



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่

HONEY AVOCADO YOGURT

โดย

นาย ชนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร 5604400091

นางสาว รินรดา สืบสังข์ 5704400096

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา

ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2560

หัวข้อโครงการ โยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้ (Honey Avocado Yoghurt)
รายชื่อผู้จัดทำ นางสาวรินรดา สืบสังข์, นายธนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร
ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ ชูวริน ศรีปพาน

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว ประจำปีการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2560

คณะกรรมการสอบโครงการ

..... อาจารย์ที่ปรึกษา

(อาจารย์ชูวริน ศรีปพาน)

..... พนักงานที่ปรึกษา

(นางสาวนิตยา คงพันธ์)

..... พนักงานที่ปรึกษา

(นายอริก ไทรจำเนียร)

..... กรรมการกลาง

(ผศ.ดร.ชลลดา มงคลวนิช)

.....

.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักงานสหกิจศึกษา

(ผศ.ดร. มารุจ ลิ้มปะวัฒน์นะ)

ชื่อโครงการ : โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่
 หน่วยกิต : 5
 ชื่อนักศึกษา : นาย ณะชัย รุ่งโรจน์สุนทร
 นางสาวรินรดา สืบสังข์
 อาจารย์ที่ปรึกษา : อาจารย์ยุวริน ศรีปาน
 ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี
 สาขาวิชา : การโรงแรม
 คณะ : ศิลปศาสตร์
 ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา : 1/2560

บทคัดย่อ

ในปัจจุบันความนิยมในเรื่องของการรักษาสุขภาพนั้นกำลังเป็นที่นิยมสำหรับผู้คนยุคใหม่ และโยเกิร์ตนั้นก็ถือว่าเป็นอาหารว่างที่ได้รับความนิยมและหารับประทานได้ง่ายและสะดวกสบาย และภายในโรงแรมดับเบิลยูนั้นได้จัดให้เมนูโยเกิร์ตอยู่ในรายการอาหารBuffetในช่วงเช้าอีกด้วย และโยเกิร์ตยังเป็นที่ชื่นชอบของลูกค้าที่เข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมากผู้จัดทำจึงได้คิดโครงการ เรื่อง โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่ (Honey Avocado Yoghurt) มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสรรค์และเพิ่ม ทางเลือกให้กับลูกค้าและเป็นการเพิ่มรายได้ให้ห้องอาหาร ผลการศึกษาพบว่าผลความพึงพอใจที่มี เมนู โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่ (Honey Avocado Yoghurt) ว่าเป็นเมนูที่มีความคิดสร้างสรรค์และมีความแปลกใหม่ เมนูนี้เป็นเมนูที่เติมเปี่ยมไปด้วยคุณค่าทางสารอาหาร และการตกแต่งที่สวยงาม และเห็นวัตถุดิบของอาหารชัดเจนเป็นตัวดึงดูดเข้ามาใช้บริการและทำให้ลูกค้าอยากรับประทานเมนูนี้ มากขึ้น ผู้ประกอบการยังสามารถที่จะทำการพัฒนาสูตรและปรับปรุงเพื่อให้เมนูนี้มีมาตรฐาน เหมาะสมกับโรงแรม W Bangkok ได้และเพื่อเพิ่มเป็นเมนูเพื่อคนรักสุขภาพเมนูใหม่ได้อีกด้วย

คำสำคัญ : โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่,โยเกิร์ตอโวคาโด

Project Title : HONEY AVOCADO YOGHURT

Credits : 131 credits

By : Mr. Thanachai Rungrojsuntorn , Mrs. Linlada Suebsang

Advisor : Yuvarin Sripan

Degree : Bachelor of Arts

Major : Hotel

Faculty : Liberal Arts

Semester / Academic year : 1/2017

Abstract

Nowadays, people show more concern for their health than before. Maintaining a balanced diet with yoghurt as a dessert has always been popular since yoghurt has been available for everyone. W Bangkok Hotel, therefore, provides a buffet breakfast including yoghurt flavors as another way in which guests can take care of their health. Our group created a brand new flavor "Honey Avocado Yoghurt" as another flavor for the hotel. Results from a survey of client satisfaction with our yoghurt shows that it was not only creative and very new, but also full of high nutritional value. Besides, our garnishing was very attractive that clients feel much more interested in our menu item. W Bangkok Hotel is allowed to improve our Honey Avocado Yoghurt in order to make a suitable standard and add it as another alternative dish for clients who want to minimize negative health issues and remain fit for more years to come.

Keywords : Honey Avocado Yoghurt , Avocado Yoghurt

Approved by

กิตติกรรมประกาศ

(Acknowledgement)

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้ามาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรม ดับเบิ้ลยู-กรุงเทพฯ ตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 – วันที่ 8 ธันวาคม 2560 เป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้ และเสริมสร้างทักษะใหม่ และได้รับประสบการณ์ที่มีค่ายิ่งสำหรับโครงการสหกิจฉบับนี้สามารถสำเร็จลงได้ด้วยดีเกิดจากความร่วมมือและสนับสนุนของพนักงานแผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม (ห้องอาหาร The Kitchen Table) และพนักงานแผนกครัวร้อน (Main Kitchen) ดังต่อไปนี้

- 1.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ ตำแหน่ง Restaurant Manager
- 2.คุณชามาศ ภูมิพล ตำแหน่ง Assistant Manager
3. คุณอำนาจ เลิศศรี ตำแหน่ง Supervisor
- 4.คุณอริก ไทรจำเนียร ตำแหน่ง Chef de Patie
- 5.คุณธีระยุทธ ศรีบริรินทร์ ตำแหน่ง Demi Chef

ขอขอบคุณ อาจารย์ ยุวริน ศรีปาน อาจารย์ที่ปรึกษาที่ได้ช่วยเหลือให้คำแนะนำในเรื่องการปฏิบัติงาน และการจัดทำโครงการและผู้จัดทำขอขอบคุณทุกท่านที่ไม่ได้กล่าวนามที่ได้ช่วยเหลือและให้คำแนะนำในการจัดทำโครงการและในการปฏิบัติงาน

และผู้จัดทำขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องทำให้โครงการฉบับนี้สมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและให้คำสอนในเรื่องของการใช้ชีวิตและปฏิบัติงานจริงซึ่งคณะผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ

นางสาว รินดา สืบสังข์

นาย ธนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร

8 ธันวาคม 2560

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่ง	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 การทบทวนเอกสาร/วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
2.1 ความหมายของโยเกิร์ต	3
2.2 กระบวนการผลิตโยเกิร์ต	5
2.3 ความหมายของโอวาคาโด	8
2.4 ความหมายของน้ำผึ้ง	11
2.5 ความหมายของนม	12
2.6 ประเภทของอาหารเข้าในโรงแรม	13
บทที่ 3 รายละเอียดการปฏิบัติงานตามโครงการ	
3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ	15
3.2 รายละเอียดทั่วไปของโรงแรกของสถานประกอบการ	15
3.3 รูปแบบการจัดองค์การและการบริหารงานขององค์กร	18
3.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย	19
3.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา	23
3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน	25
3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	25
3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้	26

สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ	
4.1 ส่วนผสมและวิธีการทำ	27
4.2 การคำนวณต้นทุนของอาหาร	29
4.3 การวิเคราะห์ข้อมูล	30
4.4 การสรุปผลการสัมภาษณ์	
• การสรุปผลการสัมภาษณ์(ครั้งที่ 1)	31
• การสรุปผลการสัมภาษณ์ (ครั้งที่ 2)	40
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลของโครงการ	52
5.2 สรุปผลและการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	54
บรรณานุกรม	55
ภาคผนวก ก	56
ภาคผนวก ข	66
ประวัติผู้จัดทำ	68



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 ตารางขั้นตอนและวิธีดำเนินการ	26
ตารางที่ 3.2 ตารางอัตราส่วนของวัตถุดิบที่ใช้ทำเมนู Honey Avocado Yoghurt (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1)	28
ตารางที่ 3.3 ตารางการคำนวณต้นทุนของอาหาร (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1)	29
ตารางที่ 3.4 ตารางรายชื่อของกลุ่มตัวอย่างผู้ให้สัมภาษณ์ครั้งที่ 1	30
ตารางที่ 3.5 ตารางรายชื่อของกลุ่มตัวอย่างผู้ให้สัมภาษณ์ครั้งที่ 2	41
ตารางที่ 3.6 ตารางอัตราส่วนของวัตถุดิบที่ใช้ทำเมนู Honey Avocado Yoghurt (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2)	41
ตารางที่ 3.7 ตารางแสดงต้นทุนของอาหาร (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2)	46



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปที่ 2.1 โยเกิร์ตชนิดคงตัว	5
รูปที่ 2.2 โยเกิร์ตชนิดคน	5
รูปที่ 2.3 กระบวนการผลิตโยเกิร์ตชนิดคงตัวและชนิดคน	6
รูปที่ 2.4 โอวาคาโด	9
รูปที่ 2.5 รูปภาพอาหารเช้า American Breakfast	13
รูปที่ 2.6 อาหารเช้าแบบ Continental Breakfast	14
รูปที่ 2.7 อาหารแบบ Buffet	14
รูปที่ 3.1 สัญลักษณ์ของโรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ	15
รูปที่ 3.2 แผนที่ตั้งของ โรงแรม ดับเบิลยู กรุงเทพฯ	16
รูปที่ 3.3 The Kitchen Table	17
รูปที่ 3.4 แผนผังองค์กรของแผนกครัวและแผนกอาหารและเครื่องดื่ม	18
รูปที่ 3.5 นางสาว รินรดา สืบสังข์	19
รูปที่ 3.6 นาย ณะชัย รุ่งโรจน์สุนทร	21
รูปที่ 3.7 นางสาว นิตยา คงพันธ์	23
รูปที่ 3.8 นายอชิกร ไทรจำเนียร	24
รูปที่ 4.1 Honey Avocado Yoghurt	27
รูปที่ 4.2 โยเกิร์ตโอวาคาโดฮันนี่ (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1)	40
รูปที่ 4.3 รูปภาพเปรียบเทียบโยเกิร์ตโอวาคาโดฮันนี่ระหว่างการสัมภาษณ์ ครั้งที่1 และครั้งที่2	50
รูปที่ 4.4 โยเกิร์ตโอวาคาโดฮันนี่ (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 รูปที่ 1)	51
รูปที่ 4.5 โยเกิร์ตโอวาคาโดฮันนี่ (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 รูปที่ 2)	51
รูปที่ 5.1 ขั้นตอนการทำโยเกิร์ตโอวาคาโด	52
รูปที่ 5.2 ขั้นตอนการทำโยเกิร์ตโอวาคาโด รูปที่ 1	53
รูปที่ 5.3 ขั้นตอนการทำโยเกิร์ตโอวาคาโด รูปที่ 2	53

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงแรม ดับเบิลยู กรุงเทพฯ ตั้งอยู่ใจกลางถนนสาทรเป็นตึกกระจกสูง 31 ชั้น ย่านสาทรซึ่งนับว่าเป็นหนึ่งในย่านแห่งใหม่ของกรุงเทพฯ ที่มีสิ่งตื่นเต้นใหม่ๆเกิดขึ้นตลอดเวลา และนอกจากนั้นถนนสาทรยังนับได้ว่าเป็นถนนธุรกิจที่โด่งดัง โดยตั้งอยู่ใกล้กับย่านธุรกิจการค้าสำคัญอย่าง สีลม สยาม แลบริมแม่น้ำเจ้าพระยาและถนนสุขุมวิท การเดินทางไปมาสะดวกสบายเนื่องจากอยู่ติดกับรถไฟฟ้าสายระดับบีทีเอส สถานีช่องนนทรีห่างไปเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ซึ่งในโรงแรม ดับเบิลยู กรุงเทพฯ นั้นมีห้องพักที่หรูหราและมีเอกลักษณ์สไตล์การตกแต่งที่ทันสมัย มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน ไม่ว่าจะเป็นด้านหน้าทางเข้าโรงแรมมีห้องอาหารThe House ที่เป็นบ้านหลังเก่าที่สวยงาม วูบาร์ สระว่ายน้ำกลางแจ้ง ฟิตเนส ห้องจัดเลี้ยงและห้องประชุม และห้องอาหารหลักคือ The Kitchen Table ซึ่งเป็นห้องอาหารขนาดใหญ่สามารถรองรับแขกได้ถึง 135 คน เป็นห้องอาหาร Modern Bistro Style มีอาหารหลากหลายตั้งแต่อาหารไทยจนถึงอาหารตะวันตก ไว้สำหรับรับรองนักท่องเที่ยวที่มาจากหลากหลายเชื้อชาติ ซึ่งในช่วงเช้าของทุกวันจะให้บริการอาหารประเภทของ Buffetและเมนู A LA CARTE ซึ่งแขกที่เข้ามาพักจำเป็นต้องเข้ามารับประทานอาหารเช้ากับทางห้องอาหารThe Kitchen Table ในไลน์ Buffetนั้นจะมีอาหารประเภทก๋วยเตี๋ยว ข้าวต้ม ต้มยำ อาหารอิสลาม เบเกอรี่ เครื่องดื่มและอื่นๆอีกมากมาย หนึ่งในเมนูอาหารเช้าที่เป็นที่นิยมได้แก่ โยเกิร์ต โยเกิร์ตในห้องอาหารนั้นมีอยู่หลายรสให้เลือกรับประทาน เช่น กรีกโยเกิร์ต โยเกิร์ตไขมันต่ำ โยเกิร์ตมูสเบอร์รี่ โยเกิร์ตเสาวรส ซึ่งอาจเป็นโยเกิร์ตพื้นฐานที่ทุกโรงแรมมีเหมือนกัน

จากการที่ได้ปฏิบัติงานกับทางโรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ ผู้จัดทำได้เข้ารับการฝึกและการปฏิบัติงานในแผนกครัวMain และแผนกอาหารและเครื่องดื่มที่ห้องอาหาร The Kitchen Table ซึ่งในครัวมีบทบาทและหน้าที่ตั้งแต่การเตรียมวัตถุดิบ ประกอบอาหาร ปรุงอาหาร ขนส่งอาหารไปยังห้องอาหาร รวมไปถึงการจัดสต็อกภายในครัว และแผนกการบริการอาหารและเครื่องดื่ม มีหน้าตั้งแต่งเช็คอุปกรณ์ รับออเดอร์จากแขก เก็บโต๊ะ และเช็คอุปกรณ์เพื่อเตรียมความพร้อมต้อนรับแขกที่เข้ามารับประทานอาหาร ดูแลลูกค้าและตอบสนองความต้องการของลูกค้าให้ได้รับความพึงพอใจสูงสุด

ปัจจุบันในห้องอาหาร The Kitchen Table พบว่าจากการสังเกตน้ำมันที่วางไว้สำหรับเติมกับกาแฟจะเหลือและทิ้งเป็นประจำ นมนั้นสามารถนำมาทำประโยชน์ได้อีกมากมายและโยเกิร์ตที่วางบนไลน์ Buffet ส่วนมากกรีกโยเกิร์ตมักจะเหลือเป็นจำนวนมากและแขกมักจะไม่ค่อยรับประทานกรีกโยเกิร์ตมากเท่าไรเนื่องจากมีรสชาติที่ไม่ถูกปากเลยคิดที่จะเพิ่มทางเลือกให้กับแขกที่เข้ามารับประทานอาหารและเป็นการเพิ่มมูลค่าของโยเกิร์ต ซึ่งอาจทำให้ลูกค้าชาวเอเชียหันมารับประทานโยเกิร์ตมากยิ่งขึ้นและจากการสังเกตลูกค้าชาวยุโรปชื่นชอบโอวัลตินและมักจะมีการสั่งเพิ่มเป็นประจำหากมีเมนูโยเกิร์ตโอวัลตินอาจสร้างความประทับใจแก่ลูกค้ามากยิ่งขึ้น นมที่มักจะเหลือทิ้งนั้นยังสามารถนำมาทำโยเกิร์ตธรรมชาติเองได้อีกด้วย

ดังนั้นผู้จัดทำจึงมีความประสงค์ที่จะจัดทำโครงการเรื่องโอวัลตินโยเกิร์ตน้ำผึ้ง เพื่อที่จะช่วยสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ขึ้นมาในรูปแบบใหม่และเพื่อนำมาวางขายในเมนู A la carte หรือจัดวางบนไลน์ Buffet ในช่วงอาหารเช้า อาจทำให้โยเกิร์ตนั้นเป็นอาหารเช้าที่ได้รับความนิยมจากแขกที่เข้ามารับประทานอาหารมากขึ้นจึงอยากสร้างสรรค์เมนูใหม่ที่เป็นเอกลักษณ์ที่หากินได้เพียงที่นี่ที่เดียว และสร้างความประทับใจและความพิเศษแก่ห้องอาหาร

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1.2.1 เพื่อเพิ่มรายได้ให้ห้องอาหารจากการขายเมนูนี้

1.2.2 เพื่อสร้างสรรค์เมนูใหม่ๆบนไลน์ Buffet อาหารเช้าให้มีความแปลกใหม่

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารหรือทอดคือ โอวัลตินพ่นชู แซช ,โอวัลตินพ่นชูไทยโครงการหลวง

1.3.2 กลุ่มตัวอย่าง/ประชากร ได้แก่ พนักงานในแผนกครัว Main จำนวน 15 คน และพนักงานในห้องอาหาร The Kitchen Table จำนวน 30 คน รวมทั้งหมด 45 คน

1.3.3 ขอบเขตในด้านระยะเวลา ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่ วันจันทร์ที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2560 -วันศุกร์ที่ 8 ธันวาคม พ.ศ.2560

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.4.1 โยเกิร์ตที่จะทิ้งสามารถนำมาใช้ทำเมนูนี้และเพิ่มรายได้ให้กับห้องอาหาร

1.4.2 เมนูที่คิดขึ้นมาใหม่นี้ได้เป็นเมนูใหม่ในห้องอาหารได้

บทที่ 2

การทบทวนเอกสาร/วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการจัดทำโครงการเรื่องโยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่ Honey Avocado Yoghurt โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสรรค์เมนูใหม่ ๆ และเป็นการเพิ่มทางเลือกที่หลากหลายมากขึ้นให้กับห้องอาหาร The Kitchen Table ที่ตั้งอยู่บริเวณชั้น 2 ของโรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ ทั้งนี้เพื่อเพิ่มความประทับใจและสร้างความพิเศษให้กับแขกที่เข้ามารับประทานอาหารเข้าในโรงแรมและเป็นการส่งเสริมสุขภาพที่ดีให้กับลูกค้า ดังนั้นผู้จัดทำโครงการจึงได้ศึกษาทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับโครงการนี้ ดังต่อไปนี้

- ความหมายของโยเกิร์ต
- กระบวนการผลิตโยเกิร์ต
- ความหมายของอโวคาโด
- ความหมายของน้ำผึ้ง
- ความหมายของนม
- ประเภทของอาหารเข้าในโรงแรม

2.1 ความหมายของโยเกิร์ต

ดร.ศุภนัฏดา โยมญาติ(2557) โยเกิร์ตจัดเป็นนมเปรี้ยว (fermented milk) ชนิดหนึ่ง ตามมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม ได้ให้ความหมายของนมเปรี้ยวว่า “เป็นผลิตภัณฑ์นมที่ได้จากนํ้านมจากสัตว์ที่นำมาบริโภคนได้ หรือส่วนประกอบของนํ้านมที่ผ่านการทำลายจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรคแล้ว หมักด้วยจุลินทรีย์ที่ไม่ทำให้เกิดโรคหรืออันตราย ทำให้ค่าความเป็นกรดเพิ่มขึ้น และอาจปรุงแต่งกลิ่น รส สี หรือเติมวัตถุเจือปนอาหาร สารอาหาร หรือส่วนประกอบอื่นที่ไม่ใช่นํ้านมด้วยก็ได้ ทั้งนี้ให้รวมถึงนมเปรี้ยวที่นำมาผ่านการฆ่าเชื้อ การแช่แข็ง หรือการทำให้แห้งด้วย”

การผลิตโยเกิร์ตนั้น จะหมักนํ้านมด้วยแบคทีเรียกลุ่มที่ผลิตกรดแลคติก (Lactic Acid Bacteria : LAB) ซึ่งทำให้ผลิตภัณฑ์ที่ได้มีรสเปรี้ยว ซึ่ง pH ที่ลดลงนี้จะทำให้โปรตีนเสียสภาพ (denature) และจับตัวตกตะกอน (curd) ทำให้ได้โยเกิร์ตที่มีลักษณะข้น การผลิตโยเกิร์ตโดยทั่วไปจะใช้นํ้านมวัวเป็นวัตถุดิบ แต่ก็สามารถใช้นํ้านมจากสัตว์ชนิดอื่น เช่น นํ้านมแพะ หรือผลิตภัณฑ์จากพืช เช่น นํ้านมถั่วเหลืองหรือกะทิมาแทนนํ้านมวัวได้

การผลิตโยเกิร์ตนั้นจะใช้เชื้อแบคทีเรียสองชนิดร่วมกันทำให้ผลิตโยเกิร์ตได้เร็วขึ้น มีกลิ่นและรสชาติดีกว่าใช้เชื้อชนิดใดชนิดหนึ่งเพียงชนิดเดียว เนื่องจากแบคทีเรียทั้งสองชนิดนี้จะทำงาน

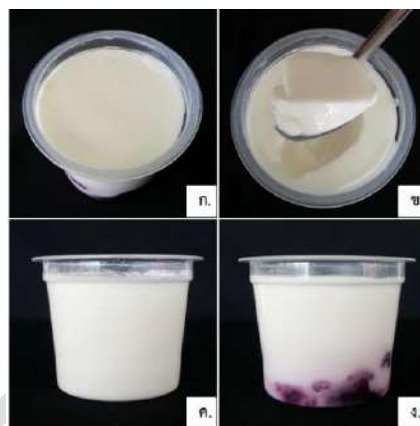
เสริมซึ่งกันและกัน (synergy) อย่างไรก็ตามอัตราส่วนของเชื้อแบคทีเรียทั้ง 2 ชนิดและสายพันธุ์ที่คัดเลือกมาเป็นหัวเชื้อจะมีผลต่อรสชาติและกลิ่น (flavor) รวมทั้งเนื้อสัมผัส (texture) ของโยเกิร์ต ซึ่งจะแตกต่างกันในแต่ละยี่ห้อที่ผลิตออกมาขาย และอาจมีการเติมแบคทีเรียชนิดอื่นลงไปด้วย เช่น *Bifidobacterium* spp.

ธารารัตน์ สุภศิริ (2542) Probiotic แบคทีเรียเพื่อสุขภาพ, วารสารวิทยาศาสตร์ ได้ให้ความหมายของไว้ว่า โยเกิร์ต คือ นมเปรี้ยวที่มีจุลินทรีย์สุขภาพอย่างแล็กโทบาซิลลัส โยเกิร์ตต่างกันแค่รสชาติ และปริมาณผลไม้ คุณภาพจะดีหรือไม่ดี ดูที่วันผลิตและวันหมดอายุ 95% ของจุลินทรีย์ในโยเกิร์ต ให้คุณค่ากับสุขภาพไม่เต็ม 100 ในโยเกิร์ตทั่วไปมีจุลินทรีย์แล็กโทบาซิลลัส ที่ให้ประโยชน์กับร่างกาย แต่ 95% ของจุลินทรีย์เหล่านั้น มีชีวิตที่ไม่ยืนยาวเพราะไม่สามารถต้านทานกรดในกระเพาะอาหารของเราได้ และค้างในลำไส้เล็ก ร่างกายจึงได้ประโยชน์จากจุลินทรีย์ไม่เต็มที่ จุลินทรีย์สุขภาพโพรไบโอติก และโยอาหารโพรไบโอติก ในโยเกิร์ต เป็นจุลินทรีย์สายพันธุ์ที่แข็งแรง และสามารถทนกรด-ด่าง ในกระเพาะและลำไส้ ซึ่งได้แก่จุลินทรีย์แล็กโทบาซิลลัส แอซิโดฟิลัส และบิฟิโดแบคทีเรีย ทำให้ร่างกายได้ประโยชน์มากมาย เช่น สร้างสมดุลของประชากรจุลินทรีย์ที่อาศัยอยู่ในระบบทางเดินอาหารของเรา ช่วยยับยั้งการรุกรานและลดจำนวนจุลินทรีย์ชนิดก่อโทษ และยังช่วยให้การดูดซึมสารอาหารของร่างกายมีประสิทธิภาพมากขึ้น กระตุ้นให้เกิดระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ช่วยยับยั้งสารก่อมะเร็ง ทำให้เราไม่เจ็บป่วยง่าย ทำให้ระบบขับถ่ายดี ไม่สะสมสารพิษ แล้วยังมีประโยชน์อีกมากมาย ที่ทำให้ใครต่อใครหันมาบริโภคโยเกิร์ตกันมากขึ้น โยเกิร์ตที่มีจุลินทรีย์สุขภาพโพรไบโอติก จึงมีประโยชน์กว่าโยเกิร์ตทั่วไป เราจึงควรรับประทานโยเกิร์ตที่มีจุลินทรีย์สุขภาพ อย่างน้อย 1 ถ้วยทุกวัน เพื่อช่วยเพิ่มปริมาณและรักษาจำนวนจุลินทรีย์สุขภาพให้กับร่างกาย

ประเภทของโยเกิร์ต

โยเกิร์ตชนิดคงตัว (Set Yoghurt) เป็นโยเกิร์ตชนิดที่เกิดกระบวนการหมักในบรรจุภัณฑ์ มีวิธีผลิตดังนี้คือ เติมหั้วเชื้อลงในน้ำนมที่ผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว อาจจะมีการแต่งกลิ่น รสและสีลงในน้ำนมหรือมีการเติมผลไม้ลงที่ด้านล่างของ บรรจุภัณฑ์แล้วบรรจุน้ำนมลงไป นำไปบ่มที่อุณหภูมิ 40-45 องศาเซลเซียส จะเกิดการหมักภายในภาชนะที่บรรจุ ได้โยเกิร์ตที่มีลักษณะจับตัวเป็นก้อน กิ่งแข็งกิ่งเหลวและผิวหน้าเรียบ ทำให้เย็นเพื่อหยุดกระบวนการหมัก ถ้าบ่มไว้นานจะทำให้โยเกิร์ตที่รสเปรี้ยวมากเกินไป แม้ว่าความเป็นกรดของโยเกิร์ตจะสามารถยับยั้งการเจริญของจุลินทรีย์ชนิดอื่นๆ ได้ แต่ผลไม้ที่เติมลงไปโยเกิร์ต ควรเป็นผลไม้เชื่อมหรือผลไม้ที่ผ่านการปรุงแล้วเพราะจะทำให้โยเกิร์ตเก็บไว้ได้นาน ไม่ควรใช้ผลไม้สดเนื่องจากอาจปนเปื้อนเชื้อจุลินทรีย์ชนิดอื่นที่ติดมากับผลไม้ซึ่งจะทำให้โยเกิร์ตเน่าเสียได้

โยเกิร์ตชนิดกวน (stirred yoghurt) เป็นโยเกิร์ตชนิดที่เกิดกระบวนการหมักในถังหมัก มีวิธีการผลิตคือ เติมหัวเชื้อลงในน้ำนมที่ผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว หมักในถังหมักจนได้เป็นโยเกิร์ต ทำให้เย็นเพื่อหยุดกระบวนการหมัก มีการคนหรือกวนเพื่อให้เนื้อโยเกิร์ตเข้ากัน อาจจะมีการแต่งกลิ่นรสและสีหรือเติมผลไม้ได้เป็นโยเกิร์ตรสชาติต่างๆ ก่อนที่จะเทโยเกิร์ตลงในบรรจุภัณฑ์ โยเกิร์ตที่ได้จะมีผิวหน้าไม่เรียบ และค่อนข้างเหลวไม่จับตัวเป็นก้อน



รูปที่ 2.1 โยเกิร์ตชนิดกวนตัว

ที่มา : <http://biology.ipst.ac.th/?p=987>



รูปที่ 2.2 โยเกิร์ตชนิดคน

ที่มา : <http://biology.ipst.ac.th/?p=987>

2.2 กระบวนการผลิตโยเกิร์ต

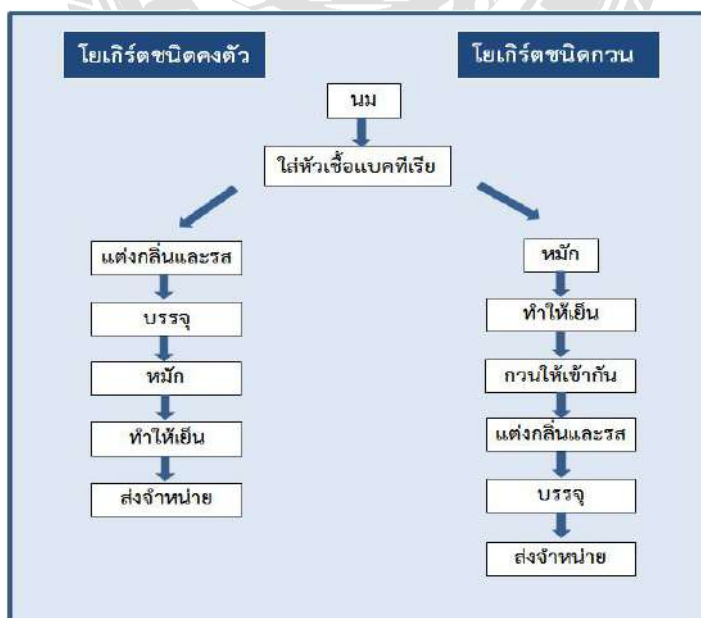
โดยทั่วไปการผลิตโยเกิร์ตจะเริ่มจากการทำลายจุลินทรีย์ในน้ำนมด้วยความร้อนโดยการพาสเจอร์ไรซ์ (pasteurization) อาจทำได้ 2 วิธี คือ ใช้อุณหภูมิ 62.8 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 30 นาที หรือใช้อุณหภูมิ 77 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 15 วินาที ซึ่งสามารถทำลายจุลินทรีย์ส่วนใหญ่ใน

น้ำนม เช่น ยีสต์ ราและแบคทีเรียที่ไม่ทนร้อน แต่ไม่สามารถทำลายแบคทีเรียที่ทนความร้อนสูง (thermophilic bacteria) และสปอร์ของเชื้อจุลินทรีย์บางชนิดได้

เมื่อให้ความร้อนเพื่อฆ่าเชื้อจนครบระยะเวลาแล้ว ลดอุณหภูมิมาที่ 45 องศาเซลเซียส จากนั้นใส่หัวเชื้อหรือกล้าเชื้อ (starter culture) โดยใช้แบคทีเรียในกลุ่ม LAB 2 ชนิด คือ *Lactobacillus delbrueckii* subsp. *bulgaricus* (ชื่อเดิม *Lactobacillus bulgaricus*) และ *Streptococcus thermophilus* จากนั้นบ่ม (incubate) ที่อุณหภูมิ 42 – 45 องศาเซลเซียส เพื่อให้เชื้อแบคทีเรียเจริญเติบโตเป็นเวลา 4-7 ชั่วโมง

ในการผลิตโยเกิร์ตนั้นจะใช้เชื้อแบคทีเรียสองชนิดร่วมกันทำให้ผลิตโยเกิร์ตได้เร็วขึ้น มีกลิ่นและรสชาติดีกว่าใช้เชื้อชนิดใดชนิดหนึ่งเพียงชนิดเดียว เนื่องจากแบคทีเรียทั้งสองชนิดนี้จะทำงานเสริมซึ่งกันและกัน (synergy) อย่างไรก็ตามอัตราส่วนของเชื้อแบคทีเรียทั้ง 2 ชนิดและสายพันธุ์ที่คัดเลือกมาเป็นหัวเชื้อจะมีผลต่อรสชาติและกลิ่น (flavor) รวมทั้งเนื้อสัมผัส (texture) ของโยเกิร์ต ซึ่งจะแตกต่างกันในแต่ละยี่ห้อที่ผลิตออกมาขาย และอาจมีการเติมแบคทีเรียชนิดอื่นลงไปด้วย เช่น *Bifidobacterium* spp.

โดยทั่วไปโยเกิร์ตที่ผลิตขายมี 2 แบบคือ โยเกิร์ตชนิดกวน (stirred yoghurt) และโยเกิร์ตชนิดคงตัว (set yoghurt) ซึ่งแบคทีเรียที่ใช้ในกระบวนการผลิตเป็นเชื้อชนิดเดียวกัน แต่มีกระบวนการผลิตที่แตกต่างกัน ทำให้ลักษณะของโยเกิร์ตที่ได้มีลักษณะแตกต่างกัน



รูปที่ 2.3 กระบวนการผลิตโยเกิร์ตชนิดคงตัวและชนิดกวน

ประโยชน์ของโยเกิร์ต

- ประโยชน์ของโยเกิร์ตด้านร่างกาย

โยเกิร์ต มีประโยชน์ต่อลำไส้ โดยเฉพาะระบบการดูดซึมสารอาหารที่ลำไส้ เจ้าจุลินทรีย์ *Lactobacillus bulgaricus* นั้นจะเข้ากระตุนการสร้างจุลินทรีย์ตัวอื่นๆ ที่เป็นผลดีต่อระบบการดูดซึมสารอาหารในลำไส้ นอกจากนั้นแล้วมันยังช่วยลดการเกิดของกรดน้ำดี ที่เป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดมะเร็งลำไส้ได้อีกด้วย *Lactobacillus bulgaricus* ยังช่วยในการลดสารไนเตรต และไนไตรท์ ที่จะเปลี่ยนเป็นสารไนโตรซามีน ซึ่งเป็นหนึ่งในสารก่อมะเร็ง โยเกิร์ตเป็นผลผลิตที่ได้จากการหมักนม ทำให้มีแลคเตียมสูง ซึ่งแลคเตียม เป็นสารอาหารที่ช่วยในการสร้างกระดูก และบำรุง ป้องกัน ไม่ให้เกิดโรคกระดูกพรุน นอกจากนั้นแล้ว แคลเซียม ยังช่วยในการซ่อมแซมเสริมสร้างเซลล์เยื่อ-ลำไส้ ทำให้ลดความเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งลำไส้ได้ โดยจากการวิจัยของต่างประเทศ สามารถสรุปได้ว่า หากคนเรารับสารอาหารแคลเซียมเข้าไปในร่างกายวันละ 1200 มิลลิกรัม จะช่วยลดความเสี่ยงของการเป็นโรคมะเร็งลำไส้ลงได้กว่า 75% และยังช่วยในการ เสริมสร้างภูมิคุ้มกันและกระตุ้นการทำงานของเม็ดเลือดขาวในร่างกาย ทำให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกันที่แข็งแรง สามารถป้องกันโรคได้หลายชนิด ช่วยในการลดไขมัน หรือลดคอเลสเตอรอลในร่างกายได้ เพราะเชื้อจุลินทรีย์ต่างๆ ในโยเกิร์ตนั้น จะช่วยการสลายไขมัน และควบคุมจำนวนคอเลสเตอรอลในร่างกาย ดังนั้น โยเกิร์ตจึงเรียกได้ว่าเป็นอาหารที่เหมาะสมกับผู้ที่ต้องการลดความอ้วนอย่างแท้จริง และยังเป็นแหล่งของโปรตีนชั้นเลิศ เพราะเป็นผลผลิตที่ได้จากการหมักนม ซึ่งโปรตีนเป็นสารอาหารที่ช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอให้กับร่างกาย นอกจากนั้นแล้วโปรตีนในโยเกิร์ต จะเป็นโปรตีนที่ย่อยง่าย กินแล้วไม่ท้องเสียเหมือนดื่มนม รักษาอาการท้องเสีย อันเกิดจากกระบวนการติดเชื้อในทางเดินอาหาร หรืออาการบาดเจ็บในเยื่อลำไส้ เพราะ โยเกิร์ตมีจุลินทรีย์หลายตัว ที่ออกฤทธิ์ทำลายจุลินทรีย์ที่ไม่ดีต่อร่างกาย ในต่างประเทศพบว่าการกินโยเกิร์ตนั้นช่วยรักษาอาการท้องเสียได้ดีกว่าการกินยา เพราะยาบางตัวจะทำลายจุลินทรีย์ที่ดีไปด้วย

- ประโยชน์ของโยเกิร์ตในด้านของความงาม

โยเกิร์ตทำให้ฟันขาว นอกจากยาสีฟันแล้ว การใช้โยเกิร์ตขัดถูฟันยังสามารถช่วยป้องกันปัญหากร่อนปากและแก้ไขปัญหาฟันเหลืองได้ด้วย เพราะมีแลคเตียมและฟอสฟอรัสซึ่งเป็นสารในการช่วยเคลือบฟันให้ขาวขึ้น โดยโยเกิร์ตจะเพิ่มชั้นปกป้องผิวของฟันไม่ให้คราบเหลืองเข้ามาเกาะได้อย่างมีประสิทธิภาพนั่นเอง

แก้ปัญหารังแค เพียงนำโยเกิร์ตธรรมชาติมาหมักให้ทั่วศีรษะ เน้นเฉพาะบริเวณหนังศีรษะพร้อมนวดคลึงไปพร้อมกัน จากนั้นหมักทิ้งไว้ 20 นาทีแล้วล้างให้สะอาด และสระผม

ตามปกติ สูตรนี้สามารถทำได้สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ก็จะช่วยขจัดปัญหารังแคและปัญหาหนังศีรษะแห้งกร้านจนเกิดสะเก็ดรังแคตามมาได้นั่นเอง อีกทั้งยังช่วยบำรุงผมให้เงางามมีน้ำหนักนุ่มสลวยอย่างเป็นธรรมชาติได้อีกด้วย

สครับผิวได้อย่างอ่อนโยน เพียงนำวอลนัทบดละเอียดมาผสมกับโยเกิร์ตจากนั้นนำมาสครับผิวหนัง ก็จะสามารถช่วยผลัดเปลี่ยนเซลล์ผิวเก่าที่เสื่อมสภาพแล้วให้หลุดออกไปได้อย่างอ่อนโยน อีกทั้งยังมีคุณสมบัติช่วยฟื้นฟูบำรุงผิวทำให้ผิวหนังเปลี่ยนแปลงปลั่งยิ่งขึ้นได้ด้วย

กำจัดสิวหัวดำ บรรดาสิวหัวดำก็เป็นน่าหงุดหงิด แต่เราสามารถแก้ไขได้ด้วยการนำแป้งข้าวเจ้ามาผสมกับโยเกิร์ต จากนั้นคนให้เข้ากันแล้วนำมาพอกหน้าพร้อมกันค่อยๆ นวดวนให้ทั่วอย่างเบามือ เน้นบริเวณที่มีสิิวหัวดำมากหน่อย จากนั้นล้างหน้าให้สะอาด ปัญหาสิิวหัวดำก็จะค่อยๆ จางลง

ต่อต้านริ้วรอยแห่งวัยได้ เพียงนำแตงกวาซึ่งมีวิตามินอีสูงมาปั่นผสมกับโยเกิร์ตธรรมชาติแล้วพอกหน้า 20 นาที จากนั้นล้างหน้าให้สะอาด คุณจะพบว่าผิวหนังสะอาดเกลี้ยงเกลา แถมยังนุ่มแดงมือสดชื่นและผิวกระชับขึ้นอีกด้วย สูตรนี้เหมาะสมควรมากสำหรับสาว ๆ ที่กลัวผิวแก่ก่อนวัยและสาวที่มีปัญหารูขุมขนกว้างหม่นทำสัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ผิวหน้าสดใสนุ่มแดงเต่งตึงอย่างใจแน่นอน

2.3 ความหมายของอโวคาโด

อโวคาโด (อังกฤษ: avocado) หรือลูกเนย เป็นผลไม้ที่มีเนื้อมันเป็นเนย เป็นต้นไม้พื้นเมืองของรัฐปวยบลาในประเทศเม็กซิโก จัดเป็นพืชดอกในวงศ์ Lauraceae ซึ่งอยู่ในวงศ์เดียวกับ อบเชย, กระวาน และ เบย์ลอเรล (bay laurel) ผลของ อโวคาโด หรือ alligator pear (สาเล่จระเข้) มีรูปทรงคล้ายสาเล่ รูปไข่ หรือรูปกลม มีขนนาริชาวสหรัฐนำมาปลูกในประเทศไทยครั้งแรกที่ จังหวัดน่าน ต่อจากนั้น จึงมีหน่วยงานต่าง ๆ นำอโวคาโดมาปลูกมากขึ้น

อโวคาโด เป็นไม้ยืนต้น ต้นโตเต็มที่สูงถึง 18 เมตร เปลือกต้นสีน้ำตาลอ่อน ผิวขรุขระ ใบสีเขียวสด ดอกขนาดเล็ก สีเขียวอมเหลือง ดอกออกเป็นช่อที่ปลายกิ่ง ผลกลมรีหรือทรงลูกแพร์ มีทั้งพันธุ์เปลือกหนาและเปลือกบาง เนื้อมีตั้งแต่เหลืองอ่อนจนถึงเหลืองเข้ม รสมัน เนื้อละเอียด ไม่มีกลิ่น มีเมล็ดเดี่ยว มีรูกหุ้มเมล็ด

อโวคาโด เป็นผลไม้ที่มีการค้าขายและเพาะปลูกในภูมิอากาศเขตร้อนทั่วโลก (และบางส่วนในเขตอบอุ่น เช่น รัฐแคลิฟอร์เนีย) มีผลสีเขียวทางลูกสาเล่ที่จะสุกหลังการเก็บเกี่ยว ต้นไม้

สามารถถ่ายเรณูในต้นเดียวกันได้และบางครั้งการขยายพันธุ์จะใช้การติดตาตอกิ่งเพื่อที่จะสามารถควบคุมคุณภาพและปริมาณของผลได้



รูปที่ 2.4 อโวคาโด

ที่มา : <https://health.kapook.com/view124460.html>

พันธุ์ของอโวคาโดที่นิยมปลูก

พันธุ์ PETERSON เก็บเกี่ยวได้ประมาณกรกฎาคมถึงเดือนสิงหาคม ลักษณะผลที่แก่เก็บเกี่ยวได้ สีของผลจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองเล็กน้อยเกิดจุดประสีน้ำตาลบนผล และเชื้อหุ้มเมล็ดจะเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล เนื้อข้างในสีจะออกเขียวเหลือง น้ำหนักผลระหว่าง 250-400 กรัม

พันธุ์บัคคาเนียร์ (Buccanear) พันธุ์ Buccanear เก็บเกี่ยวได้ประมาณปลายเดือนสิงหาคมถึงเดือนพฤศจิกายน ลักษณะผลที่แก่เก็บเกี่ยวได้ สีของผลจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองเล็กน้อยเกิดจุดประสีน้ำตาลบนผล และเชื้อหุ้มเมล็ดจะเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล เนื้อข้างในสีจะออกเขียวเหลือง น้ำหนักผลระหว่าง 250-400 กรัม

พันธุ์แฮส (Hass) พันธุ์ Hass เก็บเกี่ยวได้ประมาณเดือนตุลาคมถึงเดือนกุมภาพันธ์ ผลที่เก็บเกี่ยวได้ ผิวผลจะเปลี่ยนจากสีเขียวเข้มเป็นสีม่วงปนเขียว และเชื้อหุ้มเมล็ดเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล จะนิยมกันมากในชาวต่างชาติ และนิยมขายในห้างสรรพสินค้า หรือซูเปอร์มาร์เก็ตต่างๆ เป็นพันธุ์มาจากออสเตรเลียรสชาติออกมัน เนื้อแน่น

พันธุ์ฟังก์เกอร์ตัน (Pinkerton) พันธุ์ Pinkerton เก็บเกี่ยวได้ประมาณเดือนตุลาคมถึงเดือนกุมภาพันธ์ ผลที่เก็บเกี่ยวได้ ผิวผลจะเปลี่ยนจากสีเขียวเข้มเป็นสีม่วงปนเขียว และเชื้อหุ้มเมล็ด

เปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล จะนิยมนำมากในชาวต่างชาติ และนิยมขายในห้างสรรพสินค้า หรือซูเปอร์มาเก็ตต่างๆ จากออสเตรเลีย รสชาติออกมัน เนื้อแน่น (ตระกูลเดียวกับพันธุ์ Hass)

พันธุ์บูธ 7 (Booth-7) เป็นลูกผสมระหว่างเผือกแก้วเตมาตัน และเวสต์อินเดียนผลลักษณะค่อนข้างกลม ขนาดกลาง น้ำหนัก 300-500 กรัม ผิวผลขรุขระเล็กน้อยสีเขียว เปลือกหนา เนื้อสีเหลืองอ่อน รสดี เมล็ดขนาดกลาง มีไขมัน 7-14เปอร์เซ็นต์ ช่วงเก็บเกี่ยวผลประมาณเดือนกันยายน-ตุลาคม

พันธุ์บูธ 8 (Booth-8) ลักษณะผลรูปไข่ ขนาดเล็กถึงกลาง น้ำหนักประมาณ 270-400 กรัม ผิวผลขรุขระเล็กน้อย สีเขียว เปลือกหนา เนื้อสีครีมอ่อนรสชาติพอใช้ มีไขมัน 6-12 เปอร์เซ็นต์ เมล็ดมีขนาดกลางถึงใหญ่อยู่ในช่องเมล็ดแน่น ถูเก็บเกี่ยวประมาณเดือนกันยายน-ตุลาคม

ประโยชน์ของโอโวคาโด

โอโวคาโดมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งเป็นตัวช่วยปกป้องเซลล์ต่าง ๆ ภายในร่างกายไม่ให้ถูกทำลาย โอโวคาโดเป็นผลไม้ที่สามารถช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือดได้ดีกว่าผลไม้ชนิดอื่น ๆ จึงช่วยคงความอ่อนเยาว์ได้เป็นอย่างดี และยังช่วยบำรุงและรักษาสายตา ในโอโวคาโดมีวิตามินซีป้องกันการเกิดโรคหัวใจ การเกิดปากนกกระจอก และเลือดออกตามไรฟัน โอโวคาโดช่วยลดน้ำหนัก การรับประทานโอโวคาโดสามารถช่วยลดคอเลสเตอรอลตัวและลดระดับไขมันชนิดเลว (LDL) ลงได้อย่างชัดเจน โอโวคาโดเป็นแหล่งของกรดไขมันชนิดดี (HDL) ซึ่งมีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างมาก เพราะมีคุณสมบัติในการช่วยลดไขมันเลวในหลอดเลือดได้ จึงช่วยป้องกันการสะสมของไขมันในเส้นเลือด ช่วยลดโอกาสเสี่ยงของโรคเส้นเลือดหัวใจตีบและโรคหัวใจวาย ช่วยป้องกันและลดความเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งได้และโอโวคาโดมีโปรตีนสูงกว่าผลไม้ชนิดอื่น เป็นโปรตีนที่ย่อยง่าย มีเส้นใยอาหารสูง จึงช่วยในการขับถ่ายได้เป็นอย่างดี ไขมันในโอโวคาโดสามารถช่วยดูดซึมสารแคโรทีนอยด์ (Carotenoids) ซึ่งเป็นตัวช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระอันตรายพลั่งได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นไลโคปีน เบตาแคโรทีน หรือลูทีนในผักผลไม้ต่างๆการรับประทานโอโวคาโดเป็นประจำจะช่วยป้องกันและลดความถี่ของการเกิดโรคเหน็บชาได้ โอโวคาโดมีประโยชน์อย่างมาก ซึ่งเหมาะให้ลูกน้อยรับประทานเป็นอาหารเสริม แม้ว่าจะมีแคลอรีสูงแต่ก็อุดมไปด้วย DHA และไขมันดี (HDL) ในปริมาณที่สูงเช่นกัน เมนูโอโวคาโดมีโฟเลตสูง ซึ่งเป็นแร่ธาตุที่มีความสำคัญสำหรับหญิงตั้งครรภ์อย่างมาก เพราะจำเป็นสำหรับทารกในครรภ์ น้ำมันโอโวคาโดเป็นน้ำมันที่อุดมเข้าสู่ผิวหนังได้ดีที่สุดหากเทียบกับน้ำมันอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นน้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันข้าวโพด อัลมอนด์ หรือแม้กระทั่งน้ำมันมะกอก น้ำมันโอโวคาโดสามารถนำมาใช้นวดศีรษะเพื่อช่วยเร่งการงอกของเส้นผม โอโวคาโดนิยมนำมารับประทานเป็นผลไม้สด หรือรับประทานร่วมกับไอศกรีม นมข้นหวาน น้ำตาล เค้ก สลัด ฯลฯ เนื้อของโอโวคาโดสามารถนำมาปรุงอาหารแทนเนยได้ สามารถนำมาสกัด

น้ำมันทำเป็นเครื่องสำอางได้ อโวคาโดสดสามารถใช้บำรุงผิวพรรณและเส้นผมได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่ผิวแห้ง ซึ่งจะช่วยให้คุณมีผิวพรรณที่ชุ่มชื้น เปล่งปลั่ง มีชีวิตชีวาได้

2.4 ความหมายของน้ำผึ้ง

กศุมารักษ์มณี (2559) กล่าวว่า น้ำผึ้ง คือ ผลผลิตของน้ำหวานจากดอกไม้และจากแหล่งอื่น ๆ ที่ผึ้งงานนำมาเก็บสะสมไว้ โดยผ่านขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและทางเคมีแล้วสะสมไว้ในรังผึ้ง ซึ่งปกติแล้วน้ำผึ้งจะมีกลิ่น รส สี ที่ต่างกันออกไปตามชนิดของพืชนั้น ๆ จึงทำให้สามารถระบุชนิดของน้ำผึ้งตามชนิดของพืชนั้นได้ ๆ เช่น น้ำผึ้งจากดอกส้ม ดอกลำไย ดอกลิ้นจี่ ก็จะแตกต่างกันออกไป ซึ่งนิยมนำมาใช้เป็นสารให้ความหวานในอาหารหรือเครื่องดื่มนานาชนิดสมัยก่อนไม่มีเครื่องสำอางมากมายอย่างในสมัยนี้ แต่ว่าคนสมัยโบราณก็รู้จักใช้น้ำผึ้งเป็นเครื่องบำรุงความงามได้ดีมาก และเครื่องสำอางสมัยนี้ก็มียูหลายอย่างที่ใช้ใช้น้ำผึ้งเป็นส่วนประกอบเพื่อทำเป็นเครื่องบำรุงผิวให้คงามชุ่มชื้นประโยชน์ของน้ำผึ้ง นั้นมีมากมาย เพราะน้ำผึ้งมีส่วนผสมของน้ำตาลและสารประกอบอื่น ๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นฟรักโทสกับกลูโคส และมีวิตามินและแร่ธาตุหลายชนิดผสมอยู่ด้วย

จุลสารข้อมูลสมุนไพร 21(3): 2547 ได้อธิบายว่า น้ำผึ้งเป็นผลิตผลของน้ำหวานจากต่อมน้ำหวานของดอกไม้ที่ผึ้งไปเก็บมา และผ่านเปลี่ยนแปลงทางเคมีจากเอนไซม์ในต่อมน้ำลายของผึ้งที่ขับออกมาแล้วเปลี่ยนน้ำตาลกลูโคสและฟรุคโตสให้เป็นน้ำตาลแปรรูป ซึ่งเป็นน้ำตาลเชิงเดี่ยว ได้แก่ น้ำตาลกลูโคส ประมาณ 38.19% และเดกโทรส ประมาณ 31.28% นอกจากนี้เป็นน้ำตาลเชิงคู่และน้ำตาลเชิงซ้อนอีกประมาณ 10% แร่ธาตุที่มีประโยชน์ วิตามิน โปรตีน และกรดต่างๆ เช่น กรดซิตตริก กรดมาลิก กรดอะมิโน เป็นต้น ประมาณ 3 % และน้ำประมาณ 17-20 % นอกจากนี้ยังมีพวกน้ำย่อย เช่น เอนไซม์ ภูลโคออกซิเดส ที่ทำหน้าที่เปลี่ยนน้ำตาลกลูโคสเป็นกรดกลูโคนิก และไฮโดรเจนเปอร์ออกไซด์ ดังนั้นน้ำผึ้งจึงเป็นของเหลวข้น เหนียวหนืด มีสีต่างกัน ระหว่างสีเหลืองอ่อนจนถึงน้ำตาลอ่อน-แก่ ขึ้นอยู่กับแหล่งที่มาของดอกไม้

ประโยชน์ของน้ำผึ้ง

จุลสารข้อมูลสมุนไพร 21(3): 2547 ได้อธิบายว่า ประโยชน์ของน้ำผึ้งนั้นมีมากมาย ได้มีการใช้น้ำผึ้งมาตั้งแต่โบราณ นอกจากจะใช้เป็นยาแล้วยังกระสายยาไทยอีกหลายขนานมีสรรพคุณบำรุงกำลัง แก้สะอึก แก้ไข้ตรีโทษ เป็นยาอายุวัฒนะ และสามารถรักษาแผลได้ น้ำผึ้งมีคุณค่าทางสารอาหาร ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกายสูง ช่วยคลายความอ่อนเพลีย น้ำผึ้ง 100 กรัม จะให้พลังงาน 303 แคลลอรี่ น้ำตาลในน้ำผึ้งนั้นเป็นน้ำตาลที่นำไปใช้ประโยชน์ได้ง่าย จึงเหมาะที่จะ

ใช้เป็นแหล่งน้ำตาลในเวลาที่ต้องการน้ำตาลอย่างรีบด่วน น้ำผึ้งนั้นยังใช้ผสมอาหารเพื่อเพิ่มคุณค่าทางสารอาหาร แต่งกลิ่นและรส เป็นต้น

2.5 ความหมายของนํ้านม

วรรณ และ พิบูลย์ศักดิ์ (2531) ได้ให้ความหมายของ นม คือ ของเหลวสะอาดบริสุทธิ์ที่กลั่นได้จากเต้านมโคที่มีสุขภาพสมบูรณ์ ปราศจากโคโลสตรัม(น้ำมเหลืองเป็นนํ้านมที่รีดได้ 15 วันก่อนคลอดลูก) ประกอบไปด้วยไขมันไม่น้อยกว่า 3.25 % และ Milk Solid –non-fat ไม่น้อยกว่า 8.25%

มานพ คำบุญเรือง(2547) กล่าวว่า นม (Milk) หมายถึง ของเหลวสีขาวที่มีลักษณะข้นกว่าน้ำเล็กน้อยที่ได้จากการรีดจากเต้านมของสัตว์ต่างๆ เช่น นมโค นมกระบือ นมแพะ นมแกะ นมม้า เป็นต้น นํ้านมที่รีดได้จากสัตว์ต่างๆโดยที่ยังไม่ผ่านการฆ่าเชื้อด้วยกรรมวิธีต่างๆ เรียกว่า นมดิบ

ไพบุลย์ พันธุ์เมือง(2558) ได้ให้ความหมายว่า นม หรือ นํ้านม (Milk) คือ ของเหลวสีขาวที่มีสารอาหารที่จำเป็นสำหรับเด็กหรือสัตว์เกิดใหม่ ที่ผลิตออกมาจากเต้านมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม เช่น มนุษย์ วัว แพะ แกะ ควาย ม้า ลา อูฐ จามรี เรนเดียร์ ลามา แมวน้ำ และยังรวมไปถึงเครื่องดื่มนมที่ใช้แทนนมด้วย เช่น นมถั่วเหลือง นํ้านมข้าว นมข้าวโพด นมอัลมอนต์ เป็นต้น

ประเภทของนม

หากแบ่งนมออกเป็นประเภท ตามกระบวนการผลิต อาจแบ่งได้เป็น 6 ประเภท ดังนี้

1.นมสด คือ นมธรรมชาติที่รีดมาจากแม่โค นำมาผลิตเป็นนมสดได้ 3 ชนิด คือ

นมสดธรรมดา , นมสดพร้อมมันเนย ,นมสดขาดมันเนย

2.นมผง คือ นมสดที่ทำให้เนื้ระเหยไปจนเป็นผง มี 3 ชนิดเช่นกัน คือ นมผงธรรมดา หรือ นมผงพร้อมมันเนย (Dry whole milk) นมผงพร้อมมันเนย และนมผงขาดมันเนย(Skimmed milk)

3.นมข้น คือ นมสดที่ระเหยเอาน้ำบางส่วนออก จึงมีความเข้มข้นมากขึ้น และอาจมีการเติมน้ำตาล หรือ ไม่ก็ได้ มี 4 ชนิด คือ นมข้นไม่หวาน นมข้นหวาน นมข้นขาดมันเนยไม่หวาน และนมข้นขาดมันเนยชนิดหวาน การทำให้นมข้นมีรสหวาน โดยการเติมน้ำตาล มักใช้ความเข้มข้นประมาณร้อยละ 45-50 เป็นความเข้มข้นที่ ช่วยเก็บรักษาคุณภาพผลิตภัณฑ์นมข้นหวาน ไว้ได้นาน เพราะน้ำตาลช่วยเพิ่มความดันออสโมติก ทำให้จุลินทรีย์ไม่สามารถเจริญเติบโต จะเห็นได้ว่า นมข้นหวานเป็นนมที่มีปริมาณน้ำตาลสูงมาก และยิ่งถ้าเป็นนมข้นขาดมันเนยชนิดหวาน จะมีคุณค่าทางอาหารต่ำ มีน้ำตาลสูง จึงมีคุณค่าต่อเด็กน้อย และมีผลทำให้เกิดฟันผุได้ค่อนข้างมาก

4.นมข้นรูป คือ ผลิตภัณฑ์นมที่ได้จากการนำเอาส่วนประกอบ ของนมสด ซึ่งได้แยกออก แล้ว มาผสมกันขึ้นใหม่ มีลักษณะเช่นเดียวกับ นมสด หรือนมข้น มี 5 ชนิด คือ นมข้นรูปธรรมดา นมข้นรูปไม่หวาน นมข้นรูปหวาน นมข้นขาดมันเนยข้นรูปไม่หวาน นมแปลงไขมัน

5.นมปรุงแต่ง (Flavoured milk) คือ นมหรือนมผงที่ปรุงแต่งด้วยสี กลิ่น หรือรส ไม่ว่าจะมีการเติมวัตถุที่มีคุณค่า ทางอาหารอื่นใด หรือไม่ สิ่งที่นำมาปรุงแต่ง ต้องไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ นมปรุงแต่ง มี 2 ชนิด คือ ชนิดเหลว และชนิดแห้ง นมปรุงแต่งที่นิยมมีหลายชนิด

ประโยชน์ของนม

น้ำนมมีสารอาหารครบ 5 หมู่จึงช่วยในการเจริญเติบโตของร่างกายประโยชน์ของการดื่มนม ช่วยทำให้มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกายในวัยผู้ใหญ่ไขมันจากนมช่วยเพิ่มพลังงานให้กับร่างกาย (ปกติเราจะเรียกว่า “มันเนย”) มีความสำคัญอย่างมากต่อการพัฒนาการทางร่างกายและสมองของเด็ก ๆ ช่วยบำรุงประสาท (วิตามินบี 1) ช่วยบำรุงหัวใจ (วิตามินบี 1) ช่วยในการทำงานของระบบเซลล์ผิวหนัง (วิตามินบี 2) ช่วยเสริมสร้างกระดูกและฟันให้แข็งแรง ประโยชน์ของนม ช่วยให้กระดูกเจริญเติบโตและแข็งแรง ซึ่งจำเป็นอย่างมากโดยเฉพาะเด็กในช่วงก่อนเข้าวัยรุ่นและช่วงวัยรุ่น

2.6 ประเภทของอาหารเช้าในโรงแรม

(ญาดานันท์ กวรัชชา 2554:ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับธุรกิจโรงแรม หน้า 57) ได้ให้ความหมายไว้ว่า อาหารเช้าแบบ American Breakfast มีให้เลือกแบบหลากหลาย ประกอบไปด้วย เครื่องดื่มจะเป็น กาแฟ น้ำผลไม้ และนมสด น้ำดื่ม ผลไม้สด จำพวกขนมปัง เช่น ขนมปังแผ่น วาฟเฟิล รวมไปถึง แพนเค้ก จำพวกไข่ สามารถเลือกได้อย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่ ไข่ดาว ไข่ลวก ไข่คน ไข่เจียว จำพวก ซีเรียลอาหารธัญพืชต่างๆ เนื้อสัตว์เป็นพวก ไส้กรอกเบคอนและแฮม ผลิตภัณฑ์ที่ทำจากนม เช่น โยเกิร์ตและชีส เป็นต้น



รูปที่ 2.5 รูปภาพอาหารเช้าแบบ American Breakfast

ที่มา : <https://www.bloggang.com>

อาหารเช้าแบบ Continental Breakfast เป็นอาหารเช้าแบบยุโรป หมายถึงอาหารเช้าของชาวยุโรป ยกเว้นคนอังกฤษ เพราะคนอังกฤษไม่นิยมรับประทานอาหารเช้า มักประกอบไปด้วย น้ำผลไม้ เช่น น้ำส้ม น้ำมะเชืเทศ น้ำแอปเปิ้ล น้ำสับปะรด ผลไม้สด เช่น มะละกอ กล้วยหอม สับปะรด ขนมนึ่ง ชนิดต่างๆที่เสิร์ฟนมกับเนยหรือแยม เช่น ครั้วชอง ขนมนึ่งปัง เครื่องดื่มประกอบไปด้วย Hot Drink หรือ Cold Drink เช่น ชา กาแฟ โกโก้ นม



รูปที่ 2.6 อาหารเช้าแบบ Continental Breakfast

ที่มา : <https://khunnaiver.blogspot.com/2017/06/blog-post.html>

(รวิวรรณ และ สุพรรณิ :วารสารกรมวิทยาศาสตร์ 2557) ได้ให้ความหมายไว้ว่า อาหารเช้าแบบ Buffet เป็นภาษาฝรั่งเศส ปัจจุบันอาหาร Buffet มีความหลากหลายมากขึ้น มีทั้งอาหารทะเล ขนมหวานและรวมผลไม้เข้ามาด้วย แต่มีจุดเด่นอย่างเดียวที่ไม่เคยเปลี่ยน คือต้องบริการตัวเอง ในภาษาไทยราชบัณฑิตยสถานใช้คำว่า Buffet คือการเลี้ยงอาหารแบบที่จัดวางอาหารทั้งหมดไว้บนโต๊ะและให้ผู้ที่เป็นแขกในงานเดินไปตักอาหารด้วยตนเอง ในบางครั้งอาจมีผู้ช่วยจัดอาหารไว้เป็นจานๆแต่ผู้เป็นแขกก็ต้องไปตักอาหารเหล่านั้นเอง Buffet ในภาษาไทยยังขยายความหมายถึงแบบการขายอาหารซึ่งผู้ขายจัดอาหารไว้หลายอย่างและราคาอาหารเหมาเป็นรายบุคคลด้วยซึ่งผู้ซื้อเลือกตักอาหารรับประทานได้เองและรับประทานได้เต็มที่ตามความพอใจทั้งมีการจัดอาหารหลายๆแบบด้วย เช่น Buffetอาหารไทย อาหารเจ หรือข้าวต้ม



รูปที่ 2.7 อาหารแบบ Buffet

ที่มา : ผู้จัดทำ

บทที่ 3

รายละเอียดการปฏิบัติงาน

3.1 ชื่อและที่ตั้งสถานประกอบการ



รูปที่ 3.1 สัญลักษณ์ของโรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ

ที่มา : <https://www.sabuywedding.com/venues/w-bangkok>

ชื่อสถานประกอบการ : โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ (W Bangkok)

ที่ตั้ง : 106 ถนนสาทรเหนือ , แขวงสีลม เขตบางรัก, จังหวัดกรุงเทพฯ 10500 ประเทศไทย

เบอร์โทรศัพท์ : 02-344-4000

เว็บไซต์ : <http://www.ghotelbangkok.com>

3.2 ลักษณะของสถานประกอบการ ผลิตภัณฑ์หลักของการให้บริการขององค์กร

3.2.1 ประวัติความเป็นมา

โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ เป็นโรงแรมในแบรนด์ของMarriott เป็นบริษัทสัญชาติอเมริกัน ก่อตั้งโดย J.W. John Willard Marriott And Alice Sheets Marriott เป็นผู้ก่อตั้งและร่วมก่อตั้ง โดยมีต้นกำเนิดมาจากอสังหาริมทรัพย์ ดิ.ซี. มีคุณจอร์จ วิลลาร์ด แมริออต จูเนียร์ (บิล แมริออต) John Willard Marriott Jr. เป็นประธานบริษัท และมีประธานเจ้าหน้าที่บริหาร CEO of Marriott คือคุณอาร์เน มอริส ซอเรนสัน Arne Morris Sorenson ปีที่แมริออตเริ่มก่อตั้งธุรกิจโรงแรมได้แก่ปี ค.ศ.1957 และเริ่มขยายและเปิดโรงแรมเพิ่มที่ประเทศอื่นนอกจากประเทศอเมริกันประเทศแรกคือ ประเทศเม็กซิโก ในปี 1969 หลังจากนั้นก็ได้ขยายธุรกิจมากกว่า 80 ประเทศทั่วโลก และโรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ ถือว่าเป็นน้องใหม่หนึ่งในเครือของแมริออตที่ย้ายมาจากเครือของ StarWood ได้ไม่นานมานี้

โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯตั้งอยู่ในบริเวณบางรักในกรุงเทพฯ อยู่ใกล้กับตลาดนัดกลางคืนพัฒนาพงษ์และสโตนคอมเพล็กซ์ โรงแรม 5 ดาวแห่งนี้ยังอยู่ติดกับสวนลุมพินีและมานูญครอง

โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ ประกอบขึ้นด้วยอาคารที่มีเอกลักษณ์น่าจดจำสองอาคารที่มาจากสองยุคของวัฒนธรรม อาคารแรกคือบ้านพักของพ่อค้าผู้มั่งคั่งในยุคศตวรรษที่ 19 ที่ต่อมากลายเป็นที่ทำการสถานทูตสหพันธรัฐรัสเซียประจำประเทศไทยและอีกอาคารคือทาวเวอร์ทรงสูงที่แสดงเชื่อมโยงระหว่างความเป็นตะวันออกและตะวันตกประเพณีและความทันสมัยที่เกิดจากการพบกันของสองวัฒนธรรมไทยนอกเหนือจากดีไซน์ที่สวยงามสะอาดและบรรยากาศความทันสมัยของเมือง โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ มาพร้อมกับสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบครันและหลากหลายไม่ว่าจะเป็นพื้นที่จัดประชุม-สัมมนา กว่า 30,000 ตารางฟุต, ดับเบิลยู คิทเชน, ดับเบิลยู ลิฟวิ่งรูม, วูบาร์, เอเวีย ฟิตเนสแอนด์สปา และสระว่ายน้ำน้ำแชกที่มาเยือนจะได้พบกับความหรูหราของเตียงดับเบิลยู ที่ให้สัมผัสที่นุ่มพิเศษ พร้อมชุดเครื่องนอนจากผ้าฝ้ายอียิปต์ 350 เส้นและผ้าคลุมเตียงทำจากขนของห่านนอกจากนี้จะมีเจ้าหน้าที่คอยต้อนรับและบริการความสะดวกในเรื่องต่างๆ ตลอด 24 ชั่วโมง



รูปที่ 3.2 แผนที่ตั้งของโรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ

ที่มา : <http://assets.whotelbangkok.com/lps/assets/u/HotelMap.jpg>

ห้องอาหาร The Kitchen Table

The Kitchen Table ห้องอาหารชิกเนเจอร์ ระดับ 5 ดาว ของโรงแรม ดับเบิลยู กรุงเทพฯ ตั้งอยู่บริเวณชั้น 2 ของโรงแรม ภายในห้องอาหารแบ่ง ออกเป็น 2 ฟังก์ชัน ได้แก่ The Kitchen Table มีที่นั่งทั้งหมด 125 ที่นั่ง และ บริเวณ The Pantry 30 ที่นั่ง ข้างในห้องอาหารแบ่งออกเป็น 3 โซน คือ โซน A บริเวณติดกับไลน์บัฟเฟต์ โซน B บริเวณริมหน้าต่าง และโซน C คือข้างนอกระเบียง ตกแต่งภายในด้วยสไตล์ที่มีความทันสมัยในห้องอาหารเน้นนำเสนออาหารในสไตล์บิสโทรอย่างหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นอาหารไทย อาหารตะวันตก และอาหารเอเชีย ภายใต้คอนเซ็ปต์ “อาหารที่ปรุงแต่งจากความจริงใจ” หรือ Food from the Heart โดยใช้วัตถุดิบท้องถิ่นมาปรุงแต่งให้มีความเป็นโมเดิร์นและผสมผสานกับวัตถุดิบนำเข้าจากทั่วทุกมุมโลก ภายใต้การรังสรรค์ของ เชฟ สตีเวน คิม ผู้อำนวยการด้านอาหารของโรงแรม นอกเหนือจากอาหารรสชาติแปลกใหม่แล้ว การตกแต่งภายในด้วยกระจกบานใหญ่ลายกระจกสีเหลือง ทำให้ห้องอาหาร The Kitchen Table มีมิติแปลกตา ระหว่างกลางวันและกลางคืน ภายในห้องอาหารนั้นไม่อนุญาตในสูบบุหรี่ เปิดบริเวณอาหารเช้าตั้งเวลา 6.30 น.-10.30 น และอาหารกลางวัน เวลา 12.00 น- 18.00 น อาหารเย็นเริ่มตั้งแต่ 18.00-22.30 น



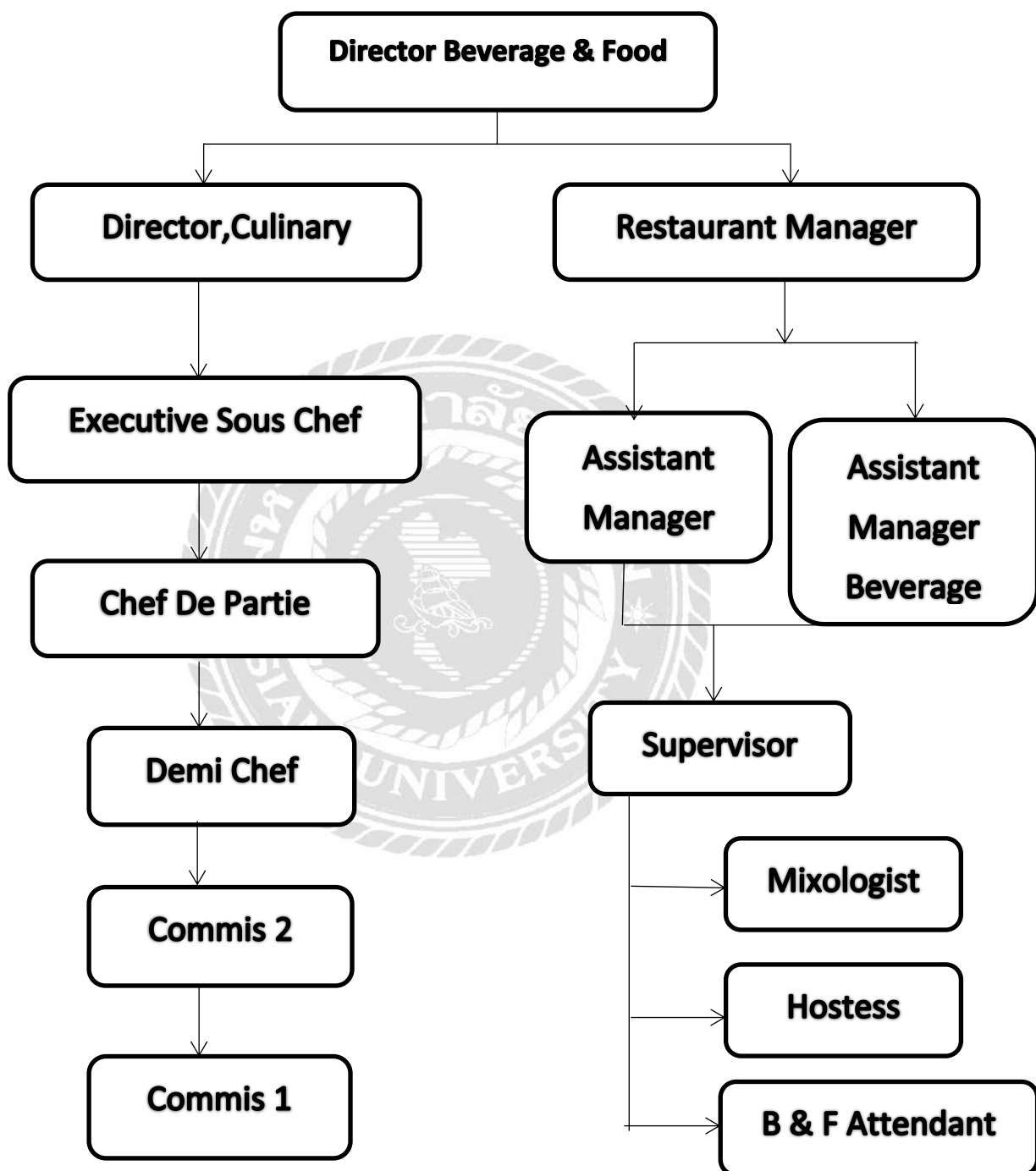
รูปที่ 3.3 The Kitchen Table

ที่มา : <http://www.whoelbangkok.com/th/thekitchentablebkk>

3.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร

ORGANIZATION CHART BEVERAGE & FOOD

THE KITCHEN TABLE RESTAURANT AND MAIN KITCHEN



รูปที่ 3.4 แผนผังองค์กรของแผนกครัวและแผนกอาหารและเครื่องดื่ม

ที่มา : ผู้จัดทำ

3.4 ตำแหน่งงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย

แผนกห้องอาหาร The Kitchen Table



รูปที่ 3.5 นางสาวรินรดา สิบสังข์

ที่มา : ผู้จัดทำ

ชื่อผู้ปฏิบัติงาน : นางสาวรินรดา สิบสังข์ รหัส : 5704400096

แผนกงาน : ห้องอาหาร The Kitchen Table

ตำแหน่ง : นักศึกษาฝึกงาน/พนักงานบริการอาหารและเครื่องดื่ม

ระยะเวลา : ตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 – 8 ธันวาคม 2560

● 3.4.1 ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมายแผนกอาหารและเครื่องดื่ม

เนื่องจากตำแหน่งหน้าที่ในห้องอาหารนั้นผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันไปแต่ละวัน และแต่ละคนจะได้รับหน้าที่ที่แตกต่างกันออกไปดังนั้นพนักงานทุกคนจะได้ทำทุกหน้าที่ในห้องอาหารตำแหน่งงานที่เคยปฏิบัติได้แก่

Station A,B1,B2,C ในช่วงเช้า 7.00-14.00 ทำหน้าที่เหมือนกัน เมื่อเช้านั้น 7.00 โมงเช้า ต้องอยู่ประจำโซนของตัวเองเป็น Support ให้กับพี่ Staff คอยเก็บงานที่ลูกค้าทานเสร็จแล้วคอยดูแลตอบสนองความต้องการของลูกค้าหากลูกค้าเรียกต้องรีบเข้าไปรับคำสั่งทันที คอยเก็บโต๊ะอาหารช่วยพี่ๆเมื่อลูกค้าไปแล้ว คอยบริการรับออเดอร์แทนเมื่อพี่ Staff ไม่ได้อยู่สแตชั่น หลัง 10 โมงไปแล้วเช็คโต๊ะเปลี่ยนอุปกรณ์บนโต๊ะให้กลายเป็น lunch หรือจัดโต๊ะเตรียมสำหรับ function ของช่วงบ่ายในวันนั้น เช่น Buffet , Family , Group ต่างๆ หลังจากเสร็จงานช่วงบ่ายประมาณบ่าย 2 โมง เข้ามาทำงานหลังบ้าน

Station A ในช่วงบ่าย ทำมิกซ์ชอง และเติมถ้วยใส่น้ำตาลและทำความสะอาด และทำความสะอาด Placemat หลังบ้านให้หมด ดูแลความเรียบร้อยหลังบ้าน ทำงานอื่นจนกระทั่ง 4.30 โมง

Station B1 งานในช่วงบ่าย คือ เช็ดจานที่ล้างแล้วให้สะอาดด้วยผ้าสะอาดชุบน้ำอุ่นให้คราบน้ำหรือสิ่งสกปรกออกให้หมด ทั้งจานใหญ่ จานกาแฟ จานเนย ทุกอย่างที่ล้างเรียบร้อยแล้วให้หมด หลังจากนั้นนำจานที่เช็ดสะอาดแล้วนำจานใหญ่ไปเติมตามสเตชันข้างนอกให้เรียบร้อย จานกาแฟนำไปเก็บที่ตู้ในบาร์ เช็ด tea pot ที่ล้างแล้วให้สะอาดให้มีคราบชา หรือคราบน้ำเช็ดให้แห้ง และนำไปเก็บที่ตู้ในบาร์

Station B2 งานในช่วงบ่าย คือ เช็ดจานร่วมกับบี1 ทำเหมือนบี1 หมดทุกอย่าง หากมีคนเช็ดจานเยอะแล้วอาจจะไปช่วยเช็ดแก้วหรือเช็ดอุปกรณ์

Station C หากวันไหนมีสเตชันนี้คนที่อยู่ประจำสเตชันจะต้องเข้าไปช่วยเช็ดแก้ว เช็ดอุปกรณ์ หรือเช็ดจาน

Pantry ทำในส่วนที่นั่งด้านในโต๊ะ PI 1-PI 4 และด้านนอกกระเบื้องโต๊ะ PO1-PO8 คอยดูแลลูกค้าในโซนของตัวเองรับออเดอร์ เก็บโต๊ะ เช็ดอุปกรณ์ และคอยดูแลความสะอาดบนบาร์เบเกอร์ คอยเติมจาน แก้วน้ำ ถ้วยใส่ขนม เนย ช้อนเดิม น้ำสมุนไพรในตู้แช่เย็น คอยเติมนม หลังงาน 10 โมง นำรถที่ขนจานที่ใช้แล้วไปเคลียร์ที่หลังบ้าน หลังจากนั้น เดินดูความเรียบร้อยด้านนอกกระเบื้อง จัดโต๊ะเก้าอี้ให้เป็นระเบียบ ปิดหมอน เช็ดโต๊ะให้สะอาดและทำความสะอาดที่เขียนหิ้งนำไปล้างและเอากลับมาวางที่โต๊ะเหมือนเดิม เวลา 10.30 โหล่นBuffetเปิด เช็ดทำความสะอาดบาร์เบเกอร์ให้สะอาดจัดวางของตั้งโชว์ต่างๆ กระจุกสำหรับใส่เมล็ดกาแฟ และสมุนไพรอบแห้งไว้ขาย และอุปกรณ์ดักขนม น้ำดื่ม น้ำแข็ง และนำขยะไปทิ้ง และเปลี่ยนถุงขยะใหม่ เติมน้ำ ถูก็ ผ้าสะอาด อุปกรณ์ที่ต้องใช้ในตอนบ่ายให้เรียบร้อย เปลี่ยนวันที่ยกของกินที่เปิดใช้แล้ว งานในตอนบ่าย ปาดเนยใส่ในหลอดและนำไปแช่ เปลี่ยนและทำความสะอาดกระจุกขนมทุกวัน

Polish คนเช็ดอุปกรณ์ เตรียมโต๊ะสำหรับทำงาน เตรียมอุปกรณ์สำหรับทำมิกซ์ชองเพิ่มให้รอบเช้าเพื่อไม่พอทำไปเรื่อยๆจนกระทั่งอุปกรณ์ล้างเสร็จแล้วจึงเริ่มเช็ดอุปกรณ์และจัดเรียงให้เรียบร้อยทำสลับมิกซ์ชอง อาจช่วยเช็ดจาน แก้วกาแฟ จานรองกาแฟได้หากงานไม่ยุ่ง ก่อนไปทานข้าว นับผ้าแนบกัน และผ้าปูจากนั้นนำไปส่งที่ห้องซัก ช่วงบ่ายเช็ดอุปกรณ์ที่เหลือให้เสร็จและนำไปจัดเรียงแยกเป็นประเภทเล็ก-ใหญ่และนำไปวางเรียงให้เรียบร้อย

Barista เป็น Support คอยเสิร์ฟกาแฟและกดกาแฟจากเครื่อง ผสมเครื่องดื่มอย่างง่ายที่ทำได้ เช็ดแก้วกาแฟในตอนว่าง นำช้อนกาแฟ จานรองมาเติมเพื่อเตรียมไว้เพราะตอนเช้าจะยุ่งมาก หลังจากปิดไลน์Buffetตอน 10.30 แล้วก็นำรถเข็นไปเก็บน้ำสมุนไพรที่ Pantry เช็ดชั้นตู้เย็นนำน้ำผลไม้และน้ำดื่ม ไวน์ มาตั้งวางโชว์ ล้างอุปกรณ์ภายในบาร์ที่ใช้แล้วทำความสะอาดกวาดและถู

หลังจากนั้นล้างเครื่องกาแฟ เช็ดให้สะอาด เตรียมอุปกรณ์สำหรับเช็ดแก้ว เตาอุ่นน้ำร้อนสำหรับใส่น้ำอุ่นและแก้วน้ำที่ล้างแล้ว เช็ดจนหมดและเก็บเข้าที่หลังจากนั้นเดิมแก้ว take away สำหรับรอบบ่าย เปลี่ยนวันที่ของที่เปิดใช้แล้ว เช็ดของในสโตร์บ้างเป็นบางวัน

Egg Runner พนักงานเสิร์ฟไข่ วึ่งเสิร์ฟไข่น้อยลงเวลาที่รับออเดอร์และเวลาที่นำไข่ไปเสิร์ฟคอยเช็คว่าได้ไหนสั่งไข่แล้วยังไม่ได้ ต้องมีความรวดเร็ว หลังจากปิดBreakfast นำงานที่ครัวใช้เหลือไปเก็บคืนที่เดิมและเก็บใบออเดอร์ไข่วรรวมและเขียนชื่อนำส่งให้โฮสเดส ในช่วงบ่ายจะช่วยเช็ดอุปกรณ์

แผนงานครัว Main



รูปที่ 3.6 นายชนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร

ที่มา : ผู้จัดทำ

ชื่อผู้ปฏิบัติงาน : นาย ชนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร รหัสประจำตัว :5604400091

แผนงาน : ครัวMain

ตำแหน่ง : นักศึกษาฝึกงาน

ระยะเวลา : ตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 – 8 ธันวาคม 2560

● 3.4.2 ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมายแผนครัวMAIN

เช้าครัว 8.00-9.00 เช็กเนื้อสัตว์ต่างๆ มีดังนี้ หมูหลวง ไก่หลวง กุ้งหลวง หอยเชลล์หลวง ปลาหมึกหลวง หมูสับ เนื้อสับ แฮมเบอร์เกอร์ ปลาแซลมอน ปลาหิมะ แล้วเดินไปที่ Butcher เพื่อเบิกเนื้อสัตว์ต่างๆ และนำ หมู ไก่ กุ้ง หอยเชลล์ ปลาหมึก มาลวก วิธีการลวก ตั้งน้ำ ให้เดือด นำเนื้อสัตว์ ที่จะลวก ลงไป ลวก 3-5 นาที และนำไปใส่กล่อง แช่ตู้เย็น

9.00- 10.00 เตรียมของออกพักเบรก หน้าห้องข้าพเจ้า คือ จัดดื่มชาใส่แข็ง เช่น ขนมหีบปู ขนมหีบกุ้ง ซาลาเปาไส้หมูสับ ซ่อม่วง เป็นต้น แล้วนำเข้าตู้ สตรีม เป็น เวลา 15 นาที ช่วงที่รอดื่มชา นำของทอด มาทอด เช่น ไก่จ้อ ปูจ้อ ทาโกยากิ แล้วนำมาจัดใส่จานตกแต่งให้สวยงาม

10.10-11.00 ออกเบรก หน้าห้องข้าพเจ้า คือ ยืนตักอาหาร เช่น ข้าวต้มกุ้ง กระเพาะปลา ซุปทะเลน้ำใส เป็นต้น

11.10-13.50 ดูแล buffet หน้าห้องข้าพเจ้า คือ ดูแลอาหารที่ใกล้จะหมด และนำมาเติมให้เต็ม ตักน้ำซุปรต่างๆ เช่น ต้มยำไก่ ต้มยำรวมมิตร เป็นต้น

14.00-15.00 พักรับประทานอาหารกลางวัน ในระหว่างวัน จะมี รายการอาหาร a la carte ที่แขกสั่งอาหารต่างๆ ก็จะช่วยพนักงานทำ

15.10-18.00 เตรียมของสำหรับงานวันพรุ่งนี้ เช่น หั่นผัก ปั่นซุปร ลวกเส้นสปาเก็ตตี้ หั่นเบคอน ทำซอสบาร์บีคิว ย่างเนื้อ อบไก่ จัดตู้เย็น เก็บผักให้เป็นระเบียบ เป็นต้น

3.5 ชื่อและตำแหน่งของพนักงานที่ปรึกษา

พนักงานที่ปรึกษาในแผนกห้องอาหาร The Kitchen Table



รูปที่ 3.7 นางสาวนิตยา คงพันธ์

ที่มา : ผู้จัดทำ

ชื่อพนักงานที่ปรึกษา นางสาว นิตยา คงปาน

แผนก : B&F Service

ตำแหน่ง : B & F Attendant

ชื่อพนักงานที่ปรึกษาแผนกครัว Main



รูปที่ 3.8 นายอริก ไทรจำเนียร

ที่มา : ผู้จัดทำ

ชื่อพนักงานที่ปรึกษา : อริก ไทรจำเนียร

แผนก : ครัว

ตำแหน่ง : chef de parties

3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน ณ โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ ของ นางสาว รินดา สืบสังข์ เริ่มตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 – 8 ธันวาคม 2560 เป็นระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ โดยใช้เวลาในการทำงาน ตั้งแต่ 7.00 น.-17.00 น.เป็นเวลา 10 ชั่วโมง/วัน ทำงานสัปดาห์ละ 5 วัน หยุด 2 วัน/สัปดาห์ คือวัน จันทร์และอังคาร

ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน ณ โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯของ นายชนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร เริ่มตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 – 8 ธันวาคม 2560 เป็นระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ โดยใช้เวลาในการทำงาน ตั้งแต่ 8.00 น.- 18.00 น. เป็นเวลา 10 ชั่วโมง/วัน ทำงานสัปดาห์ละ 5 วัน หยุด 2 วัน/สัปดาห์ คือวันเสาร์ และวันอาทิตย์

3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

- 3.7.1 กำหนดหัวข้อที่จะทำโครงการ เริ่มจากการสังเกตการณ์ทำงานในแต่ละวันว่าสิ่งต่างๆรอบตัวมีสิ่งไหนที่น่าสนใจและนำมาทำโครงการได้บ้าง ปรึกษาจากพี่ๆพนักงานว่ามีสิ่งใดน่าสนใจ หลังจากนั้นปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา
- 3.7.2 เขียนโครงร่างของโครงการ นำหัวข้อที่ได้นำมาเขียนโครงร่างว่าโครงการของเราจะไปในทิศทางใด ศึกษาข้อมูลด้วยตนเอง ปรึกษาพี่เลี้ยงและอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำข้อมูลมาเขียนแบบร่างส่งเพื่อนำเสนอโครงการต่อไป
- 3.7.3 เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการค้นหาข้อมูลจากที่ทำงาน ศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องวิธีการปฏิบัติงาน
- 3.7.4 วิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาทำการวิเคราะห์และสร้างผลิตภัณฑ์หรือเมนูใหม่ๆให้กับองค์กร
- 3.7.5 ลงมือปฏิบัติ นำความรู้ที่ได้ทำการศึกษาค้นคว้ามาทดลองทำเมนูที่คิดขึ้นเพื่อหาข้อเสียและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ทั้งนี้คณะผู้จัดทำได้นำเสนอเมนู ‘โยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้’ ให้กับห้องอาหาร The Kitchen Table และแผนกครัว Main เพื่อเป็นประโยชน์ต่อนักศึกษาสหกิจศึกษารุ่นต่อไปและเป็นประโยชน์ต่อองค์กรในภายภาคหน้า
- 3.7.6 สรุปผลและจัดทำรูปเล่มโครงการ สรุปผลจากการลงมือปฏิบัติว่าเมนูของเรามีข้อผิดพลาดตรงไหนและแก้ไขข้อผิดพลาดให้ดียิ่งขึ้น สอบถามและขอคำแนะนำจากผู้รู้และจัดทำรูปเล่มไปด้วย
- 3.7.7 จัดส่งรูปเล่ม นำส่งรูปเล่มเพื่อให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจและแก้ไขและจัดทำโครงการจนกว่าจะเสร็จสมบูรณ์
- 3.7.8 ระยะเวลาในการดำเนินงาน ตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 – 8 ธันวาคม 2560

ตารางขั้นตอนและวิธีดำเนินการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.
	60	60	60	60	60
1.กำหนดหัวข้อโครงการ	←→				
2.เขียนแบบโครงร่างโครงการ	←→				
3.เก็บรวบรวมข้อมูล		←→→→→			
4.วิเคราะห์ข้อมูล		←→→→→			
5.ลงมือปฏิบัติ			←→→→→		
6.สรุปผลและจัดทำรูปเล่มโครงการ		←→→→→			
7.จัดส่งรูปเล่ม				←→→→→	

ตารางที่ 3.1 ตารางขั้นตอนและวิธีดำเนินการ

ที่มา : ผู้จัดทำ

3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้

ฮาร์ดแวร์

- 1.เครื่องคอมพิวเตอร์
- 2.เครื่องปรี้นเตอร์
- 3.โทรศัพท์มือถือ สำหรับถ่ายรูป

ซอฟต์แวร์

1. โปรแกรม Microsoft Word 2010,
2. Microsoft PowerPoint 2010

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

จากการจัดทำโครงการเรื่องโยเกิร์ตอโวคาโดชั้นนี้ (Honey Avocado Yoghurt) สามารถวิเคราะห์ผลตามโครงการได้ดังนี้

4.1 ส่วนผสมและวิธีการทำ Honey Avocado Yoghurt



รูปที่ 4.1 Honey Avocado Yoghurt

ที่มา : ผู้จัดทำ

4.1.1 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำ Honey Avocado Yoghurt

- นมจืดธรรมดา
- หัวเชื้อโยเกิร์ต
- อโวคาโด
- น้ำผึ้ง
- กราโนล่า
- นมข้นจืด

ตารางอัตราส่วนของวัตถุดิบที่ใช้ทำเมนู Honey Avocado Yoghurt การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

วัตถุดิบ	ปริมาณ
1.Low Fat Milk	400 ml.
2.Greek Yoghurt	100g.
3.Avocado	60 g.
4.Honey	30 g. (2 tbsp.)
5.Evaporated milk (Carnation)	15 g. (1 tbsp.)
6.Granola	40 g.
7. Avocado for Decoration	10 g .

ตารางที่ 3.2 อัตราส่วนของวัตถุดิบที่ใช้ทำเมนู Honey Avocado Yoghurt การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

ที่มา : ผู้จัดทำ

4.1.2 วิธีการทำ Honey Avocado Yoghurt

1. เทนมใส่หม้อต้มที่เตรียมไว้ คำนำนมด้วยไฟอ่อนคอยคนนมไปเรื่อยๆระวังอย่าให้น้ำนมเดือด ลองทดสอบอุณหภูมิที่หลังมือโดยการหยดลงหลังมือให้ความร้อนน้อยๆแบบทนได้เป็นพอ
- 2.นำหัวเชื้อโยเกิร์ตธรรมชาติมาใส่ในอัตราส่วนประมาณ 2 ช้อนโต๊ะ ใส่ลงไปนมที่ต้มจนนมไว้อยู่คนเบาๆให้โยเกิร์ตเป็นเนื้อเดียวกันกับนม
- 3.เทนมที่ได้ใส่กล่องที่มีฝาปิดสนิท ตั้งทิ้งไว้ในอุณหภูมิห้องให้เชื้อจุลินทรีย์เจริญเติบโต นำผ้ามาห่อไว้ให้เพื่อกักเก็บความร้อนและตั้งทิ้งไว้เป็นเวลา 6-8 ชั่วโมง
- 4.จากนั้นนำมาแช่ตู้เย็นเป็นเวลา 2 ชั่วโมงหรือมากกว่านั้น
- 5.ใช้ผ้าขาวบางในการกรองของเหลวสีเหลืองที่เกิดจากการหมักโยเกิร์ตออกมาและทิ้งน้ำนั้นไปเหลือเพียงแค่น้ำของโยเกิร์ตเท่านั้น
- 6.จากนั้นเตรียมในส่วนของมูสอโวคาโด นำอโวคาโดครึ่งลูกมาปั่นโดยใส่นมข้นจืด 1 ช้อนโต๊ะ และน้ำผึ้ง 2 ช้อนโต๊ะ ปั่นจนเป็นเนื้อมูสละเอียด
- 7.หั่นอโวคาโดเป็นเส้นจำนวน 5-6 ชิ้น และหั่นเป็นลูกเต๋า

8.นำมาใส่แก้วตกแต่ง โดยใส่โอวัลโตที่เป็นสีขาว ลงไปรอบๆแก้วและใส่โยเกิร์ตลงไป ¼ ของแก้วและตามด้วยกราโนล่า จากนั้นตามด้วยมุสของโอวัลโต ราดด้วยโยเกิร์ตอีก 1 ชั้น ตกแต่งด้วยเนื้อโอวัลโต กราโนล่าและ ผลไม้แห้งเพื่อเพิ่มสีสัน

4.2 การคำนวณต้นทุนของอาหาร

รายการ ที่	วัตถุดิบ	ปริมาณ ที่ใช้	หน่วย	ราคาซื้อ	ปริมาณ ทั้งหมด	ราคาคำนวณ
1.	นมรสจืดตราเมจิก	400	มิลลิลิตร	91.75 บาท	2000 มิลลิลิตร	18.35บาท
2.	กรีกโยเกิร์ต บัลกาเรีย	100	กรัม	82 บาท	450 กรัม	18.22บาท
3.	นมข้นจืด Carnation	15 (1tbsp.)	กรัม	22 บาท	405 กรัม	0.81 บาท
4.	โอวัลโต พันธุ์ Hass	1	ลูก	120 บาท	1000 กรัม (6 ลูก)	20บาท
5.	กราโนล่า Kelloggs	30	กรัม	199 บาท	380 กรัม	15.71 บาท
6.	น้ำผึ้ง(เวชพงศ์)	30 (2 tbsp.)	มิลลิลิตร	141 บาท	325 มิลลิลิตร	13.01 บาท
		รวม			86.1 บาท	
		Qfactor	5%		90.40 บาท	
		ราคาที่ ต้องขาย	+200		290.40บาท	
		ราคาขาย จริง			300 บาท	

ตารางที่ 3.3 ตารางแสดงการคำนวณต้นทุนของอาหาร

ที่มา : ผู้จัดทำ

จากตารางสรุปได้ว่า Honey Avocado Yoghurt : 1 แก้ว มีต้นทุนวัตถุดิบทั้งหมดรวม 86.1 บาทต่อแก้ว โดยคำนวณจากสูตร = (ปริมาณที่ใช้ × ราคาสินค้า÷ปริมาณทั้งหมด = ราคาต้นทุน) หากคิดคำนวณตามต้นทุนแล้วอยากได้กำไรต่อแก้ว = 200 บาท โดยใช้สูตร ต้นทุน+กำไรที่ต้องการ = ราคาที่จำเป็นต้องขาย (=90.40+200=290.40) ต้องขาย 1 แก้ว ราคาไม่ต่ำกว่า 290.40 บาท ราคาที่ต้องการขายนั้นคือ 300 บาท : 1 แก้ว บวกค่า Q-factor ไป 5% เท่ากับ 290.40 หากขายได้จริงจะได้กำไรแก้วละ 209.6 บาท ดังนั้นราคาแก้วละ 300 บาท จึงเป็นราคาที่เหมาะสมกับตัวสินค้าและวัตถุดิบที่ใช้ และเหมาะสมกับมาตรฐานของโรงแรมระดับห้าดาว

4.3 การวิเคราะห์ข้อมูล จากการสัมภาษณ์

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้กลุ่มตัวอย่างผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด 6 คน ในการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความพึงพอใจในด้านต่างๆของเมนูโยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่ (Honey Avocado Yoghurt) ครั้งที่ 1 โดยมีรายชื่อของผู้ให้สัมภาษณ์ ดังนี้

ตารางรายชื่อของกลุ่มตัวอย่างผู้ให้สัมภาษณ์ครั้งที่ 1

แผนกครัว Main		แผนกห้องอาหาร The Kitchen Table	
รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	ตำแหน่ง	รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	ตำแหน่ง
1.นาย อธิก ไทธำเนียร	Chef de Parties	4. น.ส. เกศสรา ไข่แก้ว	Assistant Beverage Manager
2.นาย ชีระยุทธ ศรีบุรินทร์	Demi Chef	5.น.ส. คชมาศ ภูมิพล	Assistant Manager Restaurant
3.น.ส.เอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	Commis 2	6.นาย อำนาจ เลิศศรี	Supervisor,B&F

ตารางที่ 3.4 รายชื่อของกลุ่มตัวอย่างผู้ให้สัมภาษณ์ ครั้งที่ 1

ที่มา : ผู้จัดทำ

4.4 การสรุปผลการสัมภาษณ์

สัมภาษณ์เกี่ยวกับความพึงพอใจในด้านต่างๆ

- สรุปการสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

ด้านความคิดสร้างสรรค์

คำถามที่ 1.คุณคิดว่าเมนูโยเกิร์ตอโวคาโดเป็นเมนูที่แปลกใหม่สำหรับทางโรงแรมหรือไม่	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เป็นเมนูที่ยังไม่เคยทำขายมาก่อนก็ถือว่าเป็นแปลกใหม่สำหรับโรงแรมแห่งนี้
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า พี่คิดว่ามันแปลกนะ เพราะทางโรงแรมยังไม่เคยขายและแขกก็ไม่เคยสั่ง
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า แยกส่วนมากที่เห็นจะเป็นคนเอเชียและไม่ค่อยรับประทาน อโวคาโดซักเท่าไร และหากทำมาเสิร์ฟตอนเช้าเป็น Buffet นั้นไม่สามารถทำได้ต้องขายเป็นเมนู A La CARTE อย่างเดียวเพราะขาดทุนแน่นอน
4.คุณเกศสรา ไข่มแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า สำหรับเมนูอโวคาโด ก็ถือว่ายังไม่มีใครทำนะ ส่วนใหญ่ที่นี้จะมีแบบกินสดเลยอย่างเช่น ใส่ลงไปในสลัดเลย
5.คุณชามาศ ภูมิพล	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ที่ห้องอาหารมีเมนูที่คล้ายกันกับอันนี้แต่ไม่ได้ใช้โอคาโดผสม มีแต่กราโนล่าที่กับรุ่มกับมูสลี่ไม่ได้ใช้กราโนล่าแต่ใช้มูสลี่แทนได้ให้
6.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ที่นี้ยังไม่มีเมนูนี้ขายและหากนำขายก็จะเป็นเมนูที่แปลกใหม่สำหรับที่นี้

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบของคำถามที่ 1.ได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกคนนั้นให้ความคิดเห็นที่ตรงกันคือ เมนูโยเกิร์ตอโวคาโดนั้นถือว่าเป็นเมนูที่แปลกใหม่สำหรับทางโรงแรม

ดับเบิลยู กรุงเทพฯ เพราะเนื่องจากยังไม่มีขายมีแต่เมนูที่ใกล้เคียงเท่านั้นเอง หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์ของจำนวนของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด 6 คน จะได้เท่ากับ 100 % มีความคิดเห็นที่ตรงกัน

คำถามที่ 2. ในอนาคตหากนำเมนูนี้เพิ่มเป็นเมนู A LA CARTE คุณคิดว่ามีความเป็นไปได้ไหม	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1. คุณ อธิปไตย จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ได้แน่ แต่ก่อนจะขายควรมีการปรับปรุงให้ดีกว่านี้ทำภาพรวมของสินค้าให้ดีขึ้น
2. คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เป็นไปได้ครับ แต่ต้องทำการ Promote และทำสื่อให้น่าสนใจ
3. คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เป็นไปได้แน่นอนคิดว่าน่าจะมีลูกค้าที่ชื่นชอบโอคาโดอยู่ไม่น้อย
4. คุณเกศสรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า อาจจะต้องปรับเปลี่ยนในเรื่องของแก้วที่ใช้ เพราะว่ามันตักลำบากเวลารับประทานควรหาแก้วที่มีปากกว้างกว่านี้ หาแก้วที่แบบใส่ ice-cream น่าจะดีกว่า
5. คุณคชามาส ภูมิพล	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ถ้าหากจะให้เพิ่มเป็นเมนู A LA CARTE นั้นขายได้แต่ในช่วงแรกนั้นอาจจะค่อนข้างยากเพราะถ้าหากเปรียบระหว่างคนที่ชอบทานโยเกิร์ตเขาคงจะชอบทานโยเกิร์ตที่เป็นโยเกิร์ต plain จริงๆซะมากกว่าถ้าเกิดว่าจะขายตัวนี้ต้องเพิ่มเรื่องของ Special ในส่วนของ การตกแต่งแก้วเปลี่ยนในเรื่องรูปลักษณ์การใส่แต่ว่าอันนี้ก็จะสามารถขายใน A LA CARTE ได้
6. คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ขายได้แน่นอน แต่ต้องเน้นในเรื่องของ Presentation และราคาต้องเหมาะสมและทำให้ดีกว่านี้ ไม่ใช่ว่าอันนี้ไม่ดีนะแต่เวลาเสิร์ฟเราต้องคำนึงถึงลูกค้าที่ทานด้วยในเรื่องของความปลอดภัยและภาชนะ

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบของคำถามที่ 2. ได้ว่าเมนูโยเกิร์ตโอคาโดนั้นสามารถขายเป็นเมนู A La Carte ได้ แต่ก็มีข้อเสนอแนะ สรุปได้ดังนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1,4 ให้คำตอบตรงกันว่าสามารถขายได้แต่ต้องปรับเปลี่ยนในเรื่องของภาพรวมสินค้าให้ดีขึ้น ในเรื่องของภาชนะควรเลือกใช้ภาชนะที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้บริโภคมากกว่านี้ หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จะได้เท่ากับ 33.33% ของผู้สัมภาษณ์ทั้งหมดที่มีข้อเสนอแนะตรงกัน และผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2,3,5,6 ให้คำตอบตรงกันในเรื่องของการ Presentation หากจะทำการขายสินค้าควรปรับปรุงสินค้าให้ดูน่ารับประทานและทำสื่อให้ดูน่าสนใจและใช้วัตถุดิบให้เหมาะสมกับสินค้าที่เราจะขาย

และทำการโฆษณาให้ดีเพราะอาจจะมีลูกค้าที่ชื่นชอบไวคาโดอยู่มากที่เข้ามารับประทานอาหารในห้องอาหาร The Kitchen Table แห่งนี้ หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากจำนวนผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดที่มีข้อเสนอแนะที่ตรงกันจะได้เท่ากับ 66.66%

ด้านความคิดสร้างสรรค์

สรุปได้ว่า เป็นเมนูที่มีความคิดสร้างสรรค์เนื่องจากทางโรงแรมนั้นยังไม่เคยมีเมนูนี้จำหน่ายภายในโรงแรมแต่ควรปรับปรุงในเรื่องของภาชนะที่ใช้ในการใส่อาหารเพราะภาชนะที่ใช้ควรคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้บริโภคและเรื่องของภาพรวมของอาหารต้องให้สวยและดีขึ้นกว่านี้ หากจะทำการขายเป็นเมนู A La Carte ควรที่จะทำการศึกษาเกี่ยวกับการโฆษณาสินค้าให้ดีกว่าจนถึงวางขายได้ ความพึงพอใจในด้านของรสชาติ

คำถามที่ 3.รสชาติเป็นอย่างไรบ้าง	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิกร ไทร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า รสชาติของโยเกิร์ตนั้นถือว่ารสชาติดีพอใช้ได้ เพราะโยเกิร์ตที่ทำขึ้นเองนั้นทำยากมากมันจะมีน้ำที่เกิดจากการหมักเยอะและไม่ค่อยน่ารับประทาน ถือว่าเก่งที่ทำโยเกิร์ตขึ้นมาเองได้ และรสชาติก็ถือว่าไม่แย่
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า หากรับประทานโยเกิร์ตกับไวคาโด รสชาติมีความธรรมดาทั่วไปแต่พอทานร่วมกับกราโนล่าทำให้มีรสชาติอร่อย ในส่วนของมูสและโยเกิร์ตนั้นมีรสชาติที่จัดไปทำให้ยังไม่เด่นกราโนล่าทำให้อร่อย ควรจะทำกราโนล่าผสมกับน้ำผึ้งให้มีความหนืดและอบให้มันแห้ง ดีกว่าเอาน้ำผึ้งราดไปมันจะทำให้โยเกิร์ตอันนี้มีความเหลวไป
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิขิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า มูสไวคาโดยังจัดเกินไป ควรเพิ่มน้ำผึ้งราดลงไป มีความคิดเห็นตรงกันว่าควรทำกราโนล่าผสมกับน้ำผึ้ง
4. คุณเกศรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า อร่อย ได้รสชาติของน้ำผึ้งมาก่อนรสชาติดีและไวคาโดก็รสชาติกำลังดี

5. คุณชวามาศ ภูมิพล	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า รสชาติไม่แยแต่กราโนล่านั้นกลืนแรงทำ ให้กลืนของโยเกิร์ตหายไป แต่โอวคาโดนั้นมีรสชาติโดดเด่น ทานแล้วรับรสได้เลย ถ้าเน้นโอวคาโดถือว่ากำลังดี
6.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า พี่ว่ารสชาตินั้นดีมากได้รสชาติและเนื้อ- โอวคาโดและได้รับความหวานของตัวกราโนล่าด้วย เมนูนี้ เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบของคำถามที่ 3. ได้ว่าผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1,4,5 ให้คำตอบที่ไปในทำนองเดียวกันคือ บอกว่ารสชาติของตัวโยเกิร์ตนั้นมีรสชาติที่อร่อยกำลังดีเข้ากับตัวมูสโอวคาโดและเนื้อของโอวคาโดได้เป็นอย่างดี หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากจำนวนของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดที่มีความคิดเห็นที่ตรงกันในด้านของรสชาติที่ดีจะได้อีกเท่ากับ 50 % ในส่วนของผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2,3,6 นั้นให้คำตอบไปในทำนองเดียวกันในเรื่องของรสชาติโยเกิร์ตโอวคาโดว่ารสชาติของโยเกิร์ตและมูสโอวคาโดนั้นมีรสชาติที่ดีไปทำให้กราโนล่านั้นมีกลิ่นและรสที่แรงกว่าตัวโยเกิร์ต ดังนั้นผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่าควรปรับปรุงในเรื่องของรสชาติของโยเกิร์ตให้มีรสชาติที่ดีขึ้นตัวมูสของโอวคาโดนั้นควรเพิ่มรสชาติให้ดีขึ้น และหากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากจำนวนของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดที่มีความคิดเห็นที่ตรงกันในด้านของรสชาติที่ควรปรับปรุงจะได้อีกเท่ากับ 50%

ด้านรสชาติ

สรุปได้ว่า ความพึงพอใจในด้านของรสชาตินั้นอยู่ในระดับกลาง คือรสชาติอร่อยอยู่ในระดับปานกลาง ผู้ให้สัมภาษณ์นั้นมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับเรื่องรสชาติที่ควรปรับปรุงคือควรเพิ่มรสชาติของโยเกิร์ตให้มีรสชาติดีกว่านี้ สรุปคือโยเกิร์ตมีรสชาติที่ดีไปยังไม่ดีเท่าที่ควรและในส่วนของตัวมูสโอวคาโดนั้นก็ควรเพิ่มรสชาติให้ดียิ่งขึ้น

ความพึงพอใจในการตกแต่ง

คำถามที่ 4.รูปลักษณะภายนอกดูน่ารับประทานไหม เช่น สี สัน ภาชนะ การตกแต่ง	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทร จำเียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ภาพรวมดูน่ารับประทาน และดูน่าสนใจดี การดีไซน์ใส่แก้วทำให้ดูน่าสนใจ หากเปลี่ยนเป็นแก้วที่มี ขนาดเล็กลงก็น่าจะเหมาะสม กว่านี้เพราะภาชนะที่ใช้มัน

	ใหญ่เกินไปจะทำให้อึดเกินไปหากเป็นอาหารที่ไว้สำหรับเสิร์ฟในตอนเช้า
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า รูปลักษณ์ภายนอกดูสวย มีความชัดเจน มีการแบ่งแยกเป็นชั้นส่วนไหนเป็นโยเกิร์ต ส่วนไหนเป็นชั้นของโอคาโด แยกบางท่านไม่รู้ว่าเป็นโอคาโดจริงหรือปาว มีโอคาโดแค่เป็นมุสเท่านั้นห่อ และการใส่โอคาโดเป็นชั้นเข้าไปทำให้เขาเชื่อมากขึ้น และการเพิ่มการตกแต่งผลไม้แห้งเข้ามาเพิ่มสีสันทำให้น่ารับประทานมากขึ้น หากเป็นสีเขียวกะขาวจะทำให้ดูจืดเกินไป
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิขิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า คู่มือการดีไซน์ใส่แก้วดีกว่าใส่ขวดโหล มันดูธรรมดาเกินไป ที่อื่นเค้าก็ทำกัน ในส่วนของอันนี้มีการแบ่งแยกชั้นทำให้ดูมีความน่าสนใจและน่ารับประทานมากขึ้น
4. คุณเกศสรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ลักษณะภายนอกดูน่ารักดี แต่มันอาจจะยังไม่ค่อยสวยหากตั้งโชว์ที่ตู้แบบนี้ที่มันไม่สื่อ แต่หากสังเกตดูใกล้ๆมีส่วนผสม เช่น โอคาโด มีธัญพืชทำให้น่ารับประทานมากขึ้น
5. คุณคชามาส ภูมิพล	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ภาชนะที่ใช้ดูอันตรายและเป็นตัวแสบ อาจจะต้องเปลี่ยน สวยแต่ไม่ค่อยปลอดภัยเท่าไร
6.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า รูปลักษณ์ภายนอกดูน่าสนใจ สำหรับพวกคนที่เค้าชอบแบบรักสุขภาพและนิยมนานเป็นอาหารเช้าด้วย ควรเปลี่ยนภาชนะ เพราะไม่เหมาะสมหากได้รับประทาน มันไม่ปลอดภัยทำให้แตกได้ง่ายควรหาภาชนะที่หนาหน่อย และง่ายต่อการรับประทาน

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบจากคำถามที่ 4. ได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1 และ 3 มีความคิดเห็นที่คล้ายกันคือ การดีไซน์ใส่ในภาชนะที่เป็นแก้วสวยงามทำให้น่าสนใจและน่ารับประทานมากขึ้น หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากจำนวนของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดที่มีความคิดเห็นที่ตรงกันว่าภาชนะที่ใช้นั้นเหมาะสมจะได้เท่ากับ 33.33% ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 3 บอกว่าชอบที่มีการ

ดีไซน์แบ่งให้เห็นเป็นชั้นๆทำให้ผู้รับประทานนั้นดูแล้วเชื่อว่าไส้วัตถุดิบนั้นจริงๆ หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์ของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด 16.66 % ชื่นชอบในการตกแต่งที่ดูชัดเจน แต่ในขณะที่ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4 นั้นบอกว่าการตกแต่งนั้นควรปรับปรุงทำให้สวยงามกว่านี้ได้ 16.66% ได้บอกว่าไม่ชื่นชอบในการตกแต่ง และผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5,6 นั้นมีความคิดเห็นที่ตรงกันในเรื่องของภาชนะที่ใช้มันควรเปลี่ยนเพราะมันอันตรายสำหรับลูกค้าที่เป็นเด็กควรหาภาชนะที่หนาและไม่แตกง่ายให้ความสำคัญในเรื่องของความปลอดภัยขณะรับประทาน ผู้วิจัยจึงสรุปผลได้ว่าควรเลือกใช้ภาชนะที่เหมาะสมกว่านี้และวางแผนการตกแต่งที่ดูสร้างสรรค์กว่าเดิมและนำเสนอใหม่ให้ดูน่าสนใจ น่ารับประทานและคำนึงถึงความปลอดภัยในขณะที่รับประทานให้มากขึ้น หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด 33.33% ได้ให้ข้อเสนอแนะที่ตรงกันว่าควรเปลี่ยนภาชนะที่ใช้

ด้านการตกแต่ง

สรุปได้ว่า ภาพรวมของการดีไซน์และการตกแต่งนั้นถือใช้แล้วที่ถือว่าสวยงามและการแบ่งเป็นชั้นๆทำให้เห็นความชัดเจนของส่วนผสมทั้งหมดว่ามีอะไรบ้างทำให้ดูน่าสนใจและน่ารับประทานแต่อย่างไรก็ตามยังสามารถสร้างสรรค์และตกแต่งให้สวยงามกว่านี้ได้ และภาชนะที่ใช้ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยและความสะดวกสบายในการรับประทาน

ความพึงพอใจด้านประโยชน์ที่ได้รับจากอาหาร

คำถามที่ 5. เมนูนี้มีประโยชน์มากน้อยเพียงใด เหมาะสำหรับคนรักสุขภาพไหม	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิกร ไทร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เน้นอนเมนูนี้มีประโยชน์ต่อผู้บริโภคมาก ใครกินก็ได้ไม่เฉพาะเจาะจงกลุ่ม
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า มีประโยชน์มาก เพราะโยเกิร์ตนั้นมีประโยชน์อยู่ในตัวมันอยู่แล้วและส่วนผสมต่างๆในเมนูนี้เต็มไปด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์ ไม่ว่าจะเป็นโอคาโดหรือธัญพืชต่างๆที่ใส่ลงไป เหมาะสำหรับคนรักสุขภาพ
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า มีประโยชน์มาก ก็อย่างที่เห็นว่าวัตถุดิบที่รวมอยู่ในเมนูนี้ล้วนเป็นของที่มีประโยชน์ทั้งนั้น แนะนำให้เอาเป็นกรีกโยเกิร์ตในการทำเมนูนี้ สามารถรับประทานได้ทุกวัย

4. คุณเกศสรา ไช้แก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า น่าจะได้อยู่สำหรับคนรักสุขภาพถือว่ามีประโยชน์ ได้แคลลอรี่และพลังงานเยอะแคลลอรี่ที่เป็นประโยชน์
5. คุณคชมาศ ภูมิพล	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ดูจากส่วนผสมทั้งหมด กราโนล่า น้ำผึ้งโยเกิร์ต และโอคาได้นั้นถือว่ามีประโยชน์มาก เหมาะสำหรับคนที่ควบคุมอาหารมาก เหมาะเป็นเมนูคนรักสุขภาพมากในเรื่องของ texture มันค่อนข้างทานยากแต่หากทารวมกันรสชาติและทำให้รู้สึกอิ่มโดยที่ได้รับแคลลอรี่ที่ต่ำ
6. คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ในเมนูลักษณะนี้ที่ดูแล้วจะเป็นที่ชื่นชอบมากสำหรับคนที่เป็ยสายรักสุขภาพและเมนูนี้รับประทานง่ายด้วยเพราะโอคาไดและกรานอล่านั้นดีและมีประโยชน์มาก หากคนที่ชอบหวานก็เติมน้ำผึ้งเพิ่มลงไปได้อีก

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบของคำถามที่ 5 ได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ได้ให้คำตอบตรงกันว่า เมนูโยเกิร์ตโอคาได้นั้นเป็นเมนูที่มีประโยชน์อย่างมาก เนื่องจากส่วนผสมทุกอย่างที่ได้ทำการผสมลงไปนั้นล้วนมีประโยชน์ในตัวของมันเอง อาจจะทำให้เป็นที่ชื่นชอบของผู้คนที่รักในสุขภาพและเมนูนี้สามารถรับประทานได้ทุกเพศทุกวัยไม่เฉพาะเจาะจงกลุ่มลูกค้า หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดมีความคิดเห็นที่ตรงกันในด้านของประโยชน์ที่ได้รับจะได้เท่ากับ 100%

ด้านประโยชน์และคุณค่าที่ได้รับจากอาหาร

สรุปได้ว่า เมนูโยเกิร์ตโอคาได้นั้น นั้นมีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างมาก ส่วนผสมและวัตถุดิบทุกอย่างนั้นมีประโยชน์และจำเป็นต่อร่างกาย สามารถรับประทานได้ทุกเพศทุกวัย

ความพึงพอใจในด้านของราคา

คำถามที่ 6. คุณคิดว่าเมนูนี้เป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับอาหารหรือไม่	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1. คุณ อธิก ไทโร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า แนนอนครับ มันเป็นการเพิ่มมูลค่าให้กับอาหาร บางคนไม่รับประทานโยเกิร์ตแต่หากเพิ่มโอคาไดเข้า มา ทำให้มีรสชาติอร่อยขึ้นแถมน่าจะหันมารับประทานมากขึ้น

2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เพิ่มเลเยอร์และแค่การตกแต่งและรูปลักษณ์ภายนอกก็ทำให้ดึงดูดและดูน่ารับประทานมากแล้วถึงจะเป็นเมนูที่ธรรมดาอีกเถอะ และสามารถขายได้จริง และตามร้านค้าข้างนอกก็ยังไม่เคยมี
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิขิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เมนูนี้สามารถขายได้จริง และเป็นการเพิ่มมูลค่าให้กับโยเกิร์ตธรรมดา
4. คุณ เกศสรา ไช้แก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ให้คำตอบว่า มันเป็นการเพิ่มความสนใจตัวโยเกิร์ตที่ธรรมดาสำหรับผู้คนที่ชอบโยเกิร์ต
5. คุณคชามาศ ภูมิพล	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เป็นการเพิ่มมูลค่าปกติแล้วเรามักจะกินแค่โยเกิร์ตธรรมดาแต่ถ้าเมื่อเราใส่ตัวโอคาโดและกรานอล่าลงไปทำให้แค่ตัวโยเกิร์ตเมนูนี้ต้องเสียเงินเพิ่มเพราะโอคาโดค่อนข้างแพง
6.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ตัวโอคาโดและกรานอล่านั้นเพิ่มมูลค่าให้กับโยเกิร์ตอย่างมากทำให้ดูน่ารับประทานและทานง่ายมากขึ้นสำหรับคนที่ไม่ชอบโอคาโด หากนำโยเกิร์ตใส่พวกพุรีเลยมันจะดูไม่น่ารับประทานเท่าไร

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบของคำถามที่ 6. ได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกคนให้คำตอบตรงกันว่า เมนูโยเกิร์ตโอคาโดเป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับอาหาร ผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่า การเพิ่มโอคาโดเข้าไปทำให้เป็นการดึงดูดความน่าสนใจของโยเกิร์ตที่แสนธรรมดาให้ดูน่าทานมากยิ่งขึ้นและสามารถนำเมนูนี้มาพัฒนาและปรับปรุงให้ดีขึ้นตามมาตรฐานของโรงแรมและทำการโฆษณาเพื่อทำการขายต่อไปได้ในภายภาคหน้า 100% จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดมีความคิดเห็นตรงกันว่าเมนูนี้เป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับอาหารเป็นอย่างมาก

คำถามที่ 7.รสชาติและวัตถุดิบ คุณภาพของอาหารเหมาะสมกับราคาไหม	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทโร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ราคาประมาณนี้สำหรับโรงแรมระดับ 5 ดาวนั้น ขายสามารถได้ไม่แพงจนเกินไปหากใส่ภาชนะที่

	พอดี และทำให้ไม่อิ่มจนเกินไป
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เหมาะสมแล้ว สำหรับ 300บาท แต่ดูแล้ว คิดว่ามันน่าจะได้กำไรไม่เยอะเพราะวัตถุดิบที่ใช้ค่อนข้างมีราคาสูง
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิขิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า 300 บาท ถือว่าราคากำลังดีขายได้อาจใช้ภาชนะที่มีขนาดเล็กลงเพื่อลดปริมาณและต้นทุน
4. คุณเกษสรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า พี่ว่าปริมาณขนาดนี้ดีเลย แต่ต้องเพิ่มปริมาณของผลไม้ให้มากขึ้น หากเน้นที่โอคาโดก็อยากจะให้เพิ่มโอคาโดเยอะอีกหน่อย
5. คุณคชามาส ภูมิพล	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า หากขายในราคา 300 บาทที่คิดว่าเราควรจะเพิ่มในเรื่องของเนื้อผลไม้ให้มากขึ้นตกแต่งโอคาโดสไลด์เพิ่มไปเป็น On Top ข้างบน 300 สำหรับราคาในโรงแรมถือว่ากำลังดี เพราะปกติราคากรีกโยเกิร์ตธรรมดาขายอยู่ที่ราคา 280 บาท
6.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ให้คำตอบว่า 300 บาท ถือว่าเป็นราคาที่ กำลังดีราคาจับต้องได้บวกกันแล้วน่าจะพอดี

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบของคำถามที่ 7. ได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1,3,6 ได้ให้คำตอบตรงกันว่า ราคา 300 บาท เป็นราคาที่กำลังดีสำหรับทางโรงแรม หากใส่ในภาชนะที่เหมาะสมกับปริมาณและราคา หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากจำนวนของผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด 50% มีความคิดเห็นที่ตรงกันในเรื่องของราคาที่ขาย ในขณะที่ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4,5 นั้นให้คำตอบตรงกันว่า ราคานี้เหมาะสมแต่ควรที่จะเพิ่มปริมาณของเนื้อโอคาโดหรือเนื้อผลไม้แห้งและกราโนล่าให้มากขึ้น หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จะได้เท่ากับ 33.33% มีเพียงผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2 เท่านั้นที่ให้คำตอบที่มีความคิดเห็นที่แตกต่างไปว่า ราคา 300 บาทนั้นมาสามารถขายได้แต่อาจขาดทุนหรือได้กำไรจากการขายเพียงเล็กน้อยเท่านั้น หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จะได้เท่ากับ 16% จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด

ด้านราคา

เมนูโยเกิร์ตอโวคาโดนั้นเป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับอาหารเป็นอย่างมากทำให้โยเกิร์ตมีความน่าสนใจและน่ารับประทานมากยิ่งขึ้นและการขายในราคา 300 บาทนั้นสามารถเป็นไปได้จริงจากการคำนวณต้นทุนอาหารแล้ว เหมาะสมกับมาตรฐานราคาอาหารในโรงแรมและวัตถุดิบอย่างดีที่ใช้ในการทำเมนูนี้



รูปที่ 4.2 โยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้ การสัมภาษณ์ครั้งที่ 1

ที่มา : ผู้จัดทำ

• สรุปการสัมภาษณ์ครั้งที่ 2

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้กลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์ในครั้งที่ 2 ได้ทำการปรับปรุงแก้ไขเมนูโยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้ (Honey Avocado Yoghurt) ให้รสชาติและภาพรวมต่างๆให้ดีขึ้น โดยการใช้การสรุปข้อดีและข้อเสียในการทดลองครั้งที่ 1 ในการทดลองและสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 นี้ ใช้คำถามในการให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับความพึงพอใจในด้านต่างๆ มีคำถามทั้งหมด 7 ข้อและผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด 6 คน เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ตารางรายชื่อของกลุ่มตัวอย่างผู้ให้สัมภาษณ์

แผนกครัว Main		แผนกห้องอาหาร The Kitchen Table	
รายชื่อผู้สัมภาษณ์	ตำแหน่ง	รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	ตำแหน่ง
1.คุณ อธิก ไทโรจน์เนียร	Chef de Partie	4. น.ส.เกศรา ไข่แก้ว	Assistant Beverage Manager
2.นาย ธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	Demi Chef	5.นาย อำนาจ เลิศศรี	Supervisor B&F
3.น.ส.เอกอัมพา อนันต์ชัย ลิขิต	Commis 2	6.คุณบรรพต ดวงพร ประเสริฐ	Manager Restaurant

ตารางที่ 3.5 ตารางรายชื่อของผู้ให้สัมภาษณ์ครั้งที่ 2

ที่มา : ผู้จัดทำ

ตารางอัตราส่วนของวัตถุดิบที่ใช้ทำเมนู Honey Avocado Yoghurt การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2

วัตถุดิบ	ปริมาณ
1.Full Fat Milk	200 ml.
2.Greek Yoghurt	30 g.
3.Avocado	60 g.
4.Honey	30 g. (2 tbsp.)
5.Evaporated milk (Carnation)	15 g. (1 tbsp.)
6.Granola	40 g.
7. Avocado for Decoration	10 g .

ตารางที่ 3.6 อัตราส่วนของวัตถุดิบที่ใช้ทำเมนู Honey Avocado Yoghurt การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2

ที่มา : ผู้จัดทำ

4.2 การคำนวณต้นทุนของอาหาร (การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2)

รายการ ที่	วัตถุดิบ	ปริมาณ ที่ใช้	หน่วย	ราคาซื้อ	ปริมาณ ทั้งหมด	ราคาคำนวณ
1.	นมรสจืดตราเม จิก	200	มิลลิลิตร	91.75 บาท	2000 มิลลิลิตร	9.17 บาท
2.	กรีกโยเกิร์ต ตราเมจิก	50	กรัม	59 บาท	500 กรัม	5.9บาท
3.	นมข้นจืด Carnation	15 (1tbsp.)	กรัม	22 บาท	405 กรัม	0.81 บาท
4.	อโวคาโด พันธุ์ Hass	1	ลูก	120 บาท	1000 กรัม (6 ลูก)	20บาท
5.	กราโนล่า Kelloggs	30	กรัม	199 บาท	380 กรัม	15.71 บาท
6.	น้ำผึ้ง(เวชพงศ์)	30 (2 tbsp.)	มิลลิลิตร	141 บาท	325 มิลลิลิตร	13.01 บาท
		รวม				64.6 บาท
		Qfactor	5%			67.83 บาท
		ราคาที่ต้อง ขาย	+200			267.83บาท
		ราคาขาย จริง				300 บาท

ตารางที่ 3.7 ตารางแสดงการคำนวณต้นทุนของอาหาร

ที่มา : ผู้จัดทำ

จากตารางสรุปได้ว่า Honey Avocado Yoghurt : 1 แก้ว มีต้นทุนวัตถุดิบทั้งหมดรวม 64.6 บาทต่อแก้ว โดยคำนวณจากสูตร $\text{ต้นทุน} = (\text{ปริมาณที่ใช้} \times \text{ราคาซื้อ} \div \text{ปริมาณทั้งหมด}) = \text{ราคาคำนวณ}$ หากคิดคำนวณตามต้นทุนแล้วอยากได้กำไรต่อแก้ว = 200บาท โดยใช้สูตร ต้นทุน+กำไรที่ต้องการ = ราคาที่จำเป็นต้องขาย $(= 64.6 + 200 = 264.6)$ ต้องขาย 1 แก้ว ราคาไม่ต่ำกว่า 264.6บาท ราคาที่ต้องการขายนั้นคือ 300 บาท : 1แก้ว บวกค่า Q-factor ไป 5% เท่ากับ 67.83 หากขายได้จริงจะได้กำไรแก้วละ

232.17 บาท ดังนั้นราคาแก้วละ 300 บาท จึงเป็นราคาที่เหมาะสมกับตัวสินค้าและวัตถุดิบที่ใช้และเหมาะสมกับมาตรฐานของโรงแรมระดับห้าดาว

ด้านความคิดสร้างสรรค์

คำถามที่ 1.คุณคิดว่าเมนูโยเกิร์ตอโวคาโดเป็นเมนูที่แปลกใหม่สำหรับทางโรงแรมหรือไม่	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทโร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า แน่นอน มันยังคงแปลกใหม่ยังไม่มีขายที่อื่น แน่นอน
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ครบสำหรับพี่และที่นี่ยังไม่เคยหาทานได้มาก่อนเลย
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า แปลกใหม่ และเป็นการเพิ่มทางเลือกที่มากขึ้นให้กับลูกค้าที่เข้ามารับประทานอาหาร
4.คุณ เกศสรา ไข่แก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ที่จริงแล้วโยเกิร์ตเป็นอะไรที่เก่ามากแล้วแต่เมื่อนำมาตกแต่งและเพิ่มผลไม้ อย่างอโวคาโดเข้าไปนั่นพี่ยังไม่เคยหาทานได้จากที่ไหน
5.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า แปลกใหม่ครับ ที่นี่มีเมนูที่คล้ายเช่นนี้แต่ยังไม่มีเมนูโยเกิร์ตที่ทานร่วมกับอโวคาโดมาก่อน ถือว่าแปลกใหม่และน่าลอง
6.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า มันก็เป็นเมนูที่สร้างสรรค์ดี และน่ารับประทาน พี่ว่าเมนูที่แปลกใหม่และคนส่วนใหญ่ชอบทานอโวคาโดในตอน

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำถามที่ 1.ได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกคนมีความคิดเห็นและให้คำตอบตรงกันว่า “เมนูโยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้ ที่ได้นำเสนอไปนั้นเป็นเมนูที่แปลกใหม่สำหรับโรงแรม W Bangkok” ในโรงแรมมีเพียงแค่โยเกิร์ตธรรมดาเท่านั้นเอง หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จะได้เท่ากับ 100% ที่มีความคิดเห็นที่ตรงกันว่าเมนูนี้มีความแปลกใหม่

คำถามที่ 2. ในอนาคตหากนำเมนูนี้เพิ่มเป็นเมนู A LA CARTE คุณคิดว่ามีความเป็นไปได้ไหม	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1. คุณ อธิกร ไทร จำเียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า สามารถทำขายได้ เป็นเมนูที่ทำได้ไม่ยาก
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ขายได้แน่นอนครับ หากมีการPromote และการเชิษฐ์และแนะนำสินค้าที่ดี
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ก็ได้แน่ แต่คงจะต้องขายในช่วงอาหารเช้าเท่านั้น
4. คุณเกศตรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า คิดขึ้นนะ ขายได้แน่นอนแต่ปริมาณต้องไม่เยอะเกินไปจะทำให้ดูแน่น
5.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ขายได้แน่นอนครับ ครั้งนี้มีภาพรวมที่ดีในเรื่องของภาชนะที่พี่ได้บอกไปมีการปรับปรุงให้เหมาะสมกับคนทุกเพศและทุกวัย น่าสนใจมาก
6.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า มีความเป็นไปได้ แต่ต้องถามก่อนว่า 1 ที่นั่นใช้เวลาในการทำกี่นาที ต้องคำนึงถึงความเร่งรีบในตอนเช้าด้วย

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบได้ว่า เมนูโยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้(Healthy Yoghurt with Avocado) ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกคนมีความคิดเห็นที่ตรงกันว่า เมนูนี้สามารถทำขายได้ หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดจะได้เท่ากับ 100% แต่ก็ได้ให้ข้อเสนอแนะแตกต่างกันออกไป ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 2 กล่าวว่าต้องทำการโฆษณาที่ดี คนที่ 3 กล่าวว่าแนะนำให้ขายในช่วงเช้าจึงจะเหมาะสม ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4 บอกว่าควรคำนึงถึงปริมาณที่เหมาะสม คนที่ 5 กล่าวว่า เรื่องการใช้ภาชนะมีการปรับปรุงให้ดีขึ้นมาก คนที่ 6 กล่าวว่า การจะทำเมนูนี้ให้ได้ในจำนวนที่มากควรคำนึงถึงเวลาในการผลิต

● ด้านความคิดสร้างสรรค์

จากการสัมภาษณ์ในด้านความคิดสร้างสรรค์ของครั้งที่ 2 นั้นสามารถสรุปได้ดังนี้ เมนูนี้เป็นเมนูที่มีความแปลกใหม่และสามารถนำมาผลิตขายในโรงแรมได้

ความพึงพอใจในด้านของรสชาติ

คำถามที่ 3. รสชาติเป็นอย่างไรบ้าง	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า รสชาติโยเกิร์ตดีกว่าครั้งที่แล้วมากมี ความเป็นโยเกิร์ตจริงๆ ไม่ปรุงแต่ง
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า รสชาติโดยรวมนั้นค่อนข้างดี รับประทานได้สำหรับคนที่ชื่นชอบจะอยากสั่งเมนูนี้
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิขิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า อร่อย เหมาะสำหรับผู้คนที่ชื่นชอบและคน ที่ชอบลองของใหม่ๆ
4. คุณเกศสรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า อร่อยและรสชาติดีกว่าครั้งที่แล้ว แต่มัน มีความหนืดควรทำมันมีความเหลวกว่านี้หน่อย
5.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า พี่ยืนยันคำตอบเดิมในเรื่องของรสชาติ โยเกิร์ตนั้นมีความเปรี้ยวเล็กน้อยและสามารถตัดความ เหม็นเขียวของโอวคาโดได้ทำให้รสชาติมีความกลมกล่อม ขึ้นมาก
6.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า รสชาติของโยเกิร์ตนั้นมีความเป็น Plain Yoghurt โยเกิร์ตรสชาติดี รสชาติของมันค่อนข้างมีความลง ตัว Texture ของมันดู Healthy แต่ว่ามีความแห้งไปเล็กน้อย ทั้งโอวคาโดและโยเกิร์ตมีความมันในตัวแต่เมื่อได้กราโน- ล่ามาตัดทำให้รสชาติดีขึ้นและเมื่อผสมน้ำผึ้งทำให้รสชาติมี ความนุ่มนวลมีความหวานมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกคนมีความคิดเห็นไปใน
ทำนองเดียวกันว่า รสชาติของโยเกิร์ตโอวคาโดชิ้นนี้ นั้นมีรสชาติดีกว่าครั้งแรกมาก รสชาติมีความ
กลมกล่อม และมีการพัฒนาและปรับปรุงสูตรให้ดีขึ้น หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จะได้เท่ากับ 100% จก
ผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดบอกว่ารสชาตินั้นดีกว่าในครั้งแรกที่ทำการสัมภาษณ์ ในเรื่องของคำแนะนำ
ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 4 และ 6 นั้นมีความคิดเห็นที่ตรงกันว่า รสชาติโดยรวมดี แต่ติดตรงที่ว่ามันมี
ความเหนียวหนืดมากเกินไปหน่อยอยากให้ทำเหลวกว่านี้

ด้านรสชาติ

จากการสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 สรุปได้ว่า ความพึงพอใจในด้านของรสชาตินั้นอยู่ในระดับดี เพราะได้มีการปรับปรุงสูตรของโยเกิร์ตมีการเปลี่ยนผลิตภัณฑ์นมจากนมไขมันต่ำมาเป็นนมจืดแบบธรรมชาติ ทำให้โยเกิร์ตมีความเหนียวและจับตัวมากขึ้น บวกกับการรับประทานร่วมกับบอโวกาโดและน้ำผึ้งนั้นมีความเข้ากันพอดี และลงตัวมากขึ้น

ความพึงพอใจในการตกแต่ง

คำถามที่ 4. รูปลักษณ์ภายนอกดูน่ารับประทานไหม เช่น สี สัน ภาชนะ การตกแต่ง	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทโร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า น่ารับประทานกว่าเดิมมาก ภาชนะที่ใช้ดี ตักกินง่ายกว่าครั้งแรก
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า สีสดตัดกันเขียวกะขาวสวยงามน่ารับประทานมากครับ
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า การเปลี่ยนแก้วทำให้ดูมีความสวยงามขึ้น และรับประทานง่าย การตกแต่งนั้นถือว่าทำได้ดีสำหรับมือใหม่
4. คุณเกศสรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เข้มเลย น่ากินเห็นครั้งแรกทำให้อยากรับประทาน หากคนที่ชื่นชอบบอโวกาโดอยู่แล้วซื้อทานแน่นอน
5.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ดีกว่าครั้งแรกที่ทำเพราะครั้งที่แล้วพี้นั้นให้เปลี่ยนในเรื่องของภาชนะที่ใช้และก็ได้ทำการปรับปรุงทานง่ายขึ้นและไม่เป็นอันตราย
6.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ดูน่ารับประทาน สีตัดกันทำให้ดูมีความเก๋

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบได้ว่า 100% จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด ทุกคนมีความคิดเห็นที่ตรงกันว่า การตกแต่งดูจากภายนอกนั้นสวยงามและดูน่ารับประทานกว่าครั้งแรกมาก มีการวางแผนที่ดีในเรื่องของการตกแต่งทำให้ออกมาค่อนข้างดี และเหมาะสม ในเรื่องของการเลือก

ภาษาที่เหมาะสมมากกว่าครั้งที่แล้วภาษาที่ใช้คำนึงถึงความปลอดภัยในขณะที่รับประทานและรับประทานง่ายกว่า

ด้านการตกแต่ง

สรุปการสัมภาษณ์ในครั้งที่ 2 ในด้านความพึงพอใจด้านการตกแต่ง ว่า การตกแต่งอยู่ในระดับดี และสวยงาม มีการจัดเรียงวัตถุดิบที่สวยงามน่ารับประทาน สีสดตัดกัน เหมาะสมกับห้องอาหารโรงแรม W Bangkok

ความพึงพอใจด้านประโยชน์ที่ได้รับจากอาหาร

คำถามที่ 5. เมนูนี้มีประโยชน์มากน้อยเพียงใด เหมาะสำหรับคนรักสุขภาพไหม	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เมนูนี้ทำขึ้นเพื่อคนรักสุขภาพซึ่งมันเหมาะสม แต่ก็ไม่ควรทานทุกวัน
2.คุณ ชีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ดีเลยเป็นเมนูที่ดีมีประโยชน์มากแต่ไม่ควรใส่กราโนล่าเยอะเกินไป
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า มีประโยชน์เมนูนี้มีน้ำตาลแต่เป็นน้ำตาลที่ดีและมีประโยชน์เหมาะกับคนที่รักสุขภาพและชื่นชอบโอ-คาโดเป็นอย่างมาก
4. คุณเกศสรา ไขแก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า แน่ใจว่าวัตถุดิบและส่วนผสมทุกอย่างในเมนูนี้นั้นล้วนเป็นของที่มีคุณค่าในตัวของมันเองอยู่แล้ว
5.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เหมาะมากที่คิดว่ามีประโยชน์มากสำหรับคนที่ต้องการลดน้ำหนักสามารถรับประทานเป็นอาหารเช้าหรืออาหารว่างได้ตลอด
6.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ทั้งโยเกิร์ตและโอคาโดนั้นเป็นอาหารที่มีประโยชน์ ทานร่วมกับน้ำผึ้งยิ่งทำให้อร่อย หวานมัน

จากการสัมภาษณ์สามารถสรุปคำตอบได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกคนให้ความคิดเห็นที่ตรงกันว่า โยเกิร์ตโอคาโดเมนูนี้เป็นเมนูที่มีประโยชน์ เหมาะสำหรับคนรักสุขภาพ หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดจะได้เท่ากับ 100% และผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5 ให้คำแนะนำว่าเมนู

นี้สามารถทานเป็นอาหารว่างได้ และคนที่ 2 ให้คำแนะนำว่าสำหรับคนรักสุขภาพไม่ควรใส่กรานโอล่าเยอะเกินไป

ด้านประโยชน์และคุณค่าที่ได้รับจากอาหาร

จากการสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 สรุปได้ว่า เมนูโยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้ นั้นมีประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกายเป็นเมนูที่เหมาะสมสำหรับคนที่จะลดน้ำหนักหรือควบคุมอาหาร สามารถทานเป็นอาหารว่างได้ หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดจะได้เท่ากับ 100% กล่าวว่าเมนูนี้เป็นเมนูที่มีประโยชน์และมีคุณค่าทางสารอาหาร

ความพึงพอใจในด้านของราคา

คำถามที่ 6. คุณคิดว่าเมนูนี้เป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับอาหารหรือไม่	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทโร จำเนียร	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า ไซ้ครับ เพิ่มมูลค่าโดยการคิดสร้างสรรค์ให้คนหันมาทานอโวคาโดมากขึ้น
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เพิ่มสิทธิหากเรามีการทำการตกแต่งที่สวยงามก็สามารถเพิ่มราคาให้กับมันได้
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิขิต	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เพิ่ม เพราะแตกต่างจากโยเกิร์ตธรรมดาที่เราหาซื้อทานกันเป็นการสร้างเอกลักษณ์ในโรงแรมหากทำเมนูนี้ออกมาได้ดี
4. คุณ เกศราพันธ์ ไช้แก้ว	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เป็นการเพิ่มมูลค่าให้กับอาหารที่แสนจะธรรมดาให้ดูน่ารับประทานมากขึ้น
5.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า เพิ่มแน่นอนครับ การทำรสชาติให้ออกมาดี กับการตกแต่งที่ดูแพงสามารถเพิ่มมูลค่าในตัวของมันได้
6.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ	ได้ให้สัมภาษณ์ว่า การตกแต่งที่ดูดีและดูแพงสามารถทำให้เราเพิ่มราคาของสินค้านั้นๆได้เมนูนี้ก็เช่นกัน

จากการสัมภาษณ์ในครั้งที่ 2 สามารถสรุปได้ว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกคนนั้นให้ความคิดเห็นที่ตรงกันว่า เมนูนี้เป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับตัวโยเกิร์ต และหากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จะได้เท่ากับ 100%

จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดให้ความคิดเห็นที่ตรงกันในเรื่องนี้ และมีคำแนะนำจากผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5,6 แนะนำว่าให้ทำการตกแต่งให้จะสามารถเพิ่มมูลค่ามากขึ้น

คำถามที่ 7.รสชาติและวัตถุดิบ คุณภาพของอาหารเหมาะสมกับราคาไหม	
ผู้ให้สัมภาษณ์	คำตอบ
1.คุณ อธิก ไทร จำเียร	ได้ให้ผู้สัมภาษณ์ว่า คิดว่าเหมาะสมเพราะของทุกอย่างที่ในเมนูนี้มีส่วนประกอบ ค่อนข้างสูง 300 บาท เหมาะสมกับคุณภาพของที่ใช้
2.คุณธีระยุทธ ศรีบุรินทร์	ได้ให้ผู้สัมภาษณ์ว่า พิจารณาเมนูนี้อาจจะขายได้ในกลุ่มของคนที่ยื่นชอบจริงๆ แต่ได้ประโยชน์ที่คุ้มค่ายิ่งกว่าการซื้อเครื่องดื่ม 1 แก้วซะอีก
3.คุณเอกอัมพา อนันต์ชัยลิจิต	ได้ให้ผู้สัมภาษณ์ว่า คุ้มค่ากับประโยชน์ที่จะได้รับจากแก้วนี้ะ ในราคา 300 บาท พิจารณาแขกที่มาใช้จ่ายในการซื้อ
4. คุณเกศสรา ไขแก้ว	ได้ให้ผู้สัมภาษณ์ว่า 300 บาท เหมาะเลย ถามว่าอ้อมไหมหากทานเมนูนี้ถือว่าอ้อมเลยแหละ ได้รับไขมันสูงเหมือนกับกินข้าวหนึ่งชาม แต่เป็นไขมันดีมีประโยชน์
5.คุณอำนาจ เลิศศรี	ได้ให้ผู้สัมภาษณ์ว่า สำหรับพินิจพิจารณาสามารถอัพราคาให้สูงขึ้นได้อีก เนื่องจากวัตถุดิบแต่ละอย่างนั้นค่อนข้างมีราคาแพง และการตกแต่งที่สวยงามก็เพิ่มมูลค่าให้เมนูนี้ได้
6.คุณบรรพต ดวงพรประเสริฐ	ได้ให้ผู้สัมภาษณ์ว่า เน้นในเรื่องของการตกแต่งให้มากขึ้น สวยงามขึ้น จะทำให้เพิ่มมูลค่าของสินค้าได้ต่อไปเป็นเมนูที่ธรรมดาอีกด้วย

จากการสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 ได้คำตอบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 1,3,4,5,6 ได้ให้คำตอบไปในทิศทางว่า พึงพอใจในราคา 300 บาทเนื่องจากคิดว่าเหมาะสมกับราคาและใช้วัตถุดิบที่ดีและคุ้มค่า ลูกค้านักพักในโรงแรมมีกำลังในการซื้อเพียงพอ หากคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จากผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดจะได้เท่ากับ 83.33% ในส่วนผู้ให้สัมภาษณ์คนที่ 5,6นั้นได้ให้ข้อเสนอแนะที่คล้ายคลึงกันว่า หากเน้นในเรื่องของการตกแต่งที่สวยงามขึ้นจะทำให้เรานั้นสามารถอัพราคาของเมนูนี้ขึ้นได้ และผู้ให้

สัมภาษณ์คนที่ 2 หรือคิดเป็นเปอร์เซ็นต์จะได้เท่ากับ 16.66% ให้ความคิดเห็นที่แตกต่างว่า เมนูนี้อาจจะขายได้ในกลุ่มของผู้คนรักสุขภาพจริงๆเท่ากัน

ด้านราคา

เมนูโยเกิร์ตอโวคาโด้นั้นเป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับอาหารเป็นอย่างมากทำให้โยเกิร์ตมีความน่าสนใจและน่ารับประทานมากยิ่งขึ้นและการขายในราคา 300 จากการคำนวณต้นทุนอาหารแล้ว เหมาะสมกับมาตรฐานราคาอาหารในโรงแรมและวัตถุดิบอย่างดีที่ใช้ในการทำเมนูนี้



รูปที่ 4.3 รูปภาพเปรียบเทียบ โยเกิร์ตอโวคาโด้ระหว่างการ สัมภาษณ์ครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2

ที่มา : ผู้จัดทำ



รูปที่ 4.5 โยเกอร์ตอโวคาโดฮันนี่ การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 รูปที่ 1

ที่มา : ผู้จัดทำ



รูปที่ 4.6 โยเกอร์ตอโวคาโดฮันนี่ การสัมภาษณ์ครั้งที่ 2 รูปที่ 2

ที่มา : ผู้จัดทำ

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลโครงการ

5.1.1 สรุปผลโครงการ

จากการทำโครงการเรื่อง โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่ Honey Avocado Yoghurt และได้ทำการทดลองทำเมนูเพื่อให้พนักงานกลุ่มตัวอย่างในแผนกครัวร้อนและแผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม (The Kitchen Table) สามารถสรุปผลจากการสัมภาษณ์ความพึงพอใจในด้านต่างๆ ได้ว่า เมนูนี้เป็นเมนูที่มีความแปลกใหม่และมีความคิดสร้างสรรค์ มีความพึงพอใจในด้านของรสชาติอยู่ในระดับดี มีการตกแต่งที่สวยงาม ดึงดูดและน่ารับประทาน ให้คุณประโยชน์ที่ดีต่อร่างกายของผู้บริโภค และเมนูนี้ยังเป็นเมนูที่เพิ่มมูลค่าให้กับอาหาร ในด้านของราคาดังกล่าวนี้ยังต้องมีการปรับปรุงให้เหมาะสม หากนำมาขายเป็นเมนูในห้องอาหาร โดยภาพรวมถือว่าเมนูนี้เหมาะที่จะจำหน่ายภายในโรงแรม ดับเบิ้ลยู กรุงเทพฯ ได้จริงในอนาคต



รูปที่ 5.1 ขั้นตอนการทำโยเกิร์ตอโวคาโด รูปที่ 1

ที่มา : ผู้จัดทำ



รูปที่ 5.2 ขั้นตอนการทำโยเกิร์ตต่อวาคาโด รูปที่ 2

ที่มา : ผู้จัดทำ



รูปที่ 5.3 ขั้นตอนการทำโยเกิร์ตต่อวาคาโด รูปที่ 3

ที่มา : ผู้จัดทำ

5.1.2 ข้อจำกัดหรือปัญหาของโครงการ

5.1.2.1 ผู้จัดทำนั้นยังขาดความเข้าใจและความเชี่ยวชาญในการทำโครงการ

5.1.2.2 เนื่องจากพนักงานในแต่ละแผนกส่วนใหญ่นั้นค่อนข้างมีภาระงานมากตลอดทั้งวัน การที่จะขอทำการทดลองในเวลายานั้นต้องวางแผนและปรึกษาหัวหน้างานในการขออนุญาตใช้อุปกรณ์และพื้นฐานทำการทดลอง

5.1.3 ข้อเสนอแนะ

5.1.3.1 การทำโยกิร์ตเองด้วยวิธีการทางธรรมชาตินั้นจะทำให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีเป็นไปได้ยาก ดังนั้นจึงควรมีความรู้ความเข้าใจ ศึกษาข้อมูลให้ละเอียด

5.1.3.2 ควรศึกษาและตรวจสอบวิธีการทำโครงการและวิธีการจัดเรียงให้ดีและใช้การใช้คำที่ทำให้เขียนโครงการได้มากขึ้น

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

5.2.1 ข้อดีของการฝึกปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

จากการที่คณะผู้จัดทำได้ทำการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาที่ โรงแรม ดับเบิลยู กรุงเทพฯ ตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 ถึงวันที่ 8 ธันวาคม 2560 เป็นระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ ซึ่งฝึกปฏิบัติงานในแผนกอาหารและเครื่องดื่ม(ห้องอาหาร The Kitchen Table) และแผนกครัว (Main Kitchen) ในการฝึกปฏิบัติงานสหกิจศึกษาในครั้งนี้ได้ฝึกทักษะในด้านความรู้ที่มีอยู่และนำมาประยุกต์ใช้ในการทำงาน เช่นในทุกการเสิร์ฟหรือการหั่นผัก ฝึกฝนในเรื่องของการเข้าสังคม เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น ยอมรับในข้อดีและข้อเสียของผู้อื่น ยอมรับในการกระทำที่ไม่ถูกต้อง รับฟังคำแนะนำสั่งสอน และปรับปรุงตัวเองให้ดียิ่งขึ้น นำความรู้และประสบการณ์จากพนักงานที่ปรึกษาและเพื่อนร่วมงานมาปรับใช้และพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น มีวินัยในการทำงานและรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย จากการฝึกสหกิจศึกษาในครั้งนี้เพื่อที่จะนำประสบการณ์ที่ได้มาปรับใช้และเตรียมความพร้อมสู่การปฏิบัติงานจริงหลังการจบการศึกษา ประสบการณ์ในครั้งนี้สามารถนำทักษะที่มี และความรู้ที่ได้รับมาประยุกต์ใช้เพื่อเป็นบุคลากรที่ดีมีประสิทธิภาพ ในองค์กรที่ตนเข้าทำงานต่อไป

บรรณานุกรม

ญาดานันท์ กวยรักษา. (2554). *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับธุรกิจโรงแรม*. (เอกสารประกอบการสอน).
หน้า 57.

ธารารัตน์ ศุภศิริ. (2542). *โปรไบโอติก Probiotics*. เข้าถึงได้จาก <http://www.patpatvet.com/ดูบทความ-37319-โปรไบโอติก-probiotics.html>

วรรณ ตังเจริญชัย. (2531). *นมและผลิตภัณฑ์*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

ศิริพร เหลียงกอบกิจ. (2547). น้ำผึ้งมาจากไหน: น้ำผึ้งกับการรักษาแผล. *จุลสารข้อมูลสมุนไพร*.
ฉบับที่ 21, 3.

สุนัดดา โยมญาติ. (2557). *โยเกิร์ต (YOGHURT)*. เข้าถึงได้จาก <http://biology.ipst.ac.th/?p=987>

Kapook. (2560). *AVOCADO สรรพคุณแน่น อยากสวยจัดให้*. เข้าถึงได้จาก
<https://health.kapook.com/view124460.html>

Sanook. (2556). *อโวคาโด (AVOCADO)*. เข้าถึงได้จาก <https://guru.sanook.com/8318/>

W Hotel Bangkok. (ม.ป.ป.). *ข้อมูล โรงแรม*. เข้าถึงได้จาก <http://www.whoelbangkok.com/th>



ภาคผนวก ก
ภาพขั้นตอนการปฏิบัติงาน

ภาพการปฏิบัติงานระหว่างการปฏิบัติสหกิจศึกษา



ทอดแฮมเบอร์เกอร์และ เฟรนช์ฟรายส์

ที่มา : ผู้จัดทำ

ภาพการปฏิบัติงานระหว่างการปฏิบัติสหกิจศึกษา (ต่อ)





ทำเมนู A la carte

ที่มา : ผู้จัดทำ



จัดไลน์อาหาร

ที่มา : ผู้จัดทำ



ภาพซ้าย นายอริก ไทรจำเนียร

ที่มา : ผู้จัดทำ (2560)

ภาพการปฏิบัติงานระหว่างการปฏิบัติสหกิจศึกษา



เช็ตอุปกรณ์บนโต๊ะอาหาร

ที่มา : ผู้จัดทำ



เช็ตอุปกรณ์บนโต๊ะอาหาร

ที่มา : ผู้จัดทำ



จัดโต๊ะห้องอาหารเตรียมงาน Brunch

ที่มา : ผู้จัดทำ



เรียงแก้วสำหรับรินไวน์

ที่มา : ผู้จัดทำ



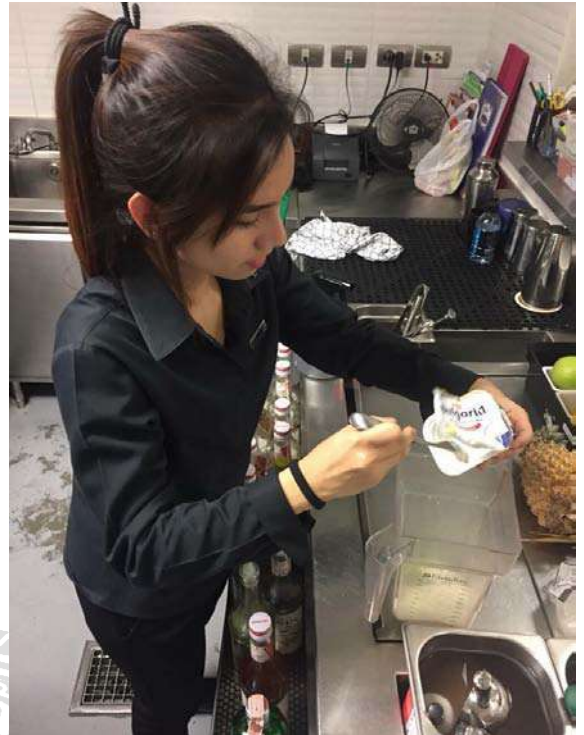
ทำความสะอาดภาชนะ

ที่มา : ผู้จัดทำ



ทำความสะอาดภาชนะ

ที่มา : ผู้จัดทำ



ผสมเครื่องดื่ม

ที่มา : ผู้จัดทำ



เครื่องดื่มสำหรับเสิร์ฟ

ที่มา : ผู้จัดทำ



นางสาวนิตยา คงพันธ์ (พนักงานที่ปรึกษา)

ที่มา : ผู้จัดทำ



เมนูที่ได้จากโยเกิร์ตและอโวคาโด





ภาคผนวก ข
บทความทางวิชาการ

HONEY AVOCADO YOGHURT

โยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้

นาย ธนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร

นางสาว รินรดา สืบสังข์

ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว

คณะ ศิลปศาสตร มหาวิทาลัยสยาม

235 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กทม.

10160

Email: ChistM4sTz@hotmail.com

yubehara.21@gmail.com

บทคัดย่อ

ในปัจจุบันความนิยมในเรื่องของการรักษาสุขภาพนั้นกำลังเป็นที่นิยมสำหรับผู้คนยุคใหม่และโยเกิร์ตนั้นถือว่าเป็นอาหารว่างที่ได้รับความนิยมและหารับประทานได้ง่ายและสะดวกสบายและภายในโรงแรมดับเบิลยูนั้นได้จัดให้เมนูโยเกิร์ตอยู่ในรายการอาหาร Buffet ในช่วงเช้าอีกด้วยและโยเกิร์ตยังเป็นที่ยอดนิยมของลูกค้าที่เข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมากผู้จัดทำจึงได้คิดโครงการเรื่อง โยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้ (Honey Avocado Yoghurt) มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสรรค์และเพิ่มทางเลือกให้กับลูกค้าและเป็นการเพิ่มรายได้ให้ห้องอาหาร ผลการศึกษาพบว่าผลความพึงพอใจที่มีเมนู โยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้ (Honey Avocado

Yoghurt) ว่าเป็นเมนูที่มีความคิดสร้างสรรค์และมีความแปลกใหม่ เมนูนี้เป็นเมนูที่เต็มเปี่ยมไปด้วยคุณค่าทางสารอาหาร และการตกแต่งที่สวยงามและเห็นวัตถุดิบของอาหารชัดเจนเป็นตัวดึงดูดเข้ามาใช้บริการและทำให้ลูกค้าอยากรับประทานเมนูนี้มากขึ้นผู้ประกอบการยังสามารถที่จะทำการพัฒนาสูตรและปรับปรุงเพื่อให้เมนูนี้มีมาตรฐานเหมาะสมกับโรงแรม W Bangkok ได้และเพื่อเพิ่มเป็นเมนูเพื่อคนรักสุขภาพเมนูใหม่ได้อีกด้วย

Abstract

Nowadays, people show more concern for their health than earlier. Maintaining a balanced diet along with yoghurt as a dessert is always popular at all time since yoghurt is available for everyone. W Bangkok hotel, therefore, provides a buffet breakfast including yoghurt flavors as another way in which guests can take care of their health. Many of the guests feel very satisfied with it. So that our group has created and comes up with a brand new flavor "Honey Avocado Yoghurt" as another flavor one for the hotel. Results of a survey of client satisfaction with our yoghurt shows that it is not only creative and very new but also full of high nutritional value. Besides, our garnishing is so attractive that clients feel much more interested in our menu. W Bangkok hotel is allowed to improve our

Honey Avocado Yoghurt in order to make suitable standard and add it as another alternative one of the dishes for clients who want to minimize various health issues and remain fit for more years to come.

Keywords : Honey Avocado Yoghurt , Avocado Yoghurt

วัตถุประสงค์

เพื่อเพิ่มรายได้ให้ห้องอาหารจากการขายเมนูนี้ และ เพื่อสร้างสรรค์เมนูใหม่ ๆ บนไลน์ Buffet อาหารเข้าให้มีความแปลกใหม่

ขอบเขตของโครงการ

- วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารหรือทอดคือ อโวคาโดพันธุ์ แสช , อโวคาโดพันธุ์ไทยโครงการหลวง

- กลุ่มตัวอย่าง/ประชากร ได้แก่ พนักงานในแผนกครัว Main จำนวน 15 คน และพนักงานในห้องอาหาร The Kitchen Table จำนวน 30 คน รวมทั้งหมด 45 คน

- ขอบเขตในด้านระยะเวลา ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่ วันจันทร์ที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2560 -วันศุกร์ที่ 8 ธันวาคม พ.ศ.2560

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- โยเกิร์ตที่จะทั้งสามารถนำมาใช้ทำเมนูนี้ และเพิ่มรายได้ให้กับห้องอาหาร

- เมนูที่คิดขึ้นมาใหม่นี้ได้เป็นเมนูใหม่ในห้องอาหารได้

ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

กำหนดหัวข้อที่จะทำโครงการ เริ่มจากการสังเกตการณ์ทำงานในแต่ละวันว่าสิ่งต่างๆรอบตัวมีสิ่งไหนที่น่าสนใจและนำมาทำโครงการได้บ้าง ปรึกษาจากพี่ๆพนักงานว่ามีสิ่งใดน่าสนใจ หลังจากนั้นปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา

เขียนโครงร่างของโครงการ นำหัวข้อที่ได้นำมาเขียนโครงร่างว่าโครงการของเราจะไปในทิศทางใด ศึกษาข้อมูลด้วยตนเอง ปรึกษาพี่เลี้ยงและอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำข้อมูลมาเขียนแบบร่างส่งเพื่อนำเสนอโครงการต่อไป

เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการค้นหาข้อมูลจากที่ทำงาน ศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องวิธีการปฏิบัติงาน

วิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาทำการวิเคราะห์และสร้างผลิตภัณฑ์หรือเมนูใหม่ๆให้กับองค์กร

ลงมือปฏิบัติ นำความรู้ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้ามาทดลองทำเมนูที่คิดขึ้นเพื่อหาข้อเสียและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น ทั้งนี้คณะผู้จัดทำได้นำเสนอเมนู ‘โยเกิร์ตอโวคาโดอันนี้’ ให้กับห้องอาหาร The Kitchen Table และแผนกครัว Main เพื่อเป็นประโยชน์ต่อ

นักศึกษาสหกิจศึกษารุ่นต่อไปและเป็นประโยชน์ต่อองค์กรในภาคหน้า

- สรุปผลและจัดทำรูปเล่ม โครงงานสรุปผลจากการลงมือปฏิบัติว่าเมนูของเรามีข้อผิดพลาดตรงไหนและแก้ไขข้อผิดพลาดให้ดียิ่งขึ้น สอบถามและขอคำแนะนำจากผู้รู้และจัดทำรูปเล่มไปด้วย
- จัดส่งรูปเล่ม นำส่งรูปเล่มเพื่อให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจและแก้ไขและจัดทำโครงงานจนกว่าจะเสร็จสมบูรณ์
- ระยะเวลาในการดำเนินงาน ตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560 – 8 ธันวาคม 2560

ตารางขั้นตอนและวิธีดำเนินการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.
1.กำหนดหัวข้อโครงงาน	←→				
2.เขียนแบบโครงร่างโครงงาน	←→				
3.เก็บรวบรวมข้อมูล		←→			
4.วิเคราะห์ข้อมูล		←→			
5.ลงมือปฏิบัติ			←→		
6.สรุปผลและจัดทำรูปเล่มโครงงาน		←→			
7.จัดส่งรูปเล่ม				←→	

อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้

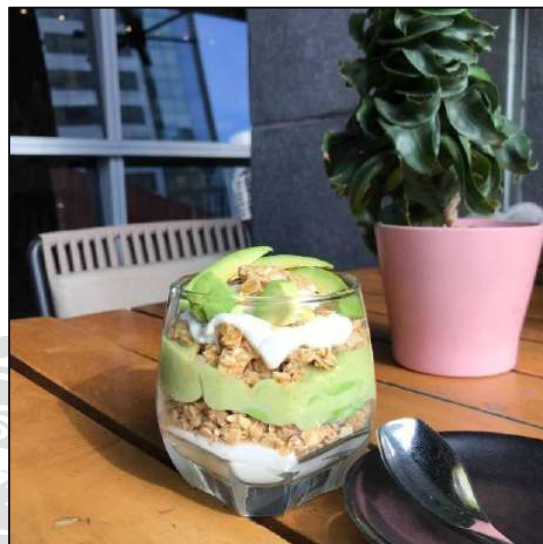
ฮาร์ดแวร์

- 1.เครื่องคอมพิวเตอร์
- 2.เครื่องปริ้นเตอร์
- 3.โทรศัพท์มือถือ สำหรับถ่ายรูป

ซอฟต์แวร์

1. โปรแกรม Microsoft Word 2010, Microsoft PowerPoint 2010

ส่วนผสมและวิธีการทำ Honey Avocado Yoghurt



Honey Avocado Yoghurt

วัตถุดิบที่ใช้ในการทำ Honey Avocado Yoghurt

- นมจืดธรรมดา
- หัวเชื้อโยเกิร์ต
- อโวคาโด
- น้ำผึ้ง
- กาโนล่า
- นมข้นจืด

วิธีการทำ Honey Avocado Yoghurt

1. เทนมใส่หม้อต้มที่เตรียมไว้ ต้มให้นมด้วยไฟอ่อนคอยคนนมไปเรื่อยๆระวังอย่าให้น้ำนมเดือด ลองทดสอบอุณหภูมิที่หลังมือโดยการหยดลงหลังมือให้ความร้อนหน่อยๆแบบทนได้เป็นพอ

2.นำหัวเชื้อโยเกิร์ตธรรมชาติมาใส่ในอัตราส่วนประมาณ 2 ช้อนโต๊ะ ใส่ลงไป ในหม้อที่ต้มนมไว้อยู่คนเบาๆให้โยเกิร์ตเป็นเนื้อเดียวกันกับนํ้านม

3.เทนมที่ได้ใส่กล่องที่มีฝาปิดสนิท ตั้งทิ้งไว้ในอุณหภูมิห้องให้เชื้อจุลินทรีย์เจริญเติบโต นำผ้ามาห่อไว้ให้เพื่อกักเก็บความร้อนและตั้งทิ้งไว้เป็นเวลา 6-8 ชั่วโมง

4.จากนั้นนำมาแช่ตู้เย็นเป็นเวลา 2 ชั่วโมงหรือมากกว่านั้น

5.ใช้ผ้าขาวบางในการกรองของเหลวสีเหลืองที่เกิดจากการหมักโยเกิร์ตออกมาและทิ้งนํ้านั้นไปเหลือเพียงแค่น้ำของโยเกิร์ตเท่านั้น

6.จากนั้นเตรียมในส่วนของมูสอโวคาโด นำอโวคาโดครึ่งลูกมาปั่นโดยใส่นมข้นจืด 1 ช้อนโต๊ะ และน้ำผึ้ง 2 ช้อนโต๊ะ ปั่นจนเป็นเนื้อมูสละเอียด

7.หั่นอโวคาโดเป็นเสี้ยวจำนวน 5-6 ชิ้น และหั่นเป็นลูกเต๋า

8.นำมาใส่แก้วตกแต่ง โดยใส่อโวคาโดที่เป็นเสี้ยวๆ ลงไปรอบๆแก้วและใส่โยเกิร์ตลงไป

$\frac{1}{4}$ ของแก้วและตามด้วยกาโนรา จากนั้นตามด้วยมูสของอโวคาโด ราดด้วยโยเกิร์ตอีก 1 ชั้น ตกแต่งด้วยเนื้ออโวคาโด กาโนราและผลไม้แห้งเพื่อเพิ่มสีสัน

ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5704400096

ชื่อ – นามสกุล : นางสาว รินรดา สืบสังข์

คณะ : คณะศิลปศาสตร์

สาขาวิชาการ: การโรงแรมและการท่องเที่ยว

ที่อยู่: 15/162 หมู่ 3 หมู่บ้านจิตรณรงค์ 21

ถนน พุทธมณฑลสาย4 กระทุ่มล้ม 32 แขวง

หนองค้างพูล เขตหนองแขม จังหวัด

กรุงเทพฯ 10160

ผลงาน

1.โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่(HONEY AVOCADO YOGHURT)

ประกาศนียบัตรที่ได้รับ

1.ได้รับประกาศนียบัตรหลังจากปฏิบัติงานสหกิจศึกษาที่โรงแรมดับเบิลยู กรุงเทพฯ (W Bangkok)

แผนก B&F ระยะเวลาตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม 2560-8 ธันวาคม 2560

ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5604400091

ชื่อ – นามสกุล : ชนะชัย รุ่งโรจน์

สุนทร

คณะ : คณะศิลปศาสตร์

สาขาวิชาการ: การโรงแรมและการ
ท่องเที่ยว

ที่อยู่: 88/83 หมู่3 ซอยกำนันแมน22

เขตจอมทอง แขวงบางขุนเทียน 10150

กรุงเทพมหานคร

ผลงาน

1. โยเกิร์ตอโวคาโดฮันนี่ (HONEY AVOCADO YOGHURT)

ประกาศนียบัตรที่ได้รับ

1. ได้รับประกาศนียบัตรหลังจากปฏิบัติสหกิจ ที่โรงแรมดับเบิลยูกรุงเทพ (W Bangkok)

แผนก Main kitchen ระยะเวลาตั้งแต่วันที่21สิงหาคม –8 ธันวาคม 2560