตาล

ใบ เป็นใบเดี่ยว ออกเรียงสลับกัน มีลักษณะทรงรียาวรี ปลายใบแหลม ใบเรียบมัน ขอบใบเรียบ มีก้านใบยาว ใบมีสีเขียว มีขนปกคลุมทั่วใบ

ราก เป็นระบบรากแก้ว มีลักษณะกลมๆ แทงลึกลงในดิน มีรากแขนงและรากย่อย รากออกตามรอบๆ ลำต้น มีสีน้ำตาล

ดอก ออกดอกเดี่ยว ดอกจะขึ้นบน ดอกมีลักษณะรูปกรวย กลีบดอกมีสีขาว มีกลีบเลี้ยงสีเขียว ก้านช่อดอกจะยาว ดอกออกตามซอกใบ และออกตรงปลายยอดกิ่ง

ผล เป็นผลเดี่ยว มีลักษณะทรงกลมยาว ปลายเรียวแหลม โคนงอ ผิวเปลือกหนาเป็นมัน ผลดิบมีสีเขียวเข้ม ผลสุกมีสีแดง ภายในผลกลวงมีแกนกลาง จะมีเมล็ดกลมแบนเล็กๆ สีเหลืองอ่อน เกาะแกนอยู่มากมาย มีรสชาติเผ็ดพอประมาณ ใช้ประกอบอาหารเมนูต่างๆ ได้หลายเมนู

เมล็ด มีขนาดเล็กๆ จำนวนมาก เกาะแกนกลางอยู่ภายในผล เมล็ดมีลักษณะกลมแบนเล็กๆ มีสีเหลืองอ่อน

2.2.1 ประโยชน์และสรรพคุณพริกชี้ฟ้า

มณี ฉัตร นิกรพันธุ์ (2541) กล่าวว่า พริกชี้ฟ้า มีวิตามินซี มีวิตามินเค มีโพแทสเซียม มีวิตามินเอ มีแคลเซียม มีฟอสฟอรัส มีเหล็ก มีวิตามินบี1 มีวิตามินบี2 มีวิตามินบี3 มีเบตาแคโรทีน มีคาร์โบไฮเดรต มีโปรตีน มีไขมัน มีเส้นใยช่วยเจริญอาหาร ช่วยขับปัสสาวะ แก้ปวดเมื่อย แก้ฟกช้ำดำเขียว แก้เลือดขัดขอก ช่วยให้ไหลเวียนเลือดดี ช่วยป้องกันเส้นเลือดหัวใจตีบ ช่วยป้องกันโรคมะเร็ง แก้วหวัด แก้วไอ แก้วไข้ ช่วยขับเสมหะ ช่วยลดน้ำหนัก ช่วยบรรเทาอาการปวด ช่วยขับลม มีอนุมูลอิสระ รักษาการอุดตันเส้นเลือด ช่วยลดคอเลสเตอรอล ช่วยบรรเทาอาการปวด ช่วยขับลม มีอนุมูลอิสระ ช่วยเจริญอาหาร ช่วยบำรุงธาตุ แก้ปวดศีรษะ แก้กระษัย ช่วยบำรุงหัวใจ ช่วยบรรเทาความดันโลหิตสูง ช่วยขับเหงื่อ แก้วจุกเสียด แก้วท้องอืด เป็นยาละลายเสมหะ แก้วหืด ช่วยรักษากลากเกลื้อน แก้วอาการตะคริว

2.3 ตะไคร้

ชื่อสมุนไพร: ตะไคร้

ชื่ออื่นๆ: จะไคร (ภาคเหนือ), หัวชิงโค (ภาคอีสาน), ไคร (ภาคใต้), คาหอม (แม่ฮ่องสอน),
เช็ดเกรย, เหลอะเกรย (เขมร-สุรินทร์), ห่อวตะโป (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน)

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Cymbopogon citratus*

ชื่อวงศ์: หญ้า (Poaceae)

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

เมฆ จันทน์ประยูร (2548) กล่าวว่า ตะไคร้ เป็นพืชล้มลุก ความสูงประมาณ 4-6 ฟุต ใบยาวเรียว ปลายใบมีขนหนาม ลำต้นรวมกันเป็นกอ มีกลิ่นหอม ดอกออกเป็นช่อยาวมีดอกเล็ก ฝอยเป็นจำนวนมาก ตะไคร้เป็นพืชที่สามารถนำส่วนต้นหัวไปประกอบอาหาร และจัดเป็นพืชสมุนไพรด้วย ตะไคร้มีถิ่นกำเนิด ในประเทศอินโดนีเซีย ศรีลังกา พม่า อินเดีย ไทย ในทวีปอเมริกาใต้ และกองโกด



รูปที่ 2.3 ตะไคร้

ที่มา : <http://thaiherbdrink.com>

2.3.1 ลักษณะโดยทั่วไปแบ่งตะไคร้ออกเป็น 6 ชนิด ได้แก่

- 1) ตะไคร้กอ
- 2) ตะไคร้ต้น
- 3) ตะไคร้หางนาค
- 4) ตะไคร้ น้ำ
- 5) ตะไคร้หางสิงห์
- 6) ตะไคร้หอม

2.3.2 ประโยชน์ของตะไคร้

เมฆ จันทน์ประยูร (2548) กล่าวว่า น้ำมันตะไคร้ใช้ส่วนของเหง้าและลำต้นแก่ ใช้เป็นส่วนประกอบของอาหารที่สำคัญหลายชนิดเช่น ต้มยำ และอาหารไทยหลายชนิด ให้กลิ่นหอม มีสรรพคุณทางยาเช่น บำรุงธาตุ แก้โรคทางเดินปัสสาวะ ขับลมในลำไส้ทำให้เจริญอาหาร แก้โรคหืด แก้อหิวตโรค บำรุงสมอง ช่วยให้สมาธิ ต้มกับน้ำใช้ดื่มแก้ท้องอืดท้องเฟ้อ ใช้ต้มน้ำดื่มแก้ไอ ขับเสมหะ แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ โรคนิ่ว มากไปกว่านั้นยังสามารถทำเป็นยาชงวนอนหลับ ช่วยลดความดันสูง น้ำมันตะไคร้หอมใช้ทาถูกันยุงได้ ถ้าปลูกใกล้ผักอื่น ๆ จะช่วยกันแมลงได้และยังให้กลิ่นหอม ที่ดับกลิ่นบางชนิด ใช้ตะไคร้เป็นส่วนผสมเพราะมีกลิ่นที่หอม และที่กำจัดยุงบางชนิดก็ใช้ตะไคร้เป็นส่วนผสมด้วย เนื่องจากมีกลิ่นที่แรงจึงช่วยทำให้ไล่ยุงได้ นอกจากนี้ตะไคร้ยังแก้กลิ่นคาวหรือดับกลิ่นคาวของปลา และเนื้อสัตว์ได้ดีมาก ๆ

สรรพคุณ : ทั้งต้น ใช้เป็นยารักษาโรคหืด แก้ปวดท้อง ขับปัสสาวะและแก้อหิวตโรค หรือทำเป็นยาทานวดก็ได้ และยังใช้ร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่นรักษาโรคได้ เช่น บำรุงธาตุ เจริญอาหาร และขับเหงื่อ และมีกลิ่นฉุนสามารถไล่แมลงได้

หัว เป็นยารักษาเกลื้อน แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ แก้ปัสสาวะพิการ แก้นิ่ว บำรุงไฟธาตุ แก้อาการขัดเบา ถ้าใช้ร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่น จะเป็นยาแก้ท้องอืด แก้ท้องเฟ้อ ขับลมในลำไส้ ช่วยลดความดันสูง แก้ลมอัมพาต แก้กษัยเส้น และแก้ลมโบ บโสด ๆ จะช่วยลดความดันโลหิตสูง แก้ไข้

ราก ใช้เป็นยาแก้ไข้เหนือ ปวดท้องและท้องเสีย

ต้น ใช้เป็นยาแก้ขับลม แก้เบื่ออาหาร แก้ผมหดแตก แก้โรคทางเดินปัสสาวะ นิ่ว เป็นยาบำรุงไฟธาตุให้เจริญ แต่ถ้าเอาผสมกับสมุนไพรชนิดอื่น จะแก้โรคหนองใน และนอกจากนี้ยังใช้ดับกลิ่นคาวได้ด้วย

2.4 ใบมะกรูด

ชื่อสมุนไพร: มะกรูด

ชื่ออื่นๆ: Kaffir lime, Leech lime, Mauritius papeda

ชื่อวิทยาศาสตร์: *Citrus hystrix* DC

ชื่อวงศ์: RUTACEAE

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ทวีทอง หงส์วิวัฒน์ (2546) กล่าวว่า มะกรูด เป็นพืชในสกุลส้ม (*Citrus*) มีถิ่นกำเนิดในประเทศ ลาว อินโดนีเซีย มาเลเซีย และไทย ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นิยมใช้ใบมะกรูด และผิวมะกรูดเป็นส่วนหนึ่งของเครื่องปรุงอาหารหลายชนิด นอกจากนี้ในประเทศไทยและลาวแล้ว ยังมีความนิยมในกัมพูชา เวียดนาม มาเลเซียและอินโดนีเซีย (โดยเฉพาะบาห์ลี)



รูปที่ 2.4 ใบมะกรูด

ที่มา : <https://plus.google.com>

เป็นไม้ยืนต้นขนาดเล็ก เป็นไม้เนื้อแข็ง ลำต้นและกิ่งมีหนามยาวเล็กน้อย ใบเป็นใบประกอบชนิดดัดรูป มีใบย่อย 1 ใบ เรียงสลับ รูปไข่ คือมีลักษณะคล้ายกับใบไม้ 2 ใบ ต่อกันอยู่ คอดกึ่งที่กลางใบเป็นตอน ๆ มีก้านแผ่ออกใหญ่เท่ากับแผ่นใบ ทำให้เห็นใบเป็น 2 ตอน กว้าง 2.5 - 4 เซนติเมตร ยาว 4 - 7 เซนติเมตร ใบสีเขียวแก่พื้นผิวใบเรียบเกลี้ยง เป็นมัน ค่อนข้างหนา มีกลิ่นหอมมากเพราะมีต่อมน้ำมันอยู่ ซึ่งผลแบบนี้เรียกว่า hesperidium (ผลแบบส้ม) ใบด้านบนสีเขียวเข้ม ได้ใบสีอ่อน ดอกออกเป็นกระจุก 3 - 5 ดอก กลีบดอกสีขาว เกสรสีเหลือง ร่วงง่าย มีกลิ่นหอม มีผลสีเขียวเข้มคล้ายมะนาว ผิวเปลือกนอกขรุขระ ขั้วหว่านของผลเป็นจุด ผลอ่อนมี

เป็นสีเขียวแก่ เมื่อผลสุกจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองสด พันธุ์ที่มีผลเล็ก ผิวจะขรุขระน้อยกว่าและไม่มีจุดที่ขั้ว ภายในมีเมล็ดจำนวนมาก ๆ

2.4.1 สรรพคุณ

เป็นยาบำรุงหัวใจ ขับลมในลำไส้ แก้แน่นท้องจุกเสียด กระทุ้งพิษ แก้ฝีภายในและแก้เสมหะเป็นพิษ

2.4.2 การใช้ประโยชน์

การใช้มะกรูดสระผมจะทำให้รู้จกกันมาตั้งแต่สมัยโบราณ วิธีการสระ บ้างก็ใช้ผลดิบผ่าแล้วบีบน้ำสระโดยตรง บ้างก็นำไปเผา หรือต้มก่อนสระ มะกรูดยังมีใช้ในพระราชพิธีสำคัญ เช่น พระราชพิธีโสกันต์ ซึ่งระบุไว้ในพระราชพิธีสิบสองเดือนไว้ ว่าจะต้องมีผลมะกรูดและใบส้มป่อยประกอบในพิธีด้วย เข้าใจว่าน่าจะใช้เพื่อการสระผมนั่นเอง และก็สามารถนำไปล้างพื้นได้ด้วย ซึ่งเป็นสมุนไพรชนิดหนึ่งเช่นกัน

น้ำมะกรูดมีรสเปรี้ยว กลิ่นฉุนคล้ายใบ แต่ใช้น้อยกว่าน้ำมะนาว ใช้ปรุงรสเปรี้ยวแทนมะนาวได้ เช่น ในปลาร้าหลน น้ำพริกปลาร้า น้ำพริกมะกรูด มะกรูดมีส่วนเปลือกที่หนา ส่วนเปลือกนิยมนำผิวมาประกอบอาหารบางชนิดด้วย ในมะกรูดมีน้ำมันหอมระเหยอยู่มาก ใบมะกรูดนั้นใส่ในต้มยำทุกชนิด น้ำขานมจีน ขำหอย ใส่ในแกงเช่น แกงเผ็ด แกงเทโพ แต่ถ้าใส่มากเกินไปจะมีรสขมมีกลิ่นฉุน ทั้งในใบ และผล บางครั้งสามารถนำไปใช้ได้แมลงบางชนิดได้ผลมะกรูดผ่าซีกที่บีบน้ำออกแล้ว ใช้เป็นยาดับกลิ่นในห้องสุขาได้

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อรอุมา กลีบคำควน. (2557) Easy Drink เครื่องดื่มทำ ง่ายสูตรฮิตหลายร้านดัง. ผลการศึกษาพบว่าน้ำหรือเครื่องดื่มจืด เป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์จำเป็นต้องดื่มน้ำเพื่อให้ร่างกายสมดุล การดื่มน้ำหรือ เครื่องดื่มไม่ได้มีกฎเฉพาะตัว เพียงแต่เลือกเครื่องดื่มที่ชอบ เลือกเวลาดื่มให้เหมาะสมเท่านั้นที่ช่วยรักษาสมดุล ร่างกายได้ ดังนั้นการเลือกเครื่องดื่มสำหรับวันจึงเป็นเรื่องที่ไม่ควรมองข้าม เริ่มจากเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ เครื่องดื่มร้อน เครื่องดื่มเย็น และเครื่องดื่มประเภทปั่นซึ่งเป็นเมนูรูปแบบใหม่สำหรับผู้ที่ต้องการทำเครื่องดื่ม เองที่บ้าน ไม่ต้องเสียเวลากับการเดินทางและไม่ต้องเสียเงินจำนวนหลายร้อยบาทต่อแก้วให้ได้เครื่องดื่มดีๆ สักแก้ว

สุริย์ แถวเที่ยง. (2552) เครื่องดื่มน้ำนมถั่ว เหลือผสมน้ำแครอท. ผลการศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้ ทางโภชนาการให้การยอมรับและความรู้สึกลึกต่อผลิตภัณฑ์ด้านความชอบในระดับ

กลาง ราคาจำหน่าย 12.00 บาท ต่อขนาดบรรจุ 180 มิลลิลิตร เก็บรักษาที่ 7 องศาเซลเซียส ระยะเวลา 14 วัน ไม่มีความเปลี่ยนแปลงทั้งกายภาพและทางเคมีตรวจพบจุลินทรีย์ ทั้งหมด 4.8×10 ลูกบาศก์ เซนติเมตร เมื่อเปรียบเทียบกับมาตรฐาน ผลิตภัณฑ์ชุมชนน้ำมันถั่วเหลือง (มพช. 529/2547) ซึ่ง กำหนดให้พบเชื้อจุลินทรีย์ ทั้งหมดได้ไม่เกิน 1×10 เซล ต่อลูกบาศก์เซนติเมตร จะเห็นได้ว่า เมื่อ เก็บรักษาไว้ 14 วัน ผลิตภัณฑ์มีความปลอดภัยต่อการบริโภค

อนุพงษ์ บัวเยี่ยม. (2555) น้ำหมักจากสมุนไพรผลไม้ ผลการศึกษาพบว่า น้ำหมักชีวภาพเพื่อ การบริโภค หรือ เอนไซม์ เป็นสารโปรตีนวิตามินเอ บี ซี ดี อี เค อะมิโนแอซิด (Aminoacid) และอะ เซทิล โคเอ (Acetyl Coa) ที่ได้จากการหมักผลไม้ นานาชนิด เมื่อทำการหมักระยะเริ่มแรก “น้ำส้มสายชู” ซึ่งมีรสเปรี้ยวอีก ระยะหนึ่งเป็น “ยาคาดู” มีรสขม ก่อนจะได้เป็นน้ำหมักชีวภาพ หรือเอนไซม์ซึ่งใช้เวลาหมักขยายประมาณ 2 ปี แต่หากจะนำไปดื่มกินเพื่อการบรรเทาโรคควรผ่าน การหมักขยายเป็นเวลา 6-7 ปีขึ้นไป



บทที่ 3

รายละเอียดการปฏิบัติงาน

3.1 ชื่อและที่ตั้งสถานประกอบการ

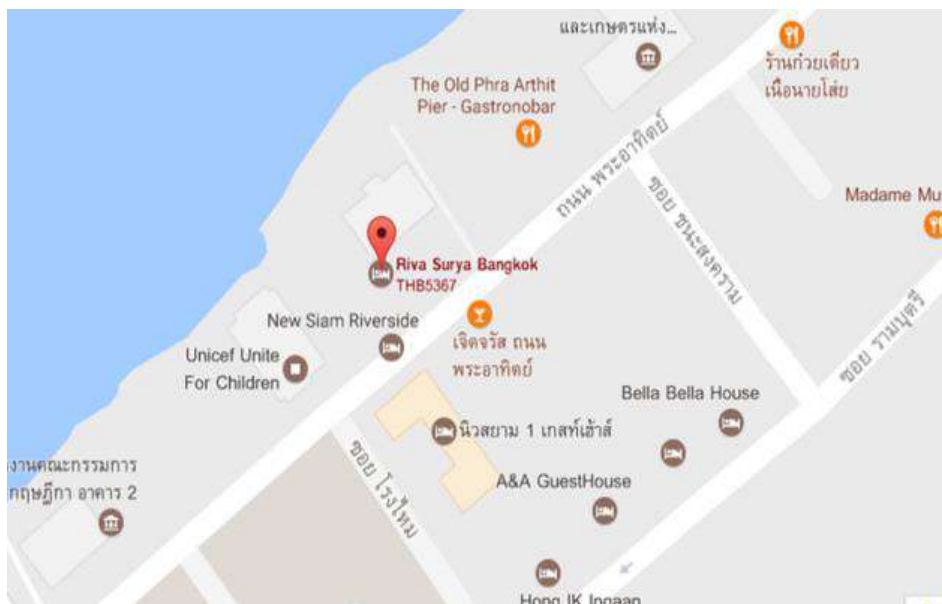
- 3.1.1 ชื่อสถานประกอบการ โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)
- 3.1.2 ที่อยู่และสถานที่ตั้ง เลขที่ 23 ถนน พระอาทิตย์ แขวง ชนະสงคราม เขต
พระนคร กรุงเทพมหานคร 10200
Website: www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com
Tel : 02-633-5000



รูปที่ 3.1 โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)
ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

RIVA SURYA
BANGKOK

รูปที่ 3.2 สัญลักษณ์โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)
ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com



รูปที่ 3.3 แผนที่โรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)

ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

3.2 ลักษณะการประกอบการ ผลิภัณฑ์การให้บริการขององค์กร

“โรงแรมริวาเซอร์ยา” (Riva Surya) โรงแรมบูติก ตั้งอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยา บนถนนพระอาทิตย์ แวดล้อมไปด้วยสถานที่ทางประวัติศาสตร์และเต็มไปด้วยวัฒนธรรมบนเกาะรัตนโกสินทร์ ผู้เข้าพักในโรงแรม สามารถเดินเท้าชมสถานที่ท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ที่สำคัญได้หลายแห่งบนเกาะรัตนโกสินทร์ เช่น พระบรมมหาราชวัง วัดพระแก้ว พิพิธภัณฑ์แห่งชาติ เป็นต้น และจากโรงแรมยังสามารถเดินไปยังย่านบันเทิง เช่น ถนนข้าวสารหากต้องการเดินทางไปยังย่านธุรกิจและย่านช้อปปิ้งกลางเมืองก็สามารถนั่งเรือข้ามเจ้าพระยาจากท่าพระอาทิตย์ไปยังท่าสะพานตากสิน ซึ่งเป็นที่ตั้งของสถานีรถไฟฟ้าตากสินได้ ซึ่งนอกจากจะเป็นการเดินทางที่สะดวกสบายแล้ว ยังถือเป็นท่องเที่ยวชมทิวทัศน์สองฟากฝั่งกรุงเทพฯ

3.2.1 วิสัยทัศน์ของโรงแรมริวา เซอร์ยา กรุงเทพฯ (Riva Surya)

ริวาเซอร์ยา จะตราตรึงเป็น โรงแรมบูติกที่ดีที่สุด ณ ริมแม่น้ำแห่งนี้ ผู้เข้าพักจะได้รับมอบคุณค่าโดยบริการ จากพนักงานที่มากล้นด้วยแรงบันดาลใจซึ่งได้รับการปลูกฝังคุณค่าในการให้บริการ สร้างแบบคุณค่าความเป็นไทยจะสร้างความอบอุ่นเสมือนที่บ้านโดยมอบบริการที่ผู้เข้าพักรู้สึกได้ว่ามากกว่า มั่นใจในการคืนผลตอบแทนที่ดี คู่คุณค่าต่อการลงทุนหากจะคิดถึงแม่น้ำคิดถึงริวาเซอร์ยา “อัญมณีแห่งสายน้ำ”

3.3 การให้บริการของโรงแรม

3.3.1 การให้บริการห้องพัก

โรงแรมริวาเซอร์ยา ห้องพักที่กว้างขวางทั้งหมด 68 ห้อง เป็นโรงแรมระดับสี่ดาว ที่ถูกออกแบบอย่างประณีต และตกแต่งด้วยความหรูหรา ทั้งมีสิ่งอำนวยความสะดวกและสื่อความบันเทิงที่ทันสมัย ห้องน้ำแต่ละห้องสัมผัสได้ถึงความทันสมัย พื้นที่ระเบียงที่กว้างขวางและเตียงนอนที่สะดวกสบาย ทำให้สัมผัสได้ถึงการตกแต่งที่สมบูรณ์แบบห้องพักที่ริวาเซอร์ยา แบ่งเป็นห้องออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่ Urban Room, Riva Room , Deluxe Riva Room, Premium Riva View โดยห้องพักแต่ละประเภท

1) ห้อง Urban Room เป็นห้องพักขนาดปานกลางสามารถเข้าพักได้ 2-3 คนและจะได้รับชมวิวรอบๆสนามหลวง ดังรูปที่ 3.4



รูปที่ 3.4 ห้อง Urban Room จำนวน 30 ห้อง
ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

2) ห้อง Riva Room เหมาะสำหรับพาคูรักมาพักผ่อนหรือฮันนิมูนแล้วยังมีวิวามเย็นของแม่น้ำเจ้าพระยาที่งดงามให้ได้สวาทกันอีกด้วย ดังรูปที่ 3.5



รูปที่ 3.5 ห้อง Riva Room จำนวน 9 ห้อง
ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

3) ห้อง Deluxe Riva Room เป็นห้องพักสำหรับ 2-3 คนและคุณจะต้องตกใจกับการมีวิวที่สวยงามอยู่ที่ระเบียงห้องตัวเอง ดังรูปที่ 3.6



รูปที่ 3.6 ห้อง Deluxe Riva Room จำนวน 17 ห้อง
ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

4) ห้อง Premium Riva View เป็นห้องที่เหมาะสมสำหรับพาครอบครัวมาพักผ่อน และภายในห้องนี้มีระเบียงลานกว้างที่สามารถออกไปยืนชมวิวมแม่น้ำเจ้าพระยาได้ ดังรูปที่ 3.7



รูปที่ 3.7 Premium Riva View จำนวน 12 ห้อง
ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

3.3.2 ห้องอาหาร

โรงแรมริวาเซอร์วิยาให้บริการร้านอาหาร ห้องอาหารแบบเบิลแอนดรัม (Babble & Rum) ให้บริการอาหารสไตล์ไทยและตะวันตกและห้องอาหารเดอะการ์เดน (The Garden) ให้บริการอาหารสไตล์ไทยและตะวันตกเช่นกัน โดยร้านอาหารแต่ละร้านมีลักษณะดังนี้

1) ห้องอาหารแบบเบิลแอนดรัม (Babble & Rum) ให้บริการอาหารสไตล์ไทยและตะวันตก ดังรูปที่ 3.8



รูปที่ 3.8 ห้องอาหารแบบเบิลแอนดรัม

ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

2) ห้องอาหารเดอะการ์เดน (The Garden) ให้บริการอาหารสไตล์ไทยและตะวันตก ดังรูปที่ 3.9



รูปที่ 3.9 ห้องอาหารเดอะการ์เดน

ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

3.3.3 สิ่งอำนวยความสะดวก

โรงแรม ริวา เซอร์รียา กรุงเทพฯ (Riva Surya) ให้บริการสิ่งอำนวยความสะดวกหลายอย่าง อาทิ เช่น ห้องประชุมสุภาพรรณ สระว่ายน้ำ ฟิตเนส เป็นต้น

1) ห้องประชุมสุภาพรรณ ดังรูปที่ 3.10



รูปที่ 3.10 ห้องประชุมสุภาพรรณ

ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

2) สระว่ายน้ำ ดังรูปที่ 3.11



รูปที่ 3.11 สระว่ายน้ำ

ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

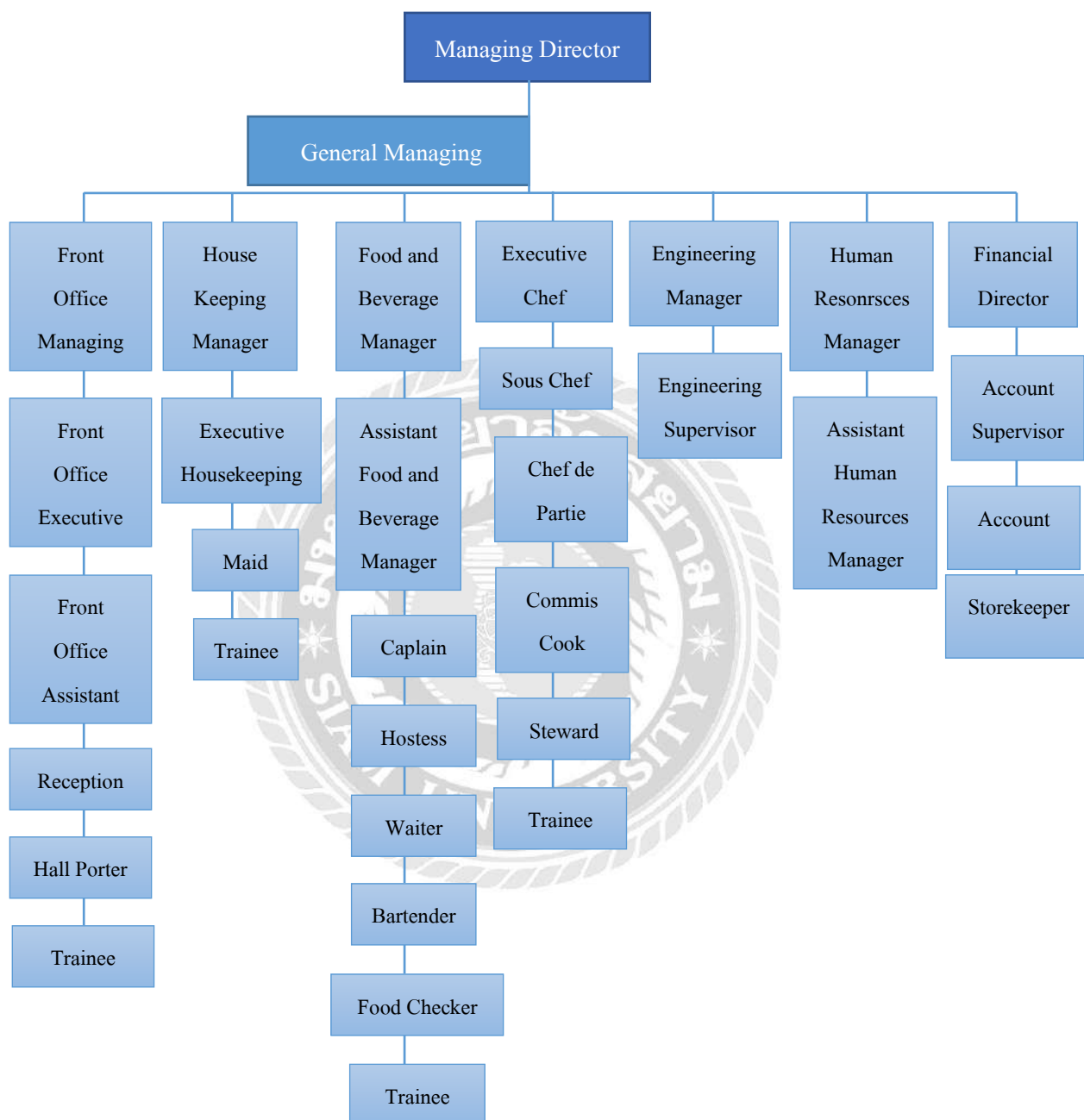
3) ฟิตเนส ดังรูปที่ 3.12



รูปที่ 3.12 ฟิตเนส

ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

3.4 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร



รูปที่ 3.13 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร

ที่มา : www.riva-suryabangkok.bangkokshotels.com

3.5 ตำแหน่งงานและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย

3.5.1 ตำแหน่งที่ได้รับมอบหมาย

ชื่อ-นามสกุล นายวรารุณ ตระกูลวิรศักดิ์

ตำแหน่ง Trainee F&B



รูปที่ 3.14 นักศึกษาสหกิจ
ที่มา : ผู้จัดทำ

3.5.2 ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย

- 1) ต้อนรับลูกค้าหน้าห้องอาหาร แนะนำโปรโมชั่นแนะนำอาหารให้กับลูกค้า
- 2) งานเกี่ยวกับด้านจัดเลี้ยง งานบริการทางด้านการเสิร์ฟอาหารและเครื่องดื่มดูแลลูกค้า สร้างความประทับใจ
- 3) จัดเตรียมเปิดห้องอาหาร จัดวางอุปกรณ์มีดช้อนส้อมในแต่ละมื้ออาหาร จัดเตรียมโต๊ะอาหารสำหรับรับBreakfast
- 4) ทำกาแฟในช่วงเวลา Breakfast
- 5) ทำเครื่องดื่มที่ไม่มีAlcohol เช่น น้ำผลไม้ต่างๆ

3.6 ชื่อและตำแหน่งงานพนักงานที่ปรึกษา

3.6.1 ชื่อพนักงานที่ปรึกษา คุณวรรณพร ธนศรีจิรโชติ

3.6.2 ตำแหน่งพนักงานที่ปรึกษา FB Attendent



รูปที่ 3.15 พนักงานที่ปรึกษา
คุณวรรณพร ธนศรีจิรโชติ
ที่มา : พนักงานที่ปรึกษา

3.7 ระยะเวลาปฏิบัติงาน

3.7.1 ระยะเวลาการฝึกปฏิบัติงาน 14 พฤษภาคม ถึง 31 สิงหาคม 2561

3.7.2 เป็นระยะเวลา 15 สัปดาห์ ปฏิบัติงานเวลา 12.00 - 21.00 น. เป็นเวลาทั้งสิ้น 9 ชั่วโมง

3.7.3 ปฏิบัติงานอาทิตย์ละ 5 – 6 วันต่อสัปดาห์ หยุดเดือนละ 6 วัน

3.8 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

3.8.1 รวบรวมข้อมูลและกำหนดหัวข้อโครงการ

กำหนดหัวข้อที่ต้องการปฏิบัติจากการสังเกตถึงปัญหาที่สามารถนำมาแก้ไข และปฏิบัติได้จริง โดยรวบรวมข้อมูลจากการศึกษาและปฏิบัติงานที่ โรงแรมริวา เซอร์ยา

3.8.2 วิเคราะห์การทำโครงการ

ได้มีการสอบถามความคิดเห็นจากพนักงานที่ปรึกษา หัวหน้าแผนกจัดเลี้ยงถึงความเป็นไปได้ในการจัดทำโครงการ

3.8.3 ลงมือปฏิบัติ

ผู้จัดทำทดลองและเกิดความผิดพลาดหลายประการและพบกับปัญหา

3.8.4 จัดทำเอกสาร

รวบรวมข้อมูล ทำการสอบถามพนักงานที่ปรึกษา ดำเนินการจัดทำรูปเล่ม และสรุปผล

3.8.5 ตรวจสอบและแก้ไข

นำรูปเล่มส่งให้กับอาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ เพื่อความเหมาะสมและถูกต้องตามหลัก

3.8.6 กำหนดระยะเวลาในการดำเนินงาน

เริ่มดำเนินงานวิจัยตั้งแต่วันที่ 14 พฤษภาคม ถึงวันที่ 31 สิงหาคม 2561 ดังตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 ขั้นตอนการดำเนินงาน โครงการ “เครื่องดื่มสมุนไพรม็อกเทลดื่มขำริวา เซอร์ยา”

ขั้นตอนในการดำเนินงาน	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.
รวบรวมข้อมูลและกำหนดหัวข้อโครงการ	←→			
วิเคราะห์การทำโครงการ		←→		
ลงมือปฏิบัติ			←→	
จัดทำเอกสาร			←→	
ตรวจสอบและแก้ไข				←→

3.9 อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้

3.9.1 วัตถุดิบที่ทำเครื่องดื่มสมุนไพรหมักเทลดัมยาริวา เซอร์ยา

วัตถุดิบที่ทำเครื่องดื่มสมุนไพรหมักเทลดัมยาริวา เซอร์ยา มีดังนี้

- 1) sweet and sour (น้ำมะนาวผสมกับน้ำเชื่อม)
- 2) พริกชี้ฟ้าแดง
- 3) ตะไคร้
- 5) ใบมะกรูด
- 4) น้ำแข็ง
- 5) น้ำเชื่อม

3.9.2 อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำเครื่องดื่มสมุนไพรหมักเทลดัมยาริวา เซอร์ยา

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำเครื่องดื่มสมุนไพรหมักเทลดัมยาริวา เซอร์ยา มีดังนี้

- 1) กระบอกลShaker
- 2) Jigger
- 3) ตะแกรงกรองกาก
- 4) มีด
- 5) แก้วJuice

3.9.3 เครื่องมือและอุปกรณ์ในการประมวลผล

เครื่องมือและอุปกรณ์ในการประมวลผล มีดังนี้

- 1) โปรแกรม Microsoft Word, Microsoft Excel
- 2) โปรแกรมสำเร็จรูปทางด้านสถิติ

จากการทำ“เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” ได้มีการทดสอบดื่ม“เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” เพื่อทำการประเมินความพึงพอใจ โดยใช้เกณฑ์การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของ“เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” โดยใช้เกณฑ์การ ประเมินดังต่อไปนี้ (ที่มา: วิเชียร เกตุสิงห์. ข่าวสารการวิจัย การศึกษา พ.ศ 2538)

4.50 – 5.00	ชอบมากที่สุด
3.50 – 4.49	ชอบมาก
2.50 – 3.49	ชอบปานกลาง
1.50 – 2.49	ชอบน้อย
1.00 – 1.49	ชอบน้อยที่สุด

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

โครงการเรื่อง “เครื่องดื่มน้ำสมุนไพรมือเทคดัมยาริชา เซอร์ยา” มีวัตถุประสงค์เพื่อนำสมุนไพรที่เหลือใช้จากแผนกบาร์และห้องครัว เช่น น้ำมะนาว ใบมะกรูด ตะไคร้ พริกแดง มาใช้ในการทำเครื่องดื่มน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพเพื่อนำเสนอเมนูเครื่องดื่มสมุนไพรให้กับทางโรงแรมและลูกค้า

4.1 ขั้นตอนการทำ เครื่องดื่มน้ำสมุนไพรมือเทคดัมยาริชา เซอร์ยา

4.1.1 วัตถุดิบในการทำเครื่องดื่มสมุนไพรมือเทคดัมยาริชา

วัตถุดิบในการทำเครื่องดื่มสมุนไพรมือเทคดัมยาริชา มีดังนี้

- 1) sweet and sour (น้ำมะนาวผสมกับน้ำเชื่อม)



รูปที่ 4.1 sweet and sour (น้ำมะนาวผสมกับน้ำเชื่อม)

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

- 2) พริกชี้ฟ้าแดง



รูปที่ 4.2 พริกชี้ฟ้าแดง

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

3) ตะไคร้



รูปที่ 4.3 ตะไคร้

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4) ใบมะกรูด



รูปที่ 4.4 ใบมะกรูด

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

5) น้ำแข็ง



รูปที่ 4.5 น้ำแข็ง

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4.1.2 อุปกรณ์ในการทำ“เครื่องดื่มสมุนไพรมือกเทลดัมยาริว่า เซอร์ยา”

อุปกรณ์ในการทำ“เครื่องดื่มสมุนไพรมือกเทลดัมยาริว่า เซอร์ยา” มีดังนี้

1) กระบอShaker



รูปที่ 4.6 กระบอShaker

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

2) Jigger



รูปที่ 4.7 Jigger

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

3) ตะแกรงกรองกาก



รูปที่ 4.8 ตะแกรงกรองกาก

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4) มีด



รูปที่ 4.9 มีด

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

5) แก้ว



รูปที่ 4.10 แก้ว

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4.1.3 ขั้นตอนการทำ“เครื่องดื่มสมุนไพรมือกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา”

ขั้นตอนการทำ“เครื่องดื่มสมุนไพรมือกเทลดัมยาริวา เซอร์ยา” มีดังนี้

- 1) นำแก้วMartiniมาใส่น้ำแข็งทิ้งไว้เพื่อให้แก้วนั้นคงอุณหภูมิความเย็น

ดังรูปที่ 4.11



รูปที่ 4.11 นำแก้วMartiniมาใส่น้ำแข็ง

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

- 2) นำตะไคร้มาทุบเพื่อให้มีกลิ่นหอมมากขึ้น หลังจากนั้นทำการซอยตะไคร้ให้ได้บางที่สุดเพื่อให้กลิ่นของตะไคร้หอม ตัดปลายของก้านตะไคร้ที่มีลักษณะแหลมเพื่อใช้ในการตกแต่ง ดังรูปที่ 4.12



รูปที่ 4.12 การทุบตะไคร้และซอยตะไคร้ให้บาง

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

3) พับครึ่งใบมะกรูดจากนั้นซอยใบมะกรูดไว้สำหรับทำเครื่องคั่วและตกแต่งแก้ว

ดังรูปที่ 4.13



รูปที่ 4.13 ซอยใบมะกรูดทำเครื่องคั่วและตกแต่งแก้ว

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4) หั่นปลายพริกชี้ฟ้าแดงสำหรับผสมกับเครื่องคั่วจากนั้นหั่นพริกชี้ฟ้าแดงเป็นแว่นบางๆเพื่อตกแต่ง ดังรูปที่ 4.14



รูปที่ 4.14 ตัดแต่งพริกสำหรับตกแต่ง

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

5) นำพริกชี้ฟ้าซอย ใบมะกรูดซอย ตะไคร้ ที่เตรียมไว้ใส่ลงไปใน shaker ใส่ น้ำแข็งสี่เหลี่ยมก้อนใหญ่ตามลงไปในshakerจนเต็ม ดังรูปที่ 4.15



รูปที่ 4.15 การผสมพริกชี้ฟ้าซอย ใบมะกรูดซอยและตะไคร้สำหรับ shaker

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

6) ใส่ sweet and sour ลงไปใน shaker ในปริมาณ 5 oz ดังรูปที่ 4.16



รูปที่ 4.16 ใส่ sweet and sour ลงไปใน shaker

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

7) ปิดฝา shaker ทำการเขย่าประมาณ 10-15 วินาที เปิดฝาดูออกใช้ที่กรองปิดไว้และกรองผ่านที่กรองอีกทีเพื่อไม่ให้เศษของตะไคร้ลงไปเจอปนในแก้ว ดังรูปที่ 4.17



รูปที่ 4.17 shaker ประมาณ 10-15 วินาที และกรอง

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

8) ทำการตกแต่งด้วยใบมะกรูดซอย พริกชี้ฟ้า ก้านตะไคร้ ดังรูปที่ 4.18



รูปที่ 4.18 ตกแต่งใบมะกรูดซอย พริกชี้ฟ้า ก้านตะไคร้

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4.2 การคำนวณต้นทุนในการผลิต “เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเตลดั้มยาริวกะ เซอร์ยา”

จากการคำนวณงบประมาณทั้งหมด เท่ากับ 38 บาท จากสูตรดังกล่าวสามารถทำ “เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเตลดั้มยาริวกะ เซอร์ยา” ได้จำนวน 1 แก้ว คิดราคาต่อ 1 แก้ว เท่ากับ 38บาท ราคาที่จะขายแก้วละ 120 บาท งบประมาณในการทำ “เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเตลดั้มยาริวกะ เซอร์ยา” ดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 คำนวณต้นทุนในการผลิต “เครื่องดื่มสมุนไพรหมักเตลดั้มยาริวกะ เซอร์ยา”

ลำดับ	ส่วนผสม	ปริมาณ	ราคา/หน่วย	ราคา (บาท)
1.	sweet and sour (น้ำมะนาวผสมกับน้ำเชื่อม)	150 กรัม	250/1000 กรัม	37.50
2.	พริกชี้ฟ้าแดง	5 กรัม	38/1000กรัม	0.19
3.	ตะไคร้	5 กรัม	17/1000กรัม	0.09
4.	ใบมะกรูด	5 กรัม	43/1000กรัม	0.22
5.	น้ำแข็ง	20 กรัม	-	-
รวมราคา				38.00

4.3 สรุปผล

4.3.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเกี่ยวกับความพึงพอใจของพนักงานแผนกครัวและแขกที่มาใช้บริการในโรงแรม จำนวน 30 คน เกี่ยวกับเมนู “เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริชา เซอร์รี่ชา” ทางผู้จัดทำได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมายตามลำดับดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ อาชีพ โดยใช้ค่าร้อยละ

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจของพนักงานแผนกครัวและแขกที่มาใช้บริการในโรงแรมเกี่ยวกับ เมนู “เครื่องดื่มสมุนไพรมีอกเทลดัมยาริชา เซอร์รี่ชา” โดยใช้ค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม และคำนวณค่าเฉลี่ย

ตารางที่ 4.2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	5	16.67
หญิง	25	83.33
รวม	30	100.00
อายุ		
ต่ำกว่า 20 ปี	4	13.33
20-25 ปี	6	20.00
25-30 ปี	5	16.67
30 ปีขึ้นไป	15	50.00
รวม	30	100.00
แผนก		
แผนกครัว	15	50.00
แขกที่เข้ามาใช้บริการ	15	50.00
รวม	30	100.00

กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามด้านเพศ เพศหญิงมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 83.33 และเพศชายร้อยละ 16.67 จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ด้านอายุ ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ 30 ปีขึ้นไป มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.00 ที่เหลืออีกได้แก่ อายุระหว่าง 20-25 ปี คิดเป็นร้อยละ 20.00 อายุต่ำกว่า 20-25 ปี คิดเป็นร้อยละ 16.67 และอายุต่ำกว่า 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 13.33 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ด้านอาชีพ พนักงานแผนกครัว คิดเป็นร้อยละ 50.00 และแขกที่เข้ามาใช้บริการ คิดเป็นร้อยละ 50.00 จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน

4.3.2 สรุปผลการประเมิน“เครื่องคัมน้ำมันพริกทอดต้มยำริ้วา เซอร์ยา”

1) ด้านสีของเครื่องคัมน้ำมัน

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านสีของเครื่องคัมน้ำมัน พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 93.33 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 6.67 จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน ดังรูปที่ 4.19



รูปที่ 4.19 ด้านสีของเครื่องคัมน้ำมัน

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

2) ด้านกลิ่นของเครื่องดื่ม

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านกลิ่นของเครื่องดื่ม พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 96.67 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 3.33 จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน ดังรูปที่ 4.12



รูปที่ 4.20 ด้านกลิ่นของเครื่องดื่ม

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

3) ด้านความสะอาดของเครื่องดื่ม

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านความสะอาดของเครื่องดื่ม พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 90.00 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 10.00 จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน ดังรูปที่ 4.21

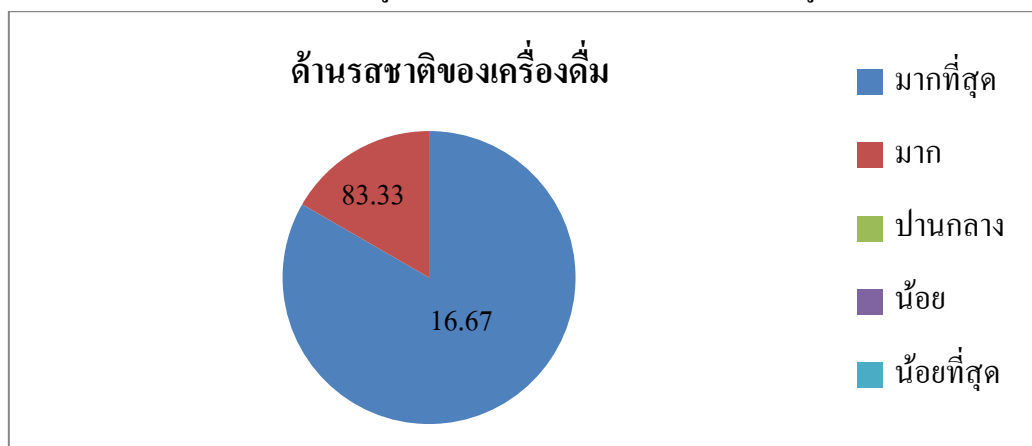


รูปที่ 4.21 ด้านความสะอาดของเครื่องดื่ม

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4) ด้านรสชาติของเครื่องดื่ม

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านรสชาติของเครื่องดื่ม ของผลิตภัณฑ์พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83.33 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 16.67 จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน ดังรูปที่ 4.22



รูปที่ 4.22 ด้านรสชาติของเครื่องดื่ม

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

5) ด้านความชอบโดยรวม

ผลจากการตอบแบบสอบถามด้านความชอบโดยรวมของผลิตภัณฑ์พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83.33 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 16.67 จากผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 30 คน ดังรูปที่ 4.23



รูปที่ 4.23 ด้านความชอบโดยรวม

ที่มา: ผู้จัดทำ 2561

4.3.3 การประเมินความพึงพอใจเมนู “เครื่องดื่มสมุนไพรมือกเทลดัมยัรริวา เซอร์ยา”

จากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ “เครื่องดื่มสมุนไพรมือกเทลดัมยัรริวา เซอร์ยา” พบว่าคุณลักษณะด้านกลิ่นของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.97 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด รองลงมาคือด้านสีของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.93 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ด้านความสะอาดของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.03 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ด้านรสชาติของเครื่องดื่ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ด้านความชอบโดยรวม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ดังตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 แสดงค่าความพึงพอใจเมนู “เครื่องดื่มสมุนไพรมือกเทลดัมยัรริวา เซอร์ยา”

คุณลักษณะของอาหาร	ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. ด้านสีของเครื่องดื่ม	4.93	0.25	มากที่สุด
2. ด้านกลิ่นของเครื่องดื่ม	4.97	0.18	มากที่สุด
3. ด้านความสะอาดของเครื่องดื่ม	4.90	0.30	มากที่สุด
4. ด้านรสชาติของเครื่องดื่ม	4.83	0.37	มากที่สุด
5. ด้านความชอบโดยรวม	4.83	0.37	มากที่สุด

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผล ปัญหาที่พบ การแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.1.1 สรุปผลโครงการ

จากการที่ผู้จัดทำได้ทำเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา ในครั้งที่ 1 ปัญหาเกิดจากการที่เครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยาทำให้ต้องปรับการปรุงแก้ไขความเผ็ดเพื่อให้ได้แก่กลิ่นของพริกโดยการเอาเม็ดพริกออก ครั้งที่ 2 การแก้ปัญหาคือ การเลียนรสชาติเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา โดยคงสภาพเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา จึงได้ศึกษาข้อมูลและสอบถามจากพนักงานที่ปรึกษา จนทำให้เครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา นั้นเกิดความสมบูรณ์และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผู้จัดทำได้มีการทำแบบสอบถามความพึงพอใจของพนักงานในครัวและแขกผู้ที่มาใช้บริการโรงแรม ที่มีเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา จำนวน 30 ชุด

5.1.2 จากผลตอบแบบสอบถามความพึงพอใจ

จากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์“เครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา ริว่าเซออย่า” พบว่าคุณลักษณะด้านกลิ่นของเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.97 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด รองลงมาคือด้านสีของเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.93 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ด้านความสะอาดของเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.03 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ด้านรสชาติของเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด ด้านความชอบโดยรวม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน ซึ่งมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด

5.1.3 ปัญหาของโครงการ

เนื่องจากการทำอาหารต้องใช้เวลาฝึกฝนและประสบการณ์ในการทำผู้ทำโครงการอาจยังทำรสชาติของเครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยาได้ยังไม่ดีพอต้องใช้ระยะเวลาฝึกฝนซึ่งผู้จัดทำยังขาดประสบการณ์การทำ เครื่องดื่มน้ำมันพริกม็อกเทลดื่มยา อาจทำให้ออกมาไม่ได้มาตรฐานหรือรสชาติที่ผิด

5.1.4 การแก้ไขปัญหา

ควรจดจำในการฝึกฝนภายในครัว และจำรสชาติของวัตถุดิบต่างๆ เพื่อมาปรับใช้กับเมนูและหากไม่เข้าใจในงานที่รับมอบหมายควรสอบถามจากพนักงานพี่เลี้ยงภายในครัวเพื่อให้มีรสชาติตามมาตรฐานและต้องใช้ระยะเวลาเพื่อฝึกฝนซึ่งก่อให้เกิดอุปสรรคมากมายระหว่างการ

ฝึกฝนทำเครื่องดื่มสมุนไพรมีกลิ่นหอมเพราะผู้จัดทำยังขาดประสบการณ์ในการทำเครื่องดื่มควรสังเกตและศึกษาระบบต่างๆภายในครัวควรระมัดระวังในการทำงานเพื่อให้เกิดความผิดพลาดน้อยที่สุด

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

5.2.1 ข้อดีของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

จากการที่ผู้จัดทำได้ฝึกปฏิบัติงานเป็นระยะเวลา 4 เดือน ในตำแหน่ง Trainee F&B ทำให้ได้ฝึกทักษะในการปฏิบัติงานจริงได้เรียนรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายรวมทั้งปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อบังคับของสถานประกอบการอย่างเคร่งครัด ได้ฝึกความอดทนต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้นในสถานประกอบการ และยังได้รับความรู้ในเรื่องของการอาหารไทย อาหารยุโรปและอาหารชนิดต่างๆ เนื่องจากผู้จัดทำได้ฝึกงานในส่วนของโรงแรมจึงได้มีการสังเกตพบว่าในกระบวนการผลิตนั้นจะมีวัตถุดิบคงเหลือจากสาเหตุต่างๆ ทางผู้จัดทำจึงได้เกิดความคิดและนำวัตถุดิบคงเหลือมาทำ “เครื่องดื่มสมุนไพรมีกลิ่นหอม” เพื่อสร้างสรรค์ให้เกิดเมนูใหม่ที่มีคุณประโยชน์ต่อสุขภาพ

5.2.2 ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงานสหกิจ

ในการปฏิบัติงานสหกิจศึกษามักจะพบปัญหาในเรื่องของอุบัติเหตุจากการทำงาน เช่น การเกิดบาดแผลจากกรรไกรของการถูกของมีคมบาดเป็นต้นและการสื่อสารในเรื่องภาษาอังกฤษยังไม่ดีพอและเจอสภาพในหลายๆเชื้อชาติและทั้งในด้านการฟังและการพูด

5.2.3 ข้อเสนอแนะ

ในการปฏิบัติงานในส่วนงานของครัวค่อนข้างที่จะต้องใช้เทคนิคมากดังนั้นควรมีการเตรียมตัวและฝึกหัดเทคนิคการทำงานในส่วนครัวในการทำงานมีการใช้คำศัพท์เฉพาะทางและต้องมีความอดทนเพราะต้องยืนนานและมีใจรักในการทำอาหารหรือทำงานในครัวมาก การฝึกงานสหกิจศึกษาควรปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อบังคับของสถานประกอบการ และปฏิบัติงานอย่างระมัดระวังมีสติโดยไม่เกิดความประมาทในการทำงาน

บรรณานุกรม

- ชวนพิศ อรุณรังสีกุล. (2547). *มาตรฐานผักผลไม้และอาหารที่ตลาดต้องการ* (พิมพ์ครั้งที่ 2).
กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์รังสีการพิมพ์.
- ทวีทอง หงส์วิวัฒน์. (2546). *ผักและสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พรณีการพิมพ์.
- ปรัชญา รัชมิธรรมวงศ์. (2548). *การปลูกและขยายพันธุ์มะม่วงหิมพานต์*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เพชรกะรัต.
- มณีนัฏร นิกรพันธุ์. (2541). *พริกชี้ฟ้า*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- เมฆ จันทน์ประยูร. (2548). *ผักพื้นบ้านเคล็ดลับของคนอายุยืน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มิติใหม่.
- วิเศษ อัครวิทย์กุล. (2542). *การปลูกมะนาว* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เกษตรบุ๊ค.
- วิเชียร เกตุสิงห์. (2538). ค่าเฉลี่ยและการแปลความหมาย. *ข่าวสารวิจัยทางการศึกษา*, 18(3),
หน้า 8-11.
- สุริย์ แถวเที่ยง. (2552). *เครื่องคั้นน้ำนมถั่วเหลืองผสมน้ำแครอท*. เข้าถึงได้จาก
<https://repository.rmutp.ac.th/bitstream/handle>
- อนุพงษ์ บัวเข็ม. (2555). *น้ำหมักจากสมุนไพรผลไม้*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ พงษ์สาส์น.
- อรอุมา กลีบคำดวง. (2557). *Easy Drink เครื่องดื่มทำง่ายสูตรฮิตหลากหลายร้านดัง*. เข้าถึงได้จาก
<http://uc.thailis.or.th/Catalog/BibItem>

ภาคผนวก





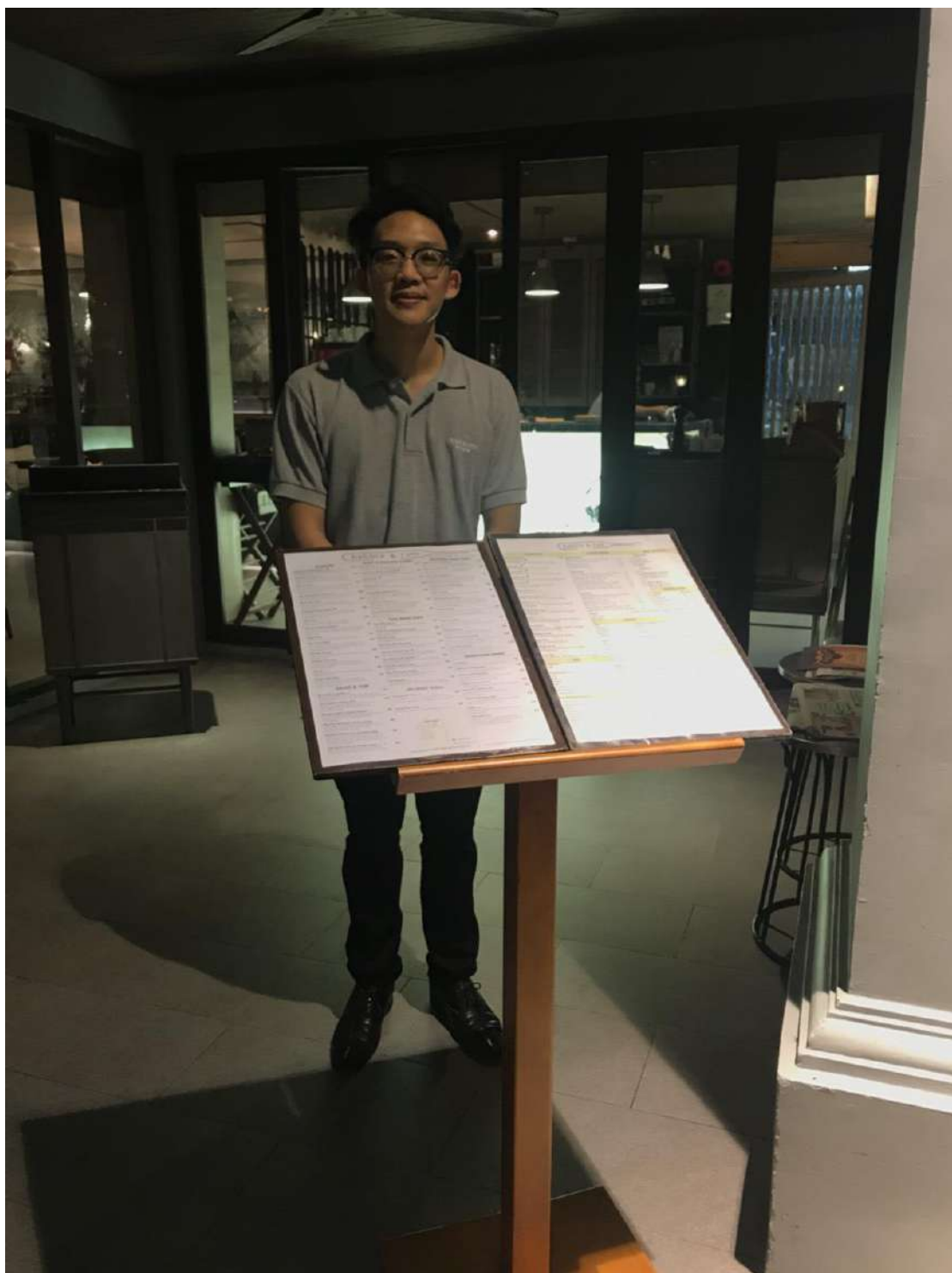
ภาคผนวก ก

บรรยายกาศการทำงาน และ บรรยายกาศการนำเสนอ

บรรยากาศการทำงาน



พนักงานที่ปรึกษา



จุดต้อนรับลูกค้าในห้องอาหาร



พนักงานที่ปรึกษาและพนักงาน



จัดวางอุปกรณ์บนโต๊ะอาหาร



เติมเครื่องดื่ม



รับออเดอร์



จัดเรียงเครื่องต้ม



เบิกเครื่องดื่ม



ตรวจเช็ครายการอาหารตอนเช้า

ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม





ภาคผนวก ค

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

ภาคผนวก ค

บทความวิชาการ



ภาคผนวก ง
โปสเตอร์



ภาคผนวก จ

ประวัติผู้เขียน



ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5704400045
ชื่อ – นามสกุล : นายรารุฒิ ตระกูลวิรศักดิ์
คณะ : ศิลปศาสตร์
สาขา : การโรงแรมและการท่องเที่ยว
ที่อยู่ : 39-323 หมู่บ้าน ซิกเนเจอร์กัลปพฤกษ์
แขวง บางแค เขต บางแค กทม 10160

