



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

น้ำสลัดเสาวรส

Passion fruit dressing

โดย

นางสาวจุฑามาศ คณิงครวน 5802000009

รายงานเล่มนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา

ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2560

หัวข้อโครงการ น้ำสลัดเสาวรส

Passion Fruit Dressing

รายชื่อผู้จัดทำ นางสาวจุฑามาศ คณิงครวน

ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ณันท์นที ทองอร

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว ประจำปีการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2560

คณะกรรมการสอบโครงการ

.....
ณันท์นที ทองอร

.....
(อาจารย์ณันท์นที ทองอร)

.....
ศุภมาส ยี่มรักษา

.....
(คุณจันทร์มา ยี่มรักษา)

.....
กรรมการกลาง

.....
(ผศ.ดร.ชลลดา มงคลวนิช)

.....
ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา

.....
(ผศ.ดร.มารุจ ลิ้มประวัฒน์นะ)

ชื่อโครงการ : น้ำสลัดเสาวรส
 หน่วยกิต : 5
 ชื่อนักศึกษา : นางสาวจุฑามาศ คณิตกรวน
 อาจารย์ที่ปรึกษา : อาจารย์นันท์นิ ทองอร
 ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี
 สาขาวิชา : การโรงแรม
 คณะ : ศิลปศาสตร์
 ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา : 1/2560

บทคัดย่อ

ในยุคปัจจุบันวัฒนธรรมการกินมีความหลากหลายมากขึ้น ทั้งที่มีมาตั้งแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบัน ซึ่งวัฒนธรรมเหล่านี้เกิดมาจากหลายปัจจัย ไม่ว่าจะเป็นในด้านของ ศาสนา วิถีชีวิต ความเชื่อ ซึ่งถูกหล่อหลอมจนกลายมาเป็นอาหารที่มีเอกลักษณ์ในตัวเอง และในปัจจุบันอาหารก็ถือได้ว่ามีบทบาทความสำคัญเป็นอย่างมาก ทั้งเรื่องรสชาติ วัตถุประสงค์ และคุณค่าของอาหาร หรือแม้แต่ตัวศาสนาก็เข้ามาเกี่ยวข้อง จากการที่ผู้จัดทำได้มีโอกาสเข้าร่วมโครงการสหกิจศึกษาโดยปฏิบัติงาน ณ โรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม แพนครีว และได้ทราบถึงความต้องการของลูกค้าที่อยากทานมังสวิรัต ทางด้านโรงแรมนั้นมีอาหารประเภทมังสวิรัตไว้บริการบางส่วน แต่ไม่มีในรูปแบบของน้ำสลัด

ดังนั้นจึงได้คิดค้นสูตรน้ำสลัดเสาวรสขึ้น โดยการนำเอาเสาวรสที่เหลือจากไลน์บุฟเฟต์มาทำเป็นน้ำสลัด เพื่อเป็นอีกหนึ่งทางเลือกให้กับลูกค้า และเป็นการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาสร้างประโยชน์ให้กับโรงแรม เมื่อได้น้ำสลัดเสาวรสแล้ว ได้นำไปให้พนักงานในแผนกครัว แผนกอาหารและเครื่องดื่ม แผนกล้างจาน จำนวน 30 คน ได้ทดลองชิมและแสดงความคิดเห็น

สรุปผลความพึงพอใจที่ได้รับอยู่ในระดับมากที่สุดและมาก จากการสัมภาษณ์ความคิดเห็นของที่ปรึกษาให้ความเห็นว่าน้ำสลัดเสาวรสเป็นน้ำสลัดที่มีความคิดสร้างสรรค์ที่นำมาจากของที่เหลือจากไลน์บุฟเฟต์ และช่วยลดต้นทุนได้เป็นอย่างดี แต่อย่างไรก็ตาม โครงการน้ำสลัดก็ยังเป็นโครงการที่ไม่สมบูรณ์ เนื่องจากยังไม่มีการนำออกไปให้ลูกค้าชิมเพราะต้องได้รับความเห็นจากหลายฝ่าย อยากให้มีการต่อยอดได้จริง/ขายได้จริง

คำสำคัญ. น้ำสลัดเสาวรส มังสวิรัต

Project Title : Passion Fruit Dressing
Credits : 5
By : Miss Jutamas Kanengkrun
Advisor : Miss Nantinee Thongorn
Degree : Bachelor of Arts
Major : Hotel
Faculty : Liberal Arts
Semester / Academic year: 1/2017

Abstract

The culture of consumption has grown into various choices for products in the past and nowadays. Its culture has been originated from many factors such as religion, life style and belief, which is adapted to its own identity. At present, food has played an important role, not only the taste, raw material and value but also in regards to religion. According to the participation, the project of multilateral study in the kitchen section of Mercure Ibis Bangkok Hotel, I have realized the demand of customers for vegetarian style foods but not in form of salad juice.

Therefore the authors had formulated salad passion fruit juice for them. Its raw material was Passion fruit, which was left over from the line buffet, and used to produce Salad Juice. It could be an alternative for customers. Moreover, remaining material can be used for the hotel. After the production of salad passion fruit juice, it must be tested by the kitchen staff, food and beverage, and housekeeping. 30 people having tasted and recommend it.

After testing, the appreciation was in level of the best and good. According to an interview of the advisor, it can be assured that salad passion fruit juice, is produced from left over materials and reduces cost. However, the project of salad juice has not been completed because the product was not provided to customers for taste tests. This was because it must be recommended to diversify or sales of product.

Keywords: Passion fruit salad juice, Vegetarian

Approved by

.....

กิตติกรรมประกาศ

(Acknowledgment)

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการในสหกิจศึกษา ณ Mercure Ibis Bangkok Siam Hotel ตั้งแต่ 21 สิงหาคม 2560 ถึงวันที่ 8 ธันวาคม 2560 นักศึกษาได้รับประสบการณ์การทำงานจริง ความรู้ที่แปลกใหม่มากมาย การทำรายงานสหกิจศึกษาลงบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากฝ่ายดังต่อไปนี้

1. นางจันทร์ยา ยี่รักษา ตำแหน่ง Commis I
2. อาจารย์นันท์นิ ทองอร ตำแหน่ง อาจารย์ที่ปรึกษา

และบุคคลท่านอื่นที่มีได้กล่าวนามทุกท่านที่ได้ให้คำปรึกษาและคำแนะนำในการทำรายงานนี้

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณทุกท่านที่ได้ให้ความช่วยเหลือ ข้อเสนอแนะ คำปรึกษาแก่นักศึกษาจนทำให้รายงานเล่มนี้เสร็จสมบูรณ์ และทำให้นักศึกษาได้รับประสบการณ์การทำงานจริง การแก้ไขปัญหาและการปรับตัวกับสังคม ซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ

นางสาวจุฑามาศ คณิตครวน

สารบัญ

หน้า

| | |
|--|----|
| จดหมายนำส่งรายงาน | ก |
| กิตติกรรมประกาศ | ข |
| บทคัดย่อ | ค |
| Abstract | ง |
| บทที่ 1 บทนำ | |
| 1.1 ที่มาและความสำคัญ..... | 1 |
| 1.2 วัตถุประสงค์..... | 1 |
| 1.3 ขอบเขตของโครงการ..... | 1 |
| 1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ..... | 2 |
| บทที่ 2 การทบทวนเอกสาร และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง | |
| 2.1 มังสวิวัติ..... | 3 |
| 2.2 สรรพคุณของวัสดุที่ใช้ในการทำโครงการ..... | 6 |
| บทที่ 3 รายละเอียดการปฏิบัติงาน | |
| 3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ..... | 13 |
| 3.2 ลักษณะสถานประกอบการ..... | 14 |
| 3.3 แผนผังองค์กรและการบริหารงานองค์กร..... | 19 |
| 3.4 ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย..... | 19 |
| 3.5 ชื่อและตำแหน่งที่พนักงานปรึกษา..... | 20 |
| 3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน..... | 21 |
| 3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน..... | 21 |
| 3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้..... | 22 |

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงาน

| | |
|---|----|
| 4.1 รายละเอียดโครงการ..... | 23 |
| 4.2 การเตรียมการและการวางแผนโครงการ..... | 23 |
| 4.3 วัตถุประสงค์ที่ใช้ในการทำน้ำสลัดเสาวรส..... | 23 |
| 4.4 ขั้นตอนการทำน้ำสลัดเสาวรส..... | 24 |
| 4.5 การคิดราคาต้นทุน..... | 28 |
| 4.6 ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม..... | 28 |
| 4.7 ความพึงพอใจของผู้ตอบแบบสอบถาม..... | 34 |

บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ

| | |
|--|----|
| 5.1 สรุปผลโครงการ ปัญหาที่พบ แนวทางการแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ..... | 36 |
| 5.2 สรุปผลและข้อเสนอแนะการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา..... | 37 |

บรรณานุกรม

ภาคผนวก

ประวัติผู้จัดทำ

สารบัญตาราง

หน้า

| | |
|--|----|
| ตารางที่ 3.1 ตารางแสดงระยะเวลาการปฏิบัติงาน..... | 21 |
| ตารางที่ 4.1 ตารางแสดงราคาต้นทุนน้ำสลัดเสาวรศ..... | 28 |
| ตารางที่ 4.2 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ..... | 29 |
| ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ..... | 29 |
| ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแผนก..... | 29 |
| ตารางที่ 4.5 โครงการนี้มีวัตถุประสงค์ที่ชัดและสะอาด..... | 30 |
| ตารางที่ 4.6 โครงการนี้มีวัตถุประสงค์ที่ใช้มีคุณค่าทางอาหาร..... | 30 |
| ตารางที่ 4.7 โครงการนี้มีรสชาติของเสาวรศที่มีความโดดเด่น..... | 31 |
| ตารางที่ 4.8 โครงการนี้มีความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรศในน้ำสลัด..... | 31 |
| ตารางที่ 4.9 โครงการนี้มีสีสันทของน้ำสลัด..... | 31 |
| ตารางที่ 4.10 โครงการนี้ช่วยลดปริมาณวัตถุดิบเหลือทิ้งภายในโรงแรม..... | 32 |
| ตารางที่ 4.11 เป็นการสร้างนวัตกรรมน้ำสลัดเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการ..... | 32 |
| ตารางที่ 4.12 โครงการนี้เหมาะสำหรับเป็นน้ำสลัดที่นำออกไลน์บุฟเฟต์..... | 32 |
| ตารางที่ 4.13 โครงการนี้เป็นน้ำสลัดที่มีความแปลกใหม่..... | 33 |
| ตารางที่ 4.14 สามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่บริโภคน้ำมันสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพ..... | 33 |
| ตารางที่ 4.15 ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจของพนักงาน..... | 34 |

สารบัญรูปรภาพ

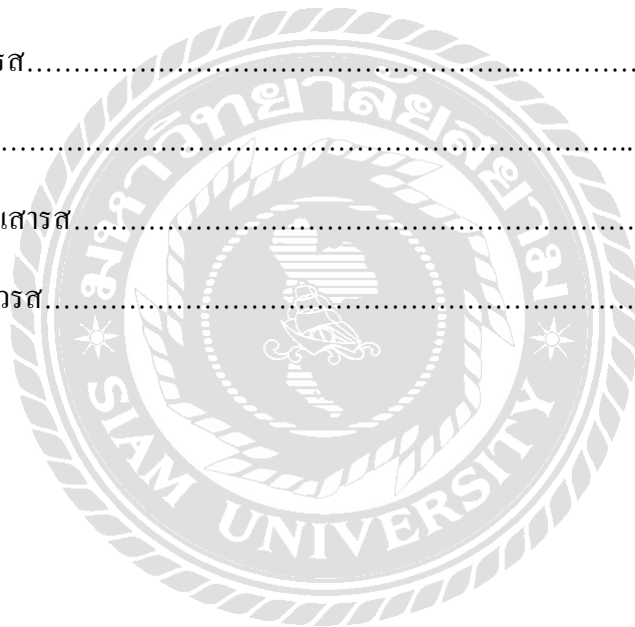
หน้า

| | |
|--|----|
| รูปที่ 2.1 เสาวรส..... | 6 |
| รูปที่ 2.2 น้ำมันมะกอก..... | 7 |
| รูปที่ 2.3 ออริกาโน..... | 8 |
| รูปที่ 2.4 เกล็ด..... | 9 |
| รูปที่ 2.5 พริกไทยดำ..... | 10 |
| รูปที่ 2.6 ใบกระวาน..... | 11 |
| รูปที่ 2.7 น้ำผึ้ง..... | 12 |
| รูปที่ 3.1 สัญลักษณ์ของ Mercure ibis Bangkok Siam Hotel..... | 13 |
| รูปที่ 3.2 แผนที่ของ โรงแรม..... | 14 |
| รูปที่ 3.3 Superior Room | 14 |
| รูปที่ 3.4 Executive room | 15 |
| รูปที่ 3.5 Executive Suite | 15 |
| รูปที่ 3.6 The Eight Restaurant | 16 |
| รูปที่ 3.7 ครั๋วญี่ปุ่น..... | 16 |
| รูปที่ 3.8 ครั๋วไทย..... | 17 |
| รูปที่ 3.9 ครั๋วเบเกอรี่..... | 17 |
| รูปที่ 3.10 ครั๋วยุโรป..... | 18 |
| รูปที่ 3.11 ครั๋วจีน..... | 18 |
| รูปที่ 3.12 ผู้บริหารของ โรงแรม..... | 19 |
| รูปที่ 3.13 นักศึกษาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา..... | 19 |

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

หน้า

| | |
|---|----|
| รูปที่ 3.14 แสดงรูปภาพพนักงานที่ปรึกษา..... | 20 |
| รูปที่ 4.1 เตรียมส่วนผสม..... | 24 |
| รูปที่ 4.2 น้ำเสาวรศ น้ำผึ้ง เกลือ พริกไทยดำและน้ำมันมะกอก..... | 24 |
| รูปที่ 4.3 ตั้งไฟ..... | 25 |
| รูปที่ 4.4 อริกาโนและใบเบลิฟ..... | 25 |
| รูปที่ 4.5 ต้มน้ำเสาวรศ..... | 26 |
| รูปที่ 4.6 พักทิ้งไว้..... | 26 |
| รูปที่ 4.7 ราคาน้ำสลัดเสาวรศ..... | 27 |
| รูปที่ 4.8 สลัดน้ำเสาวรศ..... | 27 |



บทที่ 1

ที่มาและความสำคัญ

1.1 ที่มาและความสำคัญ

ในปัจจุบันมีคนจำนวนมากเลือกรับประทานอาหารประเภทมังสวิรัต (Vegetarian) มากขึ้น และบางส่วนได้ใช้อาหารประเภทนี้มาเป็นตัวช่วยในการลดน้ำหนัก เพราะอาหารประเภทมังสวิรัต เป็นอาหารที่ดีต่อสุขภาพและมีประโยชน์ต่อร่างกาย ให้พลังงานโดยได้รับพลังงานจากฟรุกโตสใน ผักและผลไม้ มีกากใยสูงช่วยในการขับถ่าย ขับของเสียออกจากร่างกาย และช่วยให้ระบบการย่อย อาหารทำงานดี นอกจากนี้การทานมังสวิรัตก็เกิดจากเหตุผลอื่นอีกด้วย นั่นก็คือความเชื่อ มีความ เชื่อว่าการทานอาหารมังสวิรัต เป็นการละเว้นบาปให้เบาลง อีกทั้งยังช่วยให้ไม่เสี่ยงต่อโรคมะเร็ง ไข้ เจ็บ ด้วยความเชื่อเหล่านี้เป็นอีกหนึ่งเหตุที่ทำให้ในปัจจุบันมีคนรุ่นใหม่หันมาทานมังสวิรัต และใ้ใจในการเลือกรับประทานมากขึ้น

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้าไปฝึกปฏิบัติสหกิจศึกษา ณ โรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม (Mercure ibis Bangkok Siam Hotel) แผนกครัว ทำให้ทราบว่าทางโรงแรมมีอาหารที่เป็น มังสวิรัต แต่ยังไม่มีส่วนของน้ำสลัดที่เป็นมังสวิรัต จึงทำให้เกิดความคิดใหม่ๆขึ้นมา เพื่อ ตอบสนองความต้องการของลูกค้าหรือเป็นทางเลือกใหม่ให้กับลูกค้าที่ทานมังสวิรัต และเนื่องด้วย ทางแผนกที่ได้ปฏิบัติงานอยู่นั้น เป็นห้องอาหารที่ให้บริการในลักษณะบุฟเฟต์ จึงทำให้บางครั้งมี ผลไม้เหลือเป็นจำนวนมาก จึงมีความคิดที่จะใช้ประโยชน์จากของเหล่านี้ เพื่อไม่ให้ทิ้งไปโดยสูญ เปล่า ดังนั้นผู้จัดทำจึงเลือกทำน้ำสลัดเสาวรสขึ้นเพื่อเป็นทางเลือกให้กับลูกค้าที่ต้องการน้ำสลัด ประเภทมังสวิรัตที่แปลกใหม่ และมีผลดีต่อสุขภาพ

1.2 วัตถุประสงค์

- 1.2.1 เพื่อเพิ่มตัวเลือกใหม่ให้แก่ลูกค้าที่ทานมังสวิรัตและใส่ใจต่อสุขภาพ
- 1.2.2 เป็นการใช้ประโยชน์จากของเหลือใช้ในไลน์บุฟเฟต์
- 1.2.3 เพื่อลดต้นทุนให้กับ โรงแรม

1.3 ขอบเขตของโครงการ

- 1.3.1 ศึกษาข้อมูลจากสื่อออนไลน์ และหนังสือที่เกี่ยวข้องกับน้ำสลัด

1.3.2 สอบถามและศึกษาผู้เชี่ยวชาญ

1.3.3 ปรึกษาพนักงานที่ปรึกษา

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.4.1 ลูกคามีตัวเลือกใหม่ที่เป็นมังสวิรัต

1.4.2 วัตถุดิบที่เหลือทิ้ง สามารถนำมาทำให้เป็นเมนูน้ำสลัดใหม่ที่สร้างสรรค์

1.4.3 โรงแรมสามารถลดต้นทุนการผลิตได้



บทที่ 2

การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

จากการจัดทำโครงการเรื่อง น้ำสัลดเสาวรส (Passion Fruit Dressing) ผู้จัดทำโครงการได้ศึกษาวัตถุดิบที่ใช้ในการทำโครงการ และช่วยลควัตถุดิบที่เหลือจากไลน์บุฟเฟ่ต์ของโรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม (Mercure ibis Bangkok Siam Hotel) ดังนั้นผู้จัดทำได้ศึกษาทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับโครงการ ดังนี้

2.1 มังสวิรัต

2.2 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในการทำโครงการ

2.1 มังสวิรัต

2.1.1 ความหมายของมังสวิรัต

"มังสวิรัต" มาจากคำว่า "มังสะ" ที่แปลว่าเนื้อสัตว์ "วิรัต" แปลว่า การงดเว้น จึงแปลความหมายได้ว่า การงดเว้นเนื้อสัตว์ หมายถึงการไม่รับประทานเนื้อสัตว์ ตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า เวเจเตเรียนนิซึม (Vegetarianism) มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินคือ เวเจตัส (Vegetus) แปลว่า สมบูรณ์ดีพร้อม สดชื่น เบิกบาน หรือมีความหมายว่า ผู้ซึ่งละเว้นจากการนำสัตว์ทุกชนิดมาเป็นอาหาร ทั้งนี้อาจรวมหรือไม่รวมถึงไข่และผลิตภัณฑ์จากนม

ฌาคเดอ มาเคต (JACQUES DE MARQUETTE) ผู้ก่อตั้งสมาคมครอบครัวสากล ด้วยวัตถุประสงค์ที่จะทำงานเพื่อส่งเสริมมนุษยชาติ ธรรมชาติและบุคลิกภาพ ให้เหตุผลของการกินอาหารมังสวิรัตไว้ 11 ข้อ สรุปได้ดังนี้

- 2.1.1.1 เพื่อร่างกายที่สะอาดบริสุทธิ์
- 2.1.1.2 เพื่อเหตุผลทางเศรษฐกิจ
- 2.1.1.3 เพื่อความอยู่ดีมีสุขของคนในสังคม
- 2.1.1.4 เพื่อความรัก อันปราศจากความหลงในเมถุน
- 2.1.1.5 เพื่อจิตใจที่เข้มแข็ง
- 2.1.1.6 เพื่อความสมดุลทางเศรษฐกิจและสังคม
- 2.1.1.7 เพื่อการพัฒนาทางปัญญา
- 2.1.1.8 เพื่อความกลมกลืนกับธรรมชาติ

2.1.1.9 เพื่อเหตุผลทางด้านศีลธรรมและความไม่เบียดเบียน

2.1.1.10 เพื่อเป็นรากฐานของสันติภาพ

2.1.1.11 เพื่อเหตุผลทางด้านศาสนา

มนุษย์เชื่อว่าอาหารมังสวิรัต "เป็นกุญแจที่จะเปิดประตูทุกบาน" และเป็นหลักประกันของสุขภาพอันสมบูรณ์ ความเจริญทางวัตถุ ความสมดุลทางปัญญา ความบริสุทธิ์ ความดี ความเมตตาต่อสัตว์และมนุษย์ ในยุคแห่งความหลงอวิชชา ความบ้าเลือด และความทุกข์ทรมาน

2.1.2 รูปแบบของการทานมังสวิรัต

ประเภทของมังสวิรัตมีหลากหลายรูปแบบขึ้นอยู่กับหลักความเชื่อของแต่ละศาสนาและตัวบุคคล มังสวิรัตสามารถแบ่งออกได้เป็น 8 ประเภทดังนี้

2.1.2.1 มังสวิรัตแบบแมคโครไบโอติก (Macrobiotic) งดเว้นผลิตภัณฑ์จากสัตว์และยึดถือหลักหยิน-หยาง

2.1.2.2 มังสวิรัตินม-ไข่ (Lacto Ovo Vegetarian) งดเว้นผลิตภัณฑ์จากสัตว์แต่กินนม ผลิตภัณฑ์จากนม และกินไข่

2.1.2.3 มังสวิรัตไข่ (Ovo Vegetarian) งดเว้นผลิตภัณฑ์จากสัตว์ แต่กินไข่

2.1.2.4 มังสวิรัตินม (Lacto Vegetarian) งดเว้นผลิตภัณฑ์จากสัตว์ แต่กินนม และผลิตภัณฑ์จากนม

2.1.2.5 มังสวิรัตแบบเจ (J-Chinese Vegetarian) งดเว้นผลิตภัณฑ์จากสัตว์ รวมทั้งพืชที่มีกลิ่นฉุน 5 ชนิด ได้แก่ หอม กระเทียม ถั่วดำ ใบบัวบก และหลักเกียว (กระเทียมโทนจีน)

2.1.2.6 มังสวิรัตบริสุทธิ์ (Pure Vegetarian) งดเว้นผลิตภัณฑ์จากสัตว์

2.1.2.7 มังสวิรัตพืชสด (Raw Food Eater) งดเว้นผลิตภัณฑ์จากสัตว์ และกินพืช ผัก ผลไม้ที่สดดิบ ไม่ผ่านขบวนการหุงต้มใดๆ

2.1.2.8 มังสวิรัตผลไม้ (Fruitarian) กินแต่ผลไม้และถั่ว

2.1.3 ความเชื่อของการทานมังสวิรัต

ความเกี่ยวข้องกันของศาสนากับการทานมังสวิรัตนั้น มีมาตั้งแต่สมัยโบราณ ศาสนาทั้งหลาย รวมไปถึงนักปราชญ์ที่มีชื่อเสียงของโลก ให้สนับสนุนการทานอาหารแบบมังสวิรัต และ

สอนให้งดเว้นอาหารเนื้อสัตว์ เช่นในทวีปยุโรปมักจะยกนามพระเจ้าของศาสนาคริสต์ พระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าของศาสนาพุทธ ปรัชญาเมธี ชาวกรีกโบราณ รวมทั้งลัทธิเต๋าของจีน

ความเชื่อทางศาสนาพุทธกับการทานอาหารมังสวิรัต

พระพุทธองค์ทรงตรัสห้ามสาวกไม่ให้บริโภคเนื้อสัตว์ เพราะเป็นการทำลายเมล็ดพันธุ์แห่ง
เมตตาธรรม ดังที่มีพุทธพจน์ปรากฏใน ลังกาวตลสูตร ว่า “โอ ”บัณฑิตทั้งหลาย เรากำลังประกาศ
ว่า การกินเนื้อสัตว์เป็นการกินเนื้อบุตรของตนอยู่ ดังนั้นแล้วจะกล่าวไปอย่างไรได้ ที่เราจะบัญญัติให้
สาวกของเรากินเนื้อสัตว์”

ความเชื่อทางศาสนาคริสต์กับการทานอาหารมังสวิรัต

คัมภีร์ไบเบิล เล่มที่ 1 ปฐมกาล 1: 29 (Genesis 1: 29 "พระเจ้าตรัสว่า เราให้พืชที่มีเมล็ดทั้งหมด
ซึ่งมีอยู่ทั่วพื้นแผ่นดิน และต้นไม้ทุกชนิด ที่มีเมล็ดในผลของมันแก่เจ้า เป็นอาหารของเจ้า" จะเห็น
ได้ว่าไม่มีการเอ่ยถึงเนื้อสัตว์เลย

ความเชื่อทางศาสนาฮินดูกับการทานอาหารมังสวิรัต

ชาวฮินดูในประเทศอินเดียโบราณ มีข้อห้ามกินเนื้อสัตว์เห็นได้จากการนับถือเทพเจ้า เช่น
พระพิฆเนศ ห้ามกินเนื้อหมู ห้ามฆ่าหมู

ความเชื่อทางศาสนาอิสลามกับการทานอาหารมังสวิรัต

พระผู้พยากรณ์รุ่นแรกๆ ของอิสลามองค์หนึ่ง ซึ่งเป็นหลานของพระโมฮัมหมัด ได้แนะนำ
สาวกระดับสูงหลายท่านว่า "อย่าทำให้กระเพาะของเธอ กลายเป็นหลุมฝังศพของสัตว์ทั้งหลาย"

จากความเชื่อเหล่านี้ ถือเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจให้ผู้ที่นับถือศาสนานี้หันมาทานอาหาร
ประเภทมังสวิรัต และยึดเอาคำสอนของแต่ละศาสนามาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต

2.1.4 ประโยชน์ของการทานมังสวิรัต

ล้างพิษ ระบบการย่อยอาหารของมนุษย์นั้นถูกออกแบบมาให้เป็นเช่นเดียวกับสัตว์กินพืช
คือย่อยอาหารที่มีกากใยสูง และไม่สามารถดูดซึมโปรตีนได้ทั้งหมด เมื่อมนุษย์ทานอาหารที่เป็น
ประเภทเนื้อสัตว์ทำให้เกิดการตกค้างของโปรตีน และทำให้ลำไส้เกิดการหมักหมม แปรเปลี่ยนเป็น
ของเสีย และสาเหตุเหล่านี้เองทำให้อาจเกิดโรค หอบหืด ภูมิแพ้ และมะเร็งลำไส้ แต่เมื่อเรางดเว้น
จากการทานเนื้อสัตว์ จะทำให้ลำไส้มีตกค้าง ขับถ่ายง่าย และลดโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรดังที่
กล่าวมา และถือเป็นการล้างพิษไปในตัว

การขับถ่าย การรับประทานอาหารประเภทผักที่มีกากใยสูง และการงดเว้นการทานเนื้อสัตว์ ทำให้ระบบการย่อยของกระเพาะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทำให้การขับถ่ายคล่อง อีกทั้งยังช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคริตติควงทวนหนัก

ในเนื้อสัตว์นั้นมีสารพิษอยู่ไม่น้อย เช่น จากการใช้สารเคมีเพื่อเร่งการเจริญเติบโตของสัตว์ การฉีดวัคซีนป้องกันโรค เมื่อทานเนื้อสัตว์แล้วร่างกายรับสารเหล่านี้เข้าไปทำให้เกิดการสะสม และมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรค มากกว่าผู้ที่ทานพืช หรืออาหารแบบมังสวิรัต

2.2 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในการทำโครงการ

2.2.1 เสาวรส



รูปที่ 2.1 : เสาวรส

ที่มา : <https://medthai.com>

ชื่อสามัญ : Passion Fruit

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Passiflora edulis* Sims

เสาวรสบเป็นไม้เถาเลื้อย ถิ่นกำเนิดอยู่ในทวีปอเมริกาใต้ บริเวณประเทศบราซิล ปารากวัย อาร์เจนตินา ผลเป็นรูปกลม ผลอ่อนสีเขียว เมื่อสุกมีหลายสีแล้วแต่พันธุ์ ทั้งสีม่วง เหลือง ส้ม ชั้นในสุดของเปลือกเป็นเยื่อสีขาวที่เรียก “รก” ภายในมีเมล็ดสีดำจำนวนมาก อยู่ในเยื่อหุ้มเมล็ดเป็นถุงกลั่นคล้ายฝรั่งสุก รสเปรี้ยวจัด บางพันธุ์มีรสอมหวาน โดยเสาวรสที่ลักษณะดินนี้ต้องไม่เหี่ยว ผิวต้องเต่งตึง

สรรพคุณ : เสาวรสมีวิตามินซี ธาตุเหล็ก ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุสังกะสี ช่วยบำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่ง ต่อต้านอนุมูลอิสระ ขับถ่ายง่าย ฟันฟูดับและไตให้แข็งแรง กำจัดสารพิษในเลือด เป็นต้น

2.2.2 น้ำมันมะกอก (Olive oil)



รูปที่ 2.2 : น้ำมันมะกอก

ที่มา : <http://sukkaphap-d.com>

ชื่อสามัญ : Olive Oil

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Olea europaea* L.

น้ำมันมะกอก (Olive Oil) หมายถึง น้ำมันธรรมชาติที่สกัดได้จากมะกอกโอลีฟ มีลักษณะออกสีเขียวซีใส ออกเหลืองซีใส ขึ้นอยู่กับกระบวนการสกัด มะกอกที่ชาวไทยรู้จักในปัจจุบันมีไม่กี่ยุคได้แก่ มะกอกน้ำหรือมะกอกฝรั่ง เป็นมะกอกที่นำเข้ามาจากต่างประเทศ ซึ่งมีการปรับปรุงพันธุ์จนสามารถปลูกได้ในประเทศไทย และน้ำมันมะกอกที่ใช้กันในทุกวันนี้ เป็นน้ำมันที่ผลิตมาจากมะกอกโอลีฟ ส่วนมะกอกน้ำ, มะกอกป่าและมะกอกฝรั่ง เป็นมะกอกที่นิยมนำมารับประทาน มะกอกโอลีฟ เป็นพืชตระกูลมะกอกที่มีถิ่นกำเนิดในแถบทะเลเมดิเตอร์เรเนียนและแถบตะวันออกเฉียงกลาง ลำต้นมีลักษณะโค้งงอไปมา เปลือกลำต้นออกสีเทานวล ใบมีลักษณะแข็ง สีเขียวแก่ ดอกมีสีขาวออกครีม แต่ละช่อมีดอกประมาณ 10-25 ดอก ผลมีลักษณะกลมรีขรุขระไปขี้ ผลดิบมีสีเขียว ผลสุกจะเป็นสีดำ ซึ่งจะนำมาผลิตเป็นน้ำมันมะกอก

สรรพคุณ : น้ำมันมะกอกช่วยเพิ่มวิตามินEให้ผิว ทำให้ระบบหมุนเวียนเลือดดีขึ้น ช่วยป้องกันมะเร็ง ป้องกันโรคกระดูกพรุน และช่วยบำรุงเส้นผมและรักษาอาการไหม้จากแสงแดด เป็นต้น

2.2.3 ออริกาโน (Oregano)



รูปที่ 2.3 : ออริกาโน

ที่มา : <https://medium.com>

ชื่อสามัญ : Oregano

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Origanum vulgare*

ออริกาโนมีถิ่นกำเนิดแถบเนินเขาของเมดิเตอร์เรเนียนและเอเชียตะวันตก แต่ปัจจุบันมีปลูกแพร่หลายเกือบทั่วโลก การนำใบมาใช้ปรุงแต่งกลิ่นอาหารใช้เฉพาะใบที่ตากแห้งแล้วและใช้กันมากสำหรับอาหารลาติน เม็กซิโกและอิตาลี คนไทยเริ่มรู้จักออริกาโรกันมาก เนื่องจากหันมานิยมอาหารตะวันตกกันเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะอาหารอิตาลี ที่เรียกว่า พิซซ่า (pizza) หน้าพิซซ่าซึ่งประกอบด้วย ซอสมะเขือเทศและมายองเนส (mayonnaise) หากขาดออริกาโน ความหอมน่ากินจะลดน้อยลงทันที ออริกาโนเป็นพืชอยู่ในตระกูล LAMIACEAE หรือ LABIATAE ซึ่งเป็นตระกูลเดียวกันกับสะระแหน่ มีกลิ่นหอมค่อนข้างจัดที่เกิดจากสาร THYMOL และ CARVACROL ซึ่งเป็นน้ำมันหอมระเหยที่มีอยู่ในส่วนของใบและอกรสขมปนอยู่ด้วย จึงเหมาะสำหรับใช้ปรุงแต่งรสชาติอาหารต่างๆ ไปของชาวยุโรป ประเภท ปลา เนื้อ ไก่ เนย มะเขือเทศ เมล็ดถั่วแห้ง เห็ดต่างๆ เป็นต้น

สรรพคุณ : ออริกาโนเป็นสมุนไพรช่วยบำรุงหัวใจ กระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต ลดความดันและน้ำตาลในเลือด เป็นต้น

2.2.4 เกลือ (salt)



รูปที่ 2.4 : เกลือ

ที่มา : <http://sukkaphap-d.com>

ชื่อสามัญ : Salt

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Sodium chloride

เกลือเป็นแร่ธาตุส่วนใหญ่ประกอบด้วยโซเดียมคลอไรด์ สารประกอบในระดับสูงกว่าเกลือชนิดต่าง ๆ ในธรรมชาติก่อตัวเป็นแร่ผลึกรู้จักกันว่า เกลือหิน หรือ เกลือผลิตจากเหมืองเกลือจากการระเหยน้ำทะเล หรือน้ำที่อุดมไปด้วยแร่ธาตุในบ่อตื้นผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรมหลักของเกลือคือ โซดาไฟและคลอรีน ใช้ในกระบวนการทางอุตสาหกรรม การผลิตโพลีไวนิลคลอไรด์ พลาสติก เยื่อกระดาษ และผลิตภัณฑ์อื่น ๆ จากการผลิตเกลือปริมาณสองล้านตันต่อปี มีเพียง 6% ที่ให้มนุษย์บริโภค ส่วนอื่น ๆ ใช้ในการปรับสภาพของน้ำ กำจัดน้ำแข็งบนถนน และใช้ในการเกษตร เกลือที่กินได้มีขายในหลายรูปแบบ เช่น เกลือสมุทรและเกลือโตะปกติจะบรรจุสารป้องกันการรวมตัวเป็นก้อน และอาจเสริมไอโอดีนเพื่อป้องกันภาวะพร่องไอโอดีน นอกจากจะใช้ปรุงอาหารและวางบนโตะแล้ว เกลือยังพบได้ในอาหารแปรรูปจำนวนมาก อาหารที่มีโซเดียมมากเกินไปทำให้ความดันโลหิตสูง และอาจเพิ่มความเสี่ยงของกล้ามเนื้อหัวใจตายเหตุขาดเลือด และโรคหลอดเลือดสมอง องค์การอนามัยโลกแนะนำว่าผู้ใหญ่ควรบริโภคโซเดียมน้อยกว่า 2,000 มิลลิกรัม หรือเทียบเท่ากับเกลือ 5 กรัมต่อวัน

สรรพคุณ : เกลือช่วยถนอมอาหาร รักษาโรคต่างๆ เช่น โรคปากเปื่อย แก้กัดจุมูก ช่วยผลัดเซลล์ผิวที่ตายแล้วให้นุ่มขึ้น และช่วยลดคราบหินปูนในช่องปากได้ดีอีกด้วย

2.2.5. พริกไทยดำ (Black Pepper)



รูปที่ 2.5 : พริกไทยดำ
ที่มา : <https://medthai.com>

ชื่อสามัญ : Black Pepper

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Piper nigrum

พริกไทยมีถิ่นกำเนิดในประเทศอินเดีย ในปัจจุบันได้มีการปลูกกันในหลายประเทศทั่วโลก เป็นต้นไม้อายุยืน เป็นไม้เถาเนื้อแข็ง มีรากฝอยตามข้อเถา เอาไว้ใช้คั้นเอาน้ำ มีขนาดความยาวประมาณ 5 เมตร ใบใหญ่คล้ายใบโพธิ์ มีดอกขนาดเล็ก เมล็ดพริกไทยจะมีลักษณะกลม เมล็ดเล็กเป็นพวง ตรงข้อของลำต้น โดยนิยมปลูกพริกไทยกันมาก ในจังหวัดจันทบุรี ตราด และระยอง โดยสายพันธุ์ที่นิยมปลูกกัน มีด้วยกัน 6 สายพันธุ์ คือ พันธุ์โบนนา พันธุ์บ้านแก้ว พันธุ์ปรานต์ธรรมดา พันธุ์ปรานต์ทิพย์ พันธุ์ควายขวิด และสายพันธุ์คู่ซึ้ง จะมีเมล็ดแข็งกลมเล็กๆข้างใน สีน้ำตาลอ่อน มีรสชาติเผ็ดร้อน มีกลิ่นหอมฉุน นิยมรับประทานกันมาตั้งแต่โบราณ

สรรพคุณ : พริกไทยดำมีวิตามิน C สูง ช่วยป้องกันการต่อต้านสารก่อมะเร็ง แก้โรคลมบ้าหมู บำรุงธาตุในร่างกาย เพิ่มการไหลเวียนของโลหิต ช่วยขับปัสสาวะ

2.2.6. ใบกระวาน (bay leaf)



รูปที่ 2.6 : ใบกระวาน

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

ชื่อสามัญ : bay leaf

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Laurusnobilis

ใบกระวานเป็นเครื่องเทศและเครื่องยานี้ ไม่ใช่ทั้งใบและต้นของกระวาน หรือใบของต้นกระวานเทศ หรือใบของพืชจำพวกอบเชยหลายๆ ชนิด เช่น อบเชย เขียด หรือเทพทาโร พืชชนิดนี้มีถิ่นกำเนิดในแถบทะเลเมดิเตอร์เรเนียน เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง ใบออกแบบเดี่ยวๆ เรียงสลับกัน รูปใบหอกถึงรูปไข่ ดอกออกตามซอกใบหรือปลายกิ่งเป็นช่อ มีดอกย่อยสีเหลืองขนาดเล็ก ผลเป็นผลแบบมีเนื้อ มีขนาดเล็ก มีเมล็ดเดียว ใบกระวานที่ใช้ทำเป็นเครื่องเทศจะเก็บใบเมื่อพืชมีอายุตั้งแต่ ๒ ปีขึ้นไป และนิยมเก็บกันในช่วงฤดูใบไม้ร่วง แล้วนำมาผึ่งให้แห้งในที่ร่ม ใบกระวานที่มีคุณภาพดีจะต้องไม่มีก้านใบติดมาด้วย ให้กลิ่นเหมือนกระวาน มีแผ่นใบสีเขียวอ่อน หากเป็นสีน้ำตาลหรือเทาจะเป็นชนิดที่มีคุณค่า และใบกระวานมักใช้แต่งกลิ่นในอาหารต่างๆ เช่น แกงมัสมั่น, ข้าวหมกไก่ เป็นต้น

สรรพคุณ : ใบเบย์ลิฟใช้ในการแต่งกลิ่นของอาหาร เช่น ซุป สตู และช่วยขับเหงื่อ ขับลม รักษาโรคมะเร็ง รักษาอาการปวดข้อ เป็นต้น

2.2.7 น้ำผึ้ง (Honey)



รูปที่ 2.7 : น้ำผึ้ง

ที่มา : <https://medthai.com>

ชื่อสามัญ : Honey

ชื่อวิทยาศาสตร์ : Apisspp

น้ำผึ้ง คือผลผลิตของน้ำหวานจากดอกไม้และจากแหล่งอื่น ๆ ที่ผึ้งนำมาเก็บสะสมไว้ โดยผ่านขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและทางเคมีแล้วสะสมไว้ในรังผึ้ง ซึ่งปกติแล้วน้ำผึ้งจะมีกลิ่น รส สี ที่ต่างกันออกไปตามชนิดของพืชนั้น ๆ จึงทำให้สามารถระบุชนิดของน้ำผึ้งตามชนิดของพืชนั้นได้ เช่น น้ำผึ้งจากดอกส้ม ดอกกล้วย ดอกลิ้นจี่ ก็จะแตกต่างกันออกไป ซึ่งนิยมนำมาใช้เป็นสารให้ความหวานในอาหารหรือเครื่องดื่มนานาชนิด น้ำผึ้งมีส่วนผสมของน้ำตาลและสารประกอบอื่น ๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นฟรุกโทสกับกลูโคส และมีวิตามินและแร่ธาตุผสมอยู่ด้วย เช่น วิตามินเอ วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 วิตามินบี 5 วิตามินบี 6 กรดโฟลิก วิตามินซี ธาตุแคลเซียม ธาตุแมกนีเซียม ธาตุโซเดียม ธาตุโพแทสเซียม ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก ธาตุทองแดง ธาตุสังกะสี เป็นต้น สำหรับสารประกอบอื่น ๆ ที่มีอยู่ในปริมาณเพียงน้อยนิดนั้นจะเป็นสารที่ทำหน้าที่ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระเป็นหลัก

สรรพคุณ : น้ำผึ้งช่วยรักษาผิวให้สดใส เนียนนุ่ม ป้องกันรังสี UV และยังเป็นยาช่วยรักษาอาการเจ็บคอพ แก้ท้องอืดท้องเฟ้อ โรคกระเพาะ ช่วยระงับความร้อนในร่างกาย

บทที่ 3

รายละเอียดการปฏิบัติงาน

3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ



รูปที่ 3.1 สัญลักษณ์ของ Mercure ibis Bangkok Siam Hotel

ที่มา : <https://www.hoteljob.in.th/hotels/103219/>

3.1.1 ชื่อสถานประกอบการ

โรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม (Mercure ibis Bangkok Siam Hotel) จุดกำเนิดแบรนด์เมอร์เคียวถือกำเนิดแบรนด์นี้ เมื่อปี พ.ศ. 2516 ในยุคสมัยนั้น โรงแรมในแถบยุโรปมักมี “เตาผิง” สร้างไว้ในโรงแรม เพื่อเป็นสัญลักษณ์สื่อถึงการต้อนรับที่อบอุ่น ให้กับลูกค้าที่มาใช้บริการแบรนด์นี้ได้รับการตั้งชื่อตามเทพเมอร์คิวรี (Mercury) ซึ่งเป็นเทพโรมันแห่งการเดินทาง การค้าและงานฝีมือ ต่อมาในปี พ.ศ. 2518 แอคคอร์ (ACCOR) ได้ซื้อแบรนด์เมอร์เคียวและเข้ามาบริหาร โดยนำเสนอกลยุทธ์การตลาด “แบบไม่กำหนดรูปแบบการบริการ” (non-standardise) เพื่อให้เกิดความหลากหลายตามแต่ละถิ่นที่ตั้งของโรงแรมการบริหารโดยบริษัทฯ ภายใต้แบรนด์โรงแรมของบุคคลภายนอกในรูปแบบของการแฟรนไชส์ บริษัทฯ ดำเนินการคัดเลือกแบรนด์ที่จะทำการแฟรนไชส์จากบริษัทเจ้าของแบรนด์โรงแรมที่เป็นองค์กรชั้นนำ มีชื่อเสียงระดับนานาชาติ มีการดำเนินงานที่เป็นระบบและทำการคัดเลือกแบรนด์โดยคำนึงถึงชื่อเสียง ความกว้างขวางของเครือข่ายทางการตลาดและความเหมาะสมของต่อทรัพย์สินเป็นหลัก ซึ่งแบรนด์ที่บริษัทฯ ได้รับสิทธิให้ใช้ภายใต้การบริหารของกลุ่ม ACCOR ทั้งหมด ประกอบด้วยแบรนด์ Mercure, Ibis Style, Ibis and HOP INN

3.1.2 ที่ตั้งของสถานประกอบการ

ที่ตั้ง 927 ถนนพระรามที่ 1 แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330



รูปที่ 3.2 แผนที่ของโรงแรม เมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม

ที่มา : <http://hotelandresortthailand.com/>

3.2 ลักษณะการประกอบการ

3.2.1 ห้องพักของโรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม มีทั้งหมด 189 ห้อง ประกอบด้วย

- Superior Room 155 ห้อง
- Executive room 27 ห้อง
- Executive Suite 7 ห้อง



รูปที่ 3.3 Superior Room

ที่มา : <http://wetu.com>



รูปที่ 3.4 Executive Room

ที่มา : <http://wetu.com>



รูปที่ 3.5 Executive Suite

ที่มา : <http://wetu.com>

3.2.2 ห้องอาหารของโรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม มีห้องอาหารเพียง 1 ห้อง คือ The Eight Restaurant



รูปที่ 3.6 The Eight Restaurant

ที่มา : <http://wetu.com>

3.2.3 แผนครัวของโรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม มีทั้งหมด 5 ครัว ได้แก่ ครัวยุโรป ครัวไทย ครัวเย็น ครัวญี่ปุ่น ครัวเบเกอรี่



รูปที่ 3.7 ครัวญี่ปุ่น



รูปที่ 3.8 คริวไทย



รูปที่ 3.9 คริวเบเกอรี่

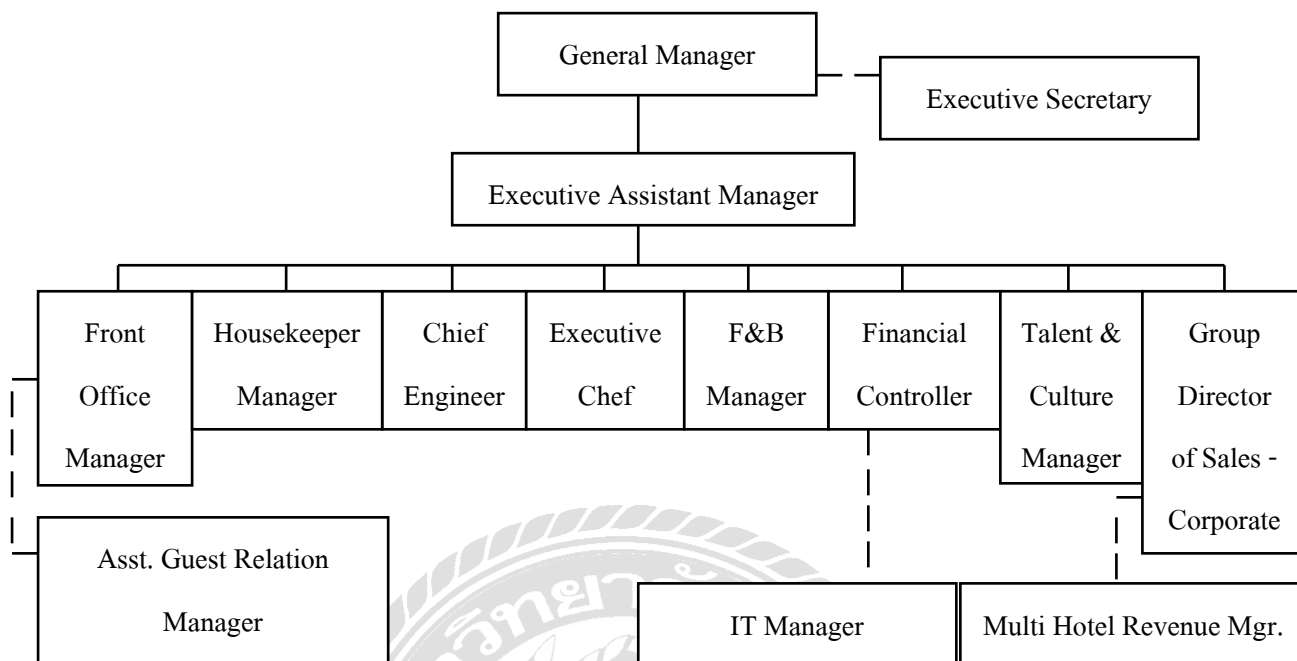


รูปที่ 3.10 คร้ายยุโรป



รูปที่ 3.11 คร้ายเอ็น

3.3 แผนผังองค์กรและการบริหารงานองค์กร



รูปที่ 3.12 : ผู้บริหารของโรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม
ที่มา: เมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม

3.4 ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย



รูปที่ 3.13 : นักศึกษาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา นางสาวจุฑามาศ คณิตครวน

ชื่อ-นามสกุล : นางสาวจุฑามาศ คณิตครวน

ตำแหน่ง : นักศึกษาฝึกงาน (Trainee)

แผนก : คริวเย็น (Cold kitchen)

ระยะเวลาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา : ระหว่างวันที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2560 ถึง 8 ธันวาคม พ.ศ.2560

หน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

07.00 – 10.30 น. เติมน้ำในไลน์บุฟเฟต์ ทั้ง Breakfast และ Lunch

10.30 – 11.00 น. เก็บไลน์บุฟเฟต์ Breakfast และ จัดไลน์บุฟเฟต์ Lunch

13.30 – 14.00 น. จัดผลไม้ใส่จานและจัดลูกอมใส่โหลแก้วเพื่อเป็นการต้อนรับให้กับแขกที่เพิ่งเข้าพัก

14.40 – 15.10 น. ทำแซนวิช

15.15 – 15.40 น. เตรียมล้างหั่นผักเพื่อไว้ใช้วันต่อไป

15.40 – 16.00 น. จัดห้องสไตร์ เช็คของที่เข้าออกให้ตรงกับจำนวนที่เหลืออยู่และทำความสะอาดห้องผัก

3.5 ชื่อและตำแหน่งที่ปรึกษา



รูปที่ 3.14 : แสดงรูปภาพพนักงานที่ปรึกษา คุณจันทรา ยิ้มรักษา

ชื่อ-นามสกุล : คุณจันทรา ยิ้มรักษา

ตำแหน่ง : Commis I

แผนกที่ทำงาน : Cold kitchen

3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ในการปฏิบัติงานนักศึกษาโครงการสหกิจศึกษาได้ใช้เวลาการปฏิบัติงานทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ นับตั้งแต่ 21 สิงหาคม 2560 ถึง 8 ธันวาคม 2560

3.7 ขั้นตอนและวิธีในการดำเนินงาน

เริ่มดำเนินการวิจัยตั้งแต่วันที่ 21 สิงหาคม ถึง 8 ธันวาคม 2560 รวม 16 สัปดาห์

ตารางที่ 3.1 แสดงขั้นตอนการดำเนินงาน

| ขั้นตอนการดำเนินงาน | สัปดาห์ที่ | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| ศึกษาปัญหาที่จะทำ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| กำหนดหัวข้อ โครงการ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ลงมือปฏิบัติ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| สร้างเครื่องมือที่ใช้ใน การเก็บรวบรวมข้อมูล | | | | | | | | | | | | | | | | |
| เก็บรวบรวมข้อมูล | | | | | | | | | | | | | | | | |
| วิเคราะห์ข้อมูล | | | | | | | | | | | | | | | | |
| สรุปและจัดทำรายงาน | | | | | | | | | | | | | | | | |

3.7.1 รวบรวมข้อมูลและกำหนดหัวข้อโครงการ

มีการปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาโครงการในการกำหนดหัวข้อโครงการให้ตรงกับสิ่งที่สนใจ เพื่อศึกษาปัญหาภายในโรงแรมเมอร์เคียว ไอบิสกรุงเทพฯ สยาม

3.7.2 วิเคราะห์การทำโครงการ

มีการสอบถามและรวบรวมข้อมูลในการทำโครงการกับพนักงานที่ปรึกษา

3.7.3 ลงมือปฏิบัติ

ทำการทดลองหลายครั้งและตัดแปลงวัตถุดิบจนเกิดเป็นน้ำสลัดเสาวรสขึ้นมาใหม่

3.7.4 จัดทำเอกสาร

รวบรวมข้อมูล จัดพิมพ์แบบสอบถาม ดำเนินการจัดทำรูปเล่มและสรุปผล

3.7.5 ตรวจสอบและแก้ไข

เมื่อทำรูปเล่มเสร็จแล้วนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบและแก้ไขข้อผิดพลาดเพื่อโครงการสมบูรณ์ที่สุด

3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้ในการทำโครงการ

3.8.1 ฮาร์ดแวร์

- Computer
- เครื่องปรีนเอกสาร
- กล้องถ่ายรูป
- เครื่องถ่ายเอกสาร

3.8.2 ซอฟต์แวร์

- โปรแกรม Microsoft Word
- โปรแกรม Microsoft Power point

3.8.3 วัตถุดิบในการทำน้ำสลัดเสาวรสต่างๆ



บทที่ 4

ผลการดำเนินงาน

4.1 รายละเอียดการปฏิบัติงาน

โครงการ “น้ำสลดเสาวรส” มีวัตถุประสงค์ในการลดปัญหาเสาวรสที่เหลือทิ้งจากไลน์บัพเฟด ดังนั้นทางผู้จัดทำจึงเล็งเห็นว่า เพื่อเป็นการไม่ทิ้งให้สูญเปล่า จึงได้นำเสาวรสมาแปรรูปเป็นน้ำสลดสูตรใหม่ในไลน์บัพเฟดของโรงแรม ซึ่งเป็นการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้สามารถนำมาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดในโรงแรม

4.2 การเตรียมการและการวางแผนโครงการ

4.2.1 ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหาภายในโรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม โดยสังเกตจากครวเย็นที่ทางคณะผู้จัดทำได้เข้ารับการฝึกฝน แล้ววิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นในครว โดยเลือกปัญหาที่น่าสนใจและปัญหาที่เราสามารถแก้ไขได้

4.2.2 ปรึกษาหัวข้อที่ใช้ในการทำโครงการ ร่วมกับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อรับคำแนะนำในการทำโครงการสทกิจและวางแผนแก้ไขปัญหามาเลือกได้อย่างถูกวิธี

4.2.3 ออกแบบและวางแผนแก้ไขปัญหามาที่คณะผู้จัดทำโครงการได้ค้นพบและได้กำหนดไว้ในโครงการสทกิจ

4.2.4 จัดเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์ เพื่อทำโครงการ เก็บข้อมูลในครวเย็น และลงมือปฏิบัติทดลองทำน้ำสลดที่ผู้จัดทำเสนอ

4.3 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำน้ำสลดเสาวรส

| | | |
|-------------------|-----|--------|
| 4.3.1 น้ำเสาวรส | 150 | กรัม |
| 4.3.2 น้ำมันมะกอก | 30 | กรัม |
| 4.3.3 ออริกาโน | 1/4 | ช้อนชา |
| 4.3.4 เกลือ | 4 | กรัม |
| 4.3.5 พริกไทยดำ | 1/4 | ช้อนชา |
| 4.3.6 น้ำผึ้ง | 35 | กรัม |

4.3.7 เบลีฟ 2 ใบ

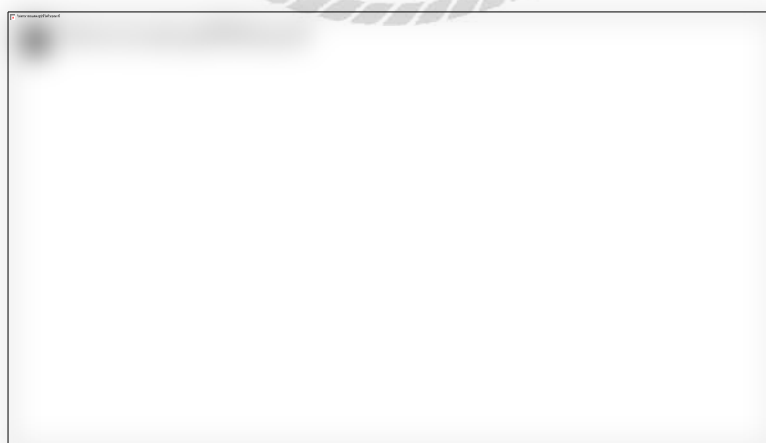
4.4 ขั้นตอนการทำน้ำสกัดเสาวรศ

4.4.1 เตรียมส่วนผสมของน้ำสกัดเสาวรศ



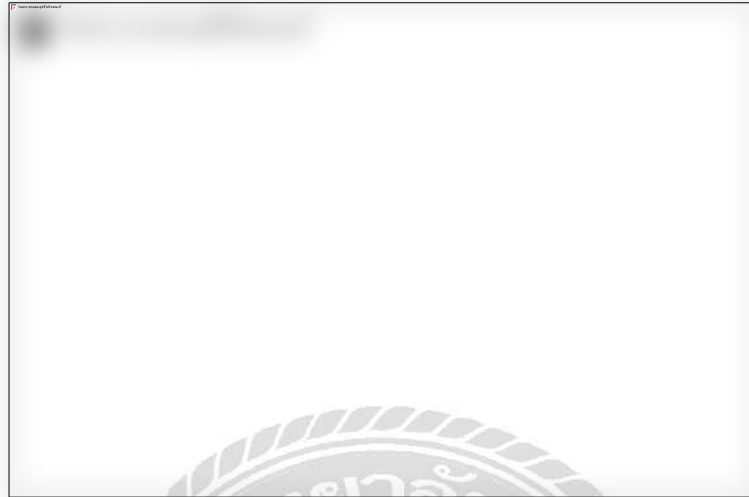
รูปภาพที่ 4.1 เตรียมส่วนผสมของน้ำสกัดเสาวรศ

4.4.2 เทน้ำเสาวรศ น้ำผึ้ง เกลือ พริกไทยดำและน้ำมันมะกอกลงในภาชนะสำหรับผสม จากนั้นคนให้เข้ากัน แล้วพักทิ้งไว้



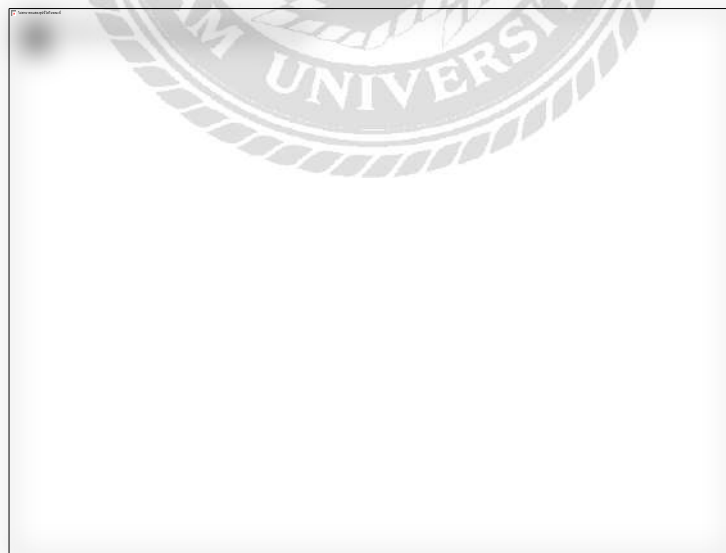
รูปภาพที่ 4.2 น้ำเสาวรศ น้ำผึ้ง เกลือ พริกไทยดำและน้ำมันมะกอก

4.4.3 ตั้งไฟระดับปานกลาง



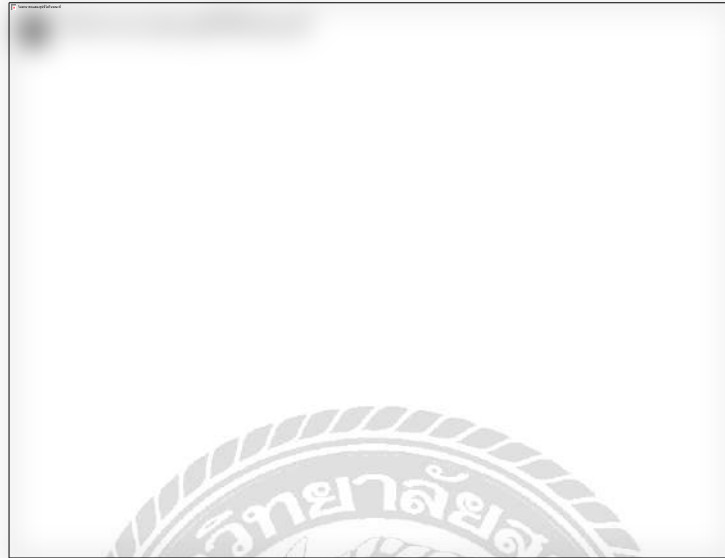
รูปภาพที่ 4.3 ตั้งไฟ

4.4.4 ใส่อริกาโนและไบเบลิฟ แล้วตัดให้พอมีกลิ่นหอม



รูปภาพที่ 4.4 อริกาโนและไบเบลิฟ

4.4.5 เทส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อ ตั้งไฟระดับปานกลาง คนไปเรื่อยๆจนเดือด



รูปภาพที่ 4.5 ต้มน้ำเสาวรส

4.4.6 ปิดไฟแล้วเอาลงจากเตา พักทิ้งไว้ให้เย็น



รูปภาพที่ 4.6 พักทิ้งไว้

4.4.7 จัดงานสลัด นำน้ำสลัดเสาวรสดลงไปในงาน



รูปภาพที่ 4.7 ราดน้ำเสาวรสด

4.4.8 พร้อมเสิร์ฟ

รูปภาพที่ 4.8 สลัดน้ำเสาวรศ

4.5 การคิดราคาต้นทุน

ตารางที่ 4.1 แสดงราคาต้นทุนน้ำสลัดเสาวรศ

| ลำดับ | ส่วนผสม | ปริมาณ | ราคา/หน่วย | ราคา (บาท) |
|---------------------|-------------|--------------------|-------------|------------|
| 1 | น้ำเสาวรศ | 150 กรัม | 80/1000 kg. | 12 |
| 2 | น้ำมันมะกอก | 30 กรัม | 200/500 ml. | 12 |
| 3 | น้ำผึ้ง | 35 กรัม | 115/280 g. | 14.38 |
| 4 | เกลือ | 4 กรัม | 12/1000 kg. | 0.05 |
| 5 | พริกไทยดำ | ¼ ช้อนชา (1.25 g.) | 63/60 g. | 1.31 |
| 6 | ออริกาโน | ¼ ช้อนชา (1.25 g.) | 39/10 g. | 4.87 |
| 7 | ไบเบลิฟ | 2 ใบ | - | - |
| รวมต้นทุน | | | | 44.61 |
| Q FACTOR 5% | | | | 2.23 |
| รวมต้นทุน | | | | 46.84 |
| ราคาต้นทุนต่อ 1 ที่ | | | | 46.84 |
| ราคาขายเบ้องต้น 35% | | | | 133.82 |
| ราคาขายจริง 200 | | | | 200 |
| ร้อยละของต้นทุน | | | | 23.42 |

จากตารางที่ 4.1 สามารถอธิบายรายละเอียดได้ว่า ต้นทุนของน้ำสลัดเสาวรศ ราคาต้นทุนรวม คือ 46.84 บาท ต่อ 1 จาน

4.6 ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม

ในการจัดทำโครงการรณรงค์น้ำส้วมเสาวรส เพื่อจะทำการลดวัตถุดิบที่เหลือของครัวเรือนจากไลน์บุฟเฟต์ จากที่กล่าวมาข้างต้นถือว่าเป็นโครงการที่สร้างสรรค์นวัตกรรมใหม่ และยังสามารถสร้างรายได้ให้แก่สถานประกอบการ อีกทั้งยังช่วยลดปริมาณเสาวรสที่เหลือทิ้ง เพื่อให้ก่อประโยชน์สูงสุดต่อโรงแรมเมอร์เคียว โอปิส กรุงเทพฯ สยาม โดยมีการเก็บแบบสอบถามจากพนักงานในแผนกครัว (Kitchen), แผนกอาหารและเครื่องดื่ม (Food and beverage), แผนกล้างจาน (Steward) จำนวน 30 ชุด โดยสามารถสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้ดังนี้

ตารางที่ 4.2 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

| เพศ | จำนวน | ร้อยละ |
|------------|-----------|------------|
| ชาย | 20 | 67 |
| หญิง | 10 | 33 |
| รวม | 30 | 100 |

จากตารางที่ 4.2 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 67 และเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 33 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 30 คน

| อายุ | จำนวน | ร้อยละ |
|---------------|-----------|------------|
| 20-25 | 3 | 10 |
| 26-30 | 8 | 27 |
| 31-35 | 15 | 50 |
| 36-40 | 3 | 10 |
| มากกว่า 40 ปี | 1 | 3 |
| รวม | 30 | 100 |

ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

จากตารางที่ 4.3 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 31-35 ปี คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมา ได้แก่ อายุระหว่าง 26-30 ปี คิดเป็นร้อยละ 27 และอายุระหว่าง 20-25 และ 36-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 20 และอายุ 40 ปี ขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 03 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแผนก

| แผนก | จำนวน | ร้อยละ |
|--|-----------|------------|
| แผนกครัว (Kitchen) | 15 | 50 |
| แผนกอาหารและเครื่องดื่ม (Food and beverage) | 10 | 33 |
| แผนกล้างจาน (Steward) | 5 | 17 |
| รวม | 30 | 100 |

จากตารางที่ 4.4 ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นแผนกครัว (Kitchen) คิดเป็นร้อยละ 50 แผนกอาหารและเครื่องดื่ม (Food and beverage) คิดเป็นร้อยละ 33 และแผนกล้างจาน (Steward) คิดเป็นร้อยละ 17 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 30 คน

4.7 ความพึงพอใจของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับโครงการ “น้ำสลัดเสาวรส”

ก. การประมวลผลด้วยค่าร้อยละ โดยใช้สูตรค่าร้อยละดังนี้

$$P = \frac{F \times 100}{n}$$

เมื่อ P แทน ร้อยละ

F แทน ความถี่ที่ต้องการแปลค่าให้เป็นร้อยละ

N แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

ตารางที่ 4.5 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจในวัตถุประสงค์ที่สดและสะอาด

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|--------------------------------|-----------|-----|---------|------|---------|
| วัตถุดิบที่ใช้มีความสดและสะอาด | 83% | 10% | 7% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการน้ำสลัดเสาวรสนั้น มีการใช้วัตถุดิบที่มีความสดและสะอาด ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 10 มีความพึงพอใจในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 07 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.6 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจในวัตถุดิบที่ใช้มีคุณค่าทางอาหาร

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|--------------------------------|-----------|-----|---------|------|---------|
| วัตถุดิบที่ใช้มีคุณค่าทางอาหาร | 83% | 17% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการน้ำสลัดเสาวรสนั้น มีการใช้วัตถุดิบที่มีคุณค่าทางอาหาร ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 17 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.7 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจในรสชาติของเสาวรสที่มีความโดดเด่น

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|------------------------------|-----------|-----|---------|------|---------|
| รสชาติของเสาวรสมีความโดดเด่น | 7% | 93% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการน้ำสลัดเสาวรสนั้น มีรสชาติของเสาวรสที่มีความโดดเด่น ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 07 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 93 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.8 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจมีความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรสน้ำสลัด

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|---------------------------------|-----------|-----|---------|------|---------|
| ความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรสน้ำสัด | 17% | 83% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการน้ำสัดเสาวรสนั้น มีความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรสน้ำสัด ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 17 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 83 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.9 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจในสีต้นของน้ำสัด

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|----------------|-----------|-----|---------|------|---------|
| สีต้นของน้ำสัด | 20% | 80% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามน้ำสัดเสาวรสนั้น มีสีต้นของน้ำสัด ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 20 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 80 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.10 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจในการช่วยลดปริมาณวัตถุขี้เหลื่อทิ้งภายในโรงแรม

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|---|-----------|-----|---------|------|---------|
| ช่วยลดปริมาณวัตถุขี้เหลื่อทิ้งภายในโรงแรม | 20% | 80% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามน้ำสัดเสาวรสนั้น สามารถช่วยลดปริมาณวัตถุขี้เหลื่อทิ้งภายในโรงแรม ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 20 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 80 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.11 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจในการสร้างนวัตกรรมน้ำสัดเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการ

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|--|-----------|-----|---------|------|---------|
| เป็นการสร้างนวัตกรรมน้ำส้วมเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการ | 93% | 7% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามน้ำส้วมเสาวรสนั้น เป็นการสร้างนวัตกรรมน้ำส้วมเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการ ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 93 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 07 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.12 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจในความเหมาะสมสำหรับเป็นน้ำส้วมที่นำออกไลน์บุฟเฟต์

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|---|-----------|-----|---------|------|---------|
| เหมาะสมสำหรับเป็นน้ำส้วมที่นำออกไลน์บุฟเฟต์ | 3% | 97% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามน้ำส้วมเสาวรสนั้น เหมาะสมสำหรับเป็นน้ำส้วมที่นำออกไลน์บุฟเฟต์ ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 03 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 97 และค่าเฉลี่ยความพึงพอใจ 4.03ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.13 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจเป็นน้ำส้วมที่มีความแปลกใหม่

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก |
|------------------------------|-----------|-----|---------|------|---------|
| เป็นน้ำส้วมที่มีความแปลกใหม่ | 90% | 10% | 0% | 0% | 0% |

จากผลการตอบแบบสอบถามน้ำส้วมเสาวรสนั้น เป็นน้ำส้วมที่มีความแปลกใหม่ ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 90 มีความพึงพอใจในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 10 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ตารางที่ 4.14 แสดงร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีความพึงพอใจสามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่บริโภคเนื้อสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพ

| รายการประเมิน | มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยมาก | ค่าเฉลี่ย |
|--|-----------|-----|---------|------|---------|-----------|
| สามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่ บริโภคเนื้อสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพ | 100% | 0% | 0% | 0% | 0% | 5.00 |

จากผลการตอบแบบสอบถามน้ำสลัดเสาวรสนั้น เป็นน้ำสลัดที่มีความแปลกใหม่ ซึ่งมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด คิดเป็น 100% ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน

ข. การประมวลผลด้วยค่าเฉลี่ย โดยใช้สูตรค่าเฉลี่ยดังนี้

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

เมื่อ \bar{X} แทน ค่าเฉลี่ย

$\sum x$ แทน ผลรวมทั้งหมดของความถี่ คูณ คะแนน

N แทน ผลรวมทั้งหมดของความถี่ซึ่งมีค่าเท่ากับจำนวนข้อมูลทั้งหมด

ความพึงพอใจของพนักงานโรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม ที่มีต่อน้ำสลัดเสาวรส ใช้เกณฑ์ความพึงพอใจเพื่อจัดระดับคะแนนเฉลี่ยของ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.50 – 5.00 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.50 – 4.49 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 2.50 – 3.49 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.50 – 2.49 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.49 หมายถึง ความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ตารางที่ 4.15 ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจของพนักงานโรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม ที่มีต่อน้ำสลัดเสาวรส

| รายการประเมิน | คะแนนเฉลี่ย | SD | ระดับความพึงพอใจ |
|---------------|-------------|----|------------------|
|---------------|-------------|----|------------------|

| | | | |
|--|------|-------|-----------|
| 1. วัตถุดิบที่ใช้มีความสดและสะอาด | 4.77 | 10.70 | มากที่สุด |
| 2. วัตถุดิบที่ใช้มีคุณค่าทางอาหาร | 4.83 | 10.84 | มากที่สุด |
| 3. รสชาติของเสาวรสมมีความโดดเด่น | 4.07 | 12.33 | มาก |
| 4. ความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรสน้ำสลัด | 4.17 | 10.84 | มาก |
| 5. สีสีนของน้ำสลัด | 4.20 | 10.39 | มาก |
| 6. ช่วยลดปริมาณวัตถุดิบเหลือทิ้งภายใน โรงแรม | 4.20 | 10.39 | มาก |
| 7. เป็นการสร้างนวัตกรรมน้ำสลัดเพื่อสุขภาพ แบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการ | 4.93 | 12.33 | มากที่สุด |
| 8. เหมาะสำหรับเป็นน้ำสลัดที่นำออกไลน์ บุฟเฟต์ | 4.03 | 12.86 | มาก |
| 9. เป็นน้ำสลัดที่มีความแปลกใหม่ | 4.90 | 11.81 | มากที่สุด |
| 10. สามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่บริโภค เนื้อสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพ | 5.00 | 13.42 | มากที่สุด |
| รวม | 4.51 | 1.10 | - |

จากตารางที่ 4.15 ค่าเฉลี่ยของพนักงานโรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม ในห้องอาหาร The Eight Restaurant ที่มีต่อน้ำสลัดเสาวรสม มีความพึงพอใจโดยเรียงลำดับความพึงพอใจต่อโครงการดังนี้

จากการสำรวจความพึงพอใจของพนักงานล้างจาน แพนกครัว แพนกอาหารและเครื่องคัมนจำนวน 30 คน ที่มีต่อน้ำสลัดเสาวรสม พบว่าพนักงานมีความพึงพอใจต่อน้ำสลัดเสาวรสม โดยรวมให้ในระดับมากที่สุดและมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 4.51 ทั้งนี้เมื่อพิจารณาในแต่ละประเด็นพบว่าพนักงานมีความพึงพอใจมากที่สุดคือ สามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่บริโภคเนื้อสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพมีค่าเฉลี่ยที่ 5.00 รองลงมาคือ เป็นการสร้างนวัตกรรมน้ำสลัดเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการมีค่าเฉลี่ยที่ 4.93 เป็นน้ำสลัดที่มีความแปลกใหม่มีค่าเฉลี่ยที่ 4.90 วัตถุดิบที่ใช้มีคุณค่าทางอาหารมีค่าเฉลี่ยที่ 4.83 และวัตถุดิบที่ใช้มีความสดและสะอาดมีค่าเฉลี่ยที่ 4.77 ส่วนที่มี

ความพึงพอใจอยู่ในระดับมากคือ สีสนของน้ำสลัดและช่วยลดปริมาณวัตถุบดเหลือทิ้งภายใน
โรงรมมีค่าเฉลี่ยที่ 4.20 รองลงมาคือ ความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรสีในน้ำสลัดมีค่าเฉลี่ยที่ 4.17
รสชาติของเสาวรสีมีความโดดเด่นมีค่าเฉลี่ยที่ 4.07 และเหมาะสำหรับเป็นน้ำสลัดที่นำออกไลน์
บุฟเฟ่ต์มีค่าเฉลี่ยที่ 4.03



บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลโครงการ ปัญหาที่พบ แนวทางการแก้ไขปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.1.1 สรุปผลโครงการ

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้าปฏิบัติงานที่โรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม เป็นระยะเวลา 4 เดือนในแผนกครัว การฝึกงานในครั้งนี้ได้มีลูกค้าที่ทานมังสวิรัตและคนที่รักสุขภาพถามถึงน้ำสลัดที่เป็นมังสวิรัต แต่ทางโรงแรมไม่มีน้ำสลัดประเภทมังสวิรัตให้กับลูกค้า นักศึกษาจึงจัดทำน้ำสลัดจากผลไม้ที่เหลือในไลน์บุฟเฟต์ขึ้นมา และผลไม้ที่นำมาทำน้ำสลัดนั้นคือ เสาวรส ในการทำโครงการในครั้งนี้ ผู้จัดทำได้ทำการสำรวจโดยใช้วิธีสัมภาษณ์และแบบสอบถามทั้งหมดเป็นจำนวน 30 ชุด จากกลุ่มตัวอย่างคือ พนักงานในแผนก ซึ่งผลที่ได้รับในการสำรวจนั้นอยู่ในเกณฑ์ที่น่าพึงพอใจ โดยการทำน้ำสลัดเสาวรสนี้เป็นการทดลองโครงการที่สำเร็จ แต่ยังไม่สมบูรณ์ เพราะยังไม่มีมีการนำออกไปให้ลูกค้าชิมและประเมินผล แต่อย่างไรก็ตามน้ำสลัดเสาวรสนี้มีประโยชน์ต่อคนที่ทานมังสวิรัต คนรักสุขภาพและคนทั่วไป อีกทั้งสามารถช่วยลดต้นทุนในการผลิตได้ และยังเพิ่มมูลค่าของน้ำสลัดให้กับผู้บริโภคอีกด้วย

จากผลการประเมินโครงการน้ำสลัดเสาวรส สามารถสรุปได้คือ วัตถุดิบที่ใช้มีความสดและสะอาด วัตถุดิบที่ใช้มีคุณค่าทางอาหารมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด รสชาติของเสาวรสมีความโดดเด่น ความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรสน้ำสลัด สีสีนของน้ำสลัด ช่วยลดปริมาณวัตถุดิบเหลือทิ้งภายในโรงแรมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก เป็นการสร้างนวัตกรรมน้ำสลัดเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด เหมาะสำหรับเป็นน้ำสลัดที่นำออกไลน์บุฟเฟต์มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก เป็นน้ำสลัดที่มีความแปลกใหม่ และสามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่บริโภคเนื้อสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

5.1.2 ปัญหาที่พบ

5.1.2.1 การทำน้ำสลัดเสาวรสนั้นต้องทำหลายๆครั้งกว่าจะได้รสชาติที่ต้องการ เพราะต้องใช้เวลาในการผสมสมุนไพรโดยใช้ไฟอ่อน เพื่อไม่ให้สมุนไพรไหม้หรือมีรสชาติที่ขม และส่วนผสมของวัตถุดิบควรใส่ตามมาตรฐานที่ตั้งไว้

5.1.2.2 การจะนำน้ำสลัดไปออกไลน์บุฟเฟ่ต์จะต้องทำเรื่องขออนุมัติจากผู้จัดการห้องอาหารและความเห็นจากหลายฝ่ายจึงส่งผลให้โครงการเกิดความล่าช้า

5.1.3 ข้อเสนอแนะของการทำโครงการ

ควรจะมีการนัดเวลา และสถานที่ให้แน่นอนสำหรับการจัดทำน้ำสลัดเสาวรส และทำการขออนุญาตล่วงหน้ากับหัวหน้า บอกกล่าวกับบุคลากรภายในครัวว่าจะมีการจัดทำน้ำสลัดเสาวรสเกิดขึ้น เพื่อที่บุคลากรจะได้ให้ความช่วยเหลือ และช่วยอำนวยความสะดวกต่างๆ เพื่อให้งานออกมาเสร็จสมบูรณ์

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

จากการที่ได้ไปปฏิบัติสหกิจศึกษาที่ โรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม ในแผนกครัว สามารถสรุปผลการปฏิบัติงานได้ดังนี้

5.2.1 ข้อดีของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

1. ได้เรียนรู้การทำงานในสถานที่จริง
2. เรียนรู้และฝึกทักษะการแก้ไขสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริง
3. ฝึกการใช้ชีวิตในสังคมการทำงาน

5.2.2 ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

1. มีการสื่อสารที่ไม่ชัดเจนทำให้งานเกิดความล่าช้า
2. การเปลี่ยนแปลงตารางเวลาในการเข้างานกระทันหัน
3. อุปกรณ์ภายในครัวไม่เพียงพอต่อการทำอาหาร

5.2.3 ข้อเสนอแนะ

ควรจัดตารางในการทำงานที่เหมาะสมกับการทำงานในตอนเช้าและตอนเย็น มีการจัดซื้ออุปกรณ์เพิ่มเพื่อให้เพียงพอต่อการใช้งาน และมีการสื่อสารให้ชัดเจน เพื่อป้องกันการผิดพลาด

บรรณานุกรม

ทองแถม นาถจำนง. (2560). *ศีกฎที่การกินเจ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.

ฟ้าอินงเตอ. (2560). *หนังสือคู่มือการกินเจและมังสวิรัตให้ถูกวิธี* (พิมพ์ครั้งที่2). นครปฐม: โรงพิมพ์
มูลนิธิปฐมธรรม.

หวง ซื่อ ไฉ่. (2560). *ประโยชน์ของการถือศีลกินเจ* (พิมพ์ครั้งที่3). เชียงใหม่: มูลนิธิธรรมิแห่งธรรม.

Healthcarethai. (ม.ป.ป.). *ความหมายของมังสวิรัต*. เข้าถึงได้จาก <http://www.healthcarethai.com/>
ประเภทของมังสวิรัต/

Medthai. (ม.ป.ป.). *สรรพคุณของวัตถุดิบ*. เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/สมุนไพร/>

The Erawan Group. (ม.ป.ป.). *ลักษณะการประกอบกร*. เข้าถึงได้จาก [http://www.theerawan.com/](http://www.theerawan.com/th/our_business/hotels_resorts/mercure)
th/our_business/hotels_resorts/mercure



ภาคผนวก ก

ภาพการปฏิบัติงาน





เติมอาหารที่ใกล้หมดในซุ้มอาหารบุฟเฟต์



เก็บอาหารในบุฟเฟต์



จัดผลไม้สวยงามเพื่อเป็นอเมนิตี้ให้กับแขกที่กำลังเข้าพัก



ทำแซนวิชเพื่อเป็นอาหารว่าง สำหรับแขก VIP



จัดสต็อกเพื่อเช็คของเข้าและเบิกในสต็อกให้ตรงตามจำนวนที่เช็คไว้



อาจารย์ที่ปรึกษามาปฐมนิเทศ



ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม

แบบสอบถาม

ความพึงพอใจที่มีต่อโครงการ เรื่อง น้ำสลัดเสาวร (Passion Fruit Dressing)

คำชี้แจง แบบสอบถามเรื่องน้ำสลัดเสาวร

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ชื่อ-นามสกุล.....

1. เพศ ชาย หญิง

2. อายุ 20-25 26-30 31-35 36-40 มากกว่า 40 ปี

3. แผนก Kitchen Food and beverage Steward

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจของพนักงานโรงแรมเมอร์เกียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม ที่มีต่อน้ำสลัดเสาวร โดยมีเกณฑ์ความพึงพอใจเพื่อจัดระดับคะแนนเฉลี่ย ดังนี้

ระดับ 5 = มากที่สุด 4 = มาก 3 = ปานกลาง 2 = น้อย 1 = น้อยที่สุด

| หัวข้อที่ใช้วัดความพึงพอใจ | ระดับความพึงพอใจ | | | | |
|--|------------------|---|---|---|---|
| | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. วัตถุดิบที่ใช้มีความสดและสะอาด | | | | | |
| 2. วัตถุดิบที่ใช้มีคุณค่าทางอาหาร | | | | | |
| 3. รสชาติของเสาวรมีความโดดเด่น | | | | | |
| 4. ความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรในน้ำสลัด | | | | | |
| 5. สีสีนของน้ำสลัด | | | | | |
| 6. ช่วยลดปริมาณวัตถุดิบเหลือทิ้งภายในโรงแรม | | | | | |
| 7. เป็นการ สร้างนวัตกรรมน้ำสลัดเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการ | | | | | |
| 8. เหมาะสำหรับเป็นน้ำสลัดที่นำออกไลน์บุฟเฟต์ | | | | | |
| 9. เป็นน้ำสลัดที่มีความแปลกใหม่ | | | | | |
| 10. สามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่บริโภคเนื้อสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพ | | | | | |

ข้อเสนอแนะ

.....



ภาคผนวก ค
บทความวิชาการ

โครงการ น้ำสลัดเสาวรส

(Passion Fruit Dressing)

นางสาวจุฑามาศ คณิงครวน 5802000009

ภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

E-mail: Cherry_rach@hotmail.com

บทคัดย่อ

ในยุคปัจจุบันวัฒนธรรมการกินมีความหลากหลายมากขึ้น ทั้งที่มีมาตั้งแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบันซึ่งวัฒนธรรมเหล่านี้เกิดมาจากหลายปัจจัยไม่ว่าจะเป็นในด้านของ ศาสนา วิถีชีวิต ความเชื่อ ซึ่งถูกหล่อหลอมจนกลายมาเป็นอาหาร ที่มีเอกลักษณ์ในตัวเอง และในปัจจุบันอาหารก็ถือได้ว่ามีบทบาทความสำคัญเป็นอย่างมาก ทั้งเรื่องรสชาติ วัตถุดิบ และคุณค่าของอาหาร หรือแม้แต่ตัวศาสนาก็เข้ามาเกี่ยวข้อง จากการที่ผู้จัดทำมีโอกาสเข้าร่วมโครงการสหกิจศึกษาโดยปฏิบัติงาน ณ โรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม แพนครีว และได้ทราบถึงความต้องการของลูกค้าที่อยากทานมังสวิรัต ทางด้านโรงแรมนั้นมีอาหารประเภทมังสวิรัตไว้บริการบางส่วน แต่ไม่มีในรูปแบบของน้ำสลัด

ดังนั้นจึงได้คิดค้นสูตรน้ำสลัดเสาวรสขึ้น โดยการนำเอาเสาวรสที่เหลือจากไลน์บุฟเฟต์มาทำเป็นน้ำสลัด เพื่อเป็นอีกหนึ่งทางเลือกให้กับลูกค้า และเป็นการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาสร้างประโยชน์ให้กับโรงแรม เมื่อได้น้ำสลัดเสาวรสแล้ว ได้นำไปให้พนักงานในแผนกครัว แผนกอาหารและเครื่องดื่ม แผนกล้างจาน จำนวน 30 คน ได้ทดลองชิมและแสดงความคิดเห็น

สรุปผลความพึงพอใจที่ได้รับอยู่ในระดับมากที่สุดและมาก จากการสัมภาษณ์ความคิดเห็นของที่ปรึกษาให้ความเห็นว่าน้ำสลัดเสาวรสเป็นน้ำสลัดที่มีความคิดสร้างสรรค์ที่นำมาจากของที่เหลือจากไลน์บุฟเฟต์ และช่วยลดต้นทุนได้เป็นอย่างดี แต่อย่างไรก็ตามโครงการน้ำสลัดก็ยังเป็นโครงการที่ไม่สมบูรณ์ เนื่องจากยังไม่มีการนำออกไปให้ลูกค้าชิมเพราะต้องได้รับความเห็นจากหลายฝ่าย อยากให้มีการต่อยอดได้จริง/ขายได้จริง

Abstract

The culture of consumption has further in various choices both products in the past and nowadays. Its culture has been originated from many factors such as religious, life style and belief which is adapted to own identity. At present, food has been the important role not only the taste, raw material and value but also religious concerned. According to the participation in the project of multilateral study at the kitchen section of Mercure Ibis Bangkok Hotel, I have realized to the demand of customers in vegetarian style which the hotel has its own service but not in form of Salad Juice.

Therefore the section has formulated Salad passion fruit juice for those. Its raw material is Passion fruit which is the remaining of line buffet using to product Salad Juice. It can be alternative of customers. Moreover, Remaining of material can be used for hotel. After produce of

Salad passion fruit juice, it must be tasted by staffs of kitchen, food and soft drink, and cleansing section of 30 people having tasted and recommend of it.

After testing, the appreciation is in level of the best and good. According to interview of advisor, it can be assured that Salad passion fruit juice which is produced from remaining of material and reduce the cost. However, the project of Salad juice has been not completed according to the product has not provided to customers for test it. This because it must be recommended to diversify or sales of product.

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเพิ่มตัวเลือกใหม่ให้แก่ลูกค้าที่ทานมังสวิรัตและใส่ใจต่อสุขภาพ
2. เป็นการใช้ประโยชน์จากของเหลือใช้ในไลน์บุฟเฟต์
3. เพื่อลดต้นทุนให้กับโรงแรม

ขอบเขตของโครงการ

1. ศึกษาข้อมูลจากสื่อออนไลน์ และหนังสือที่เกี่ยวข้องกับน้ำสลัด
2. สอบถามและศึกษาผู้เชี่ยวชาญ
3. ปรึกษาพนักงานที่ปรึกษา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ลูกค้ามีตัวเลือกใหม่ที่เป็นมังสวิรัต
2. วัตถุดิบที่เหลือทิ้ง สามารถนำมาทำให้เป็นเมนูน้ำสลัดใหม่ที่สร้างสรรค์
3. โรงแรมสามารถลดต้นทุนการผลิตได้

3.7 ขั้นตอนและวิธีในการดำเนินงาน

1. รวบรวมข้อมูลและกำหนดหัวข้อโครงการ

มีการปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาโครงการในการกำหนดหัวข้อโครงการให้ตรงกับสิ่งที่สนใจเพื่อศึกษาปัญหาภายในโรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม

2. วิเคราะห์การทำโครงการ

มีการสอบถามและรวบรวมข้อมูลในการทำโครงการกับพนักงานที่ปรึกษา

3. ลงมือปฏิบัติ

ทำการทดลองหลายครั้งและดัดแปลงวัตถุดิบจนเกิดเป็นน้ำสลัดเสาวรสดขึ้นมาใหม่

4. จัดทำเอกสาร

รวบรวมข้อมูล จัดพิมพ์แบบสอบถามดำเนินการจัดทำรูปเล่มและสรุปผล

5. ตรวจสอบและแก้ไข

เมื่อทำรูปเล่มเสร็จแล้วนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบและแก้ไขข้อผิดพลาดในการทำโครงการให้สมบูรณ์

รายละเอียดการปฏิบัติงาน

โครงการ “น้ำสลัดเสาวรสด” มีวัตถุประสงค์ในการลดปัญหาผลไม้อันเหลือทิ้งจากไลน์บุฟเฟต์ ดังนั้นทางผู้จัดทำโครงการจึงสังเกตเห็นว่า เพื่อเป็นการไม่ทิ้งให้สูญเปล่า จึงได้นำเสาวรสดมาแปรรูปเป็นน้ำสลัดสูตรใหม่ในไลน์บุฟเฟต์ของโรงแรม ซึ่งเป็นการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้สามารถนำมาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดในโรงแรม

สรุปผลโครงการ

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้ารับการฝึกงานที่โรงแรมเมอร์เคียว โอบิส กรุงเทพฯ สยาม เป็นระยะเวลา 4 เดือนในแผนกครัว การฝึกงานในครั้งนี้ได้มีลูกค้าที่ทานมังสวิรัตและคนที่รักสุขภาพ งามถึงน้ำสลัดที่เป็นมังสวิรัต แต่ทางโรงแรมไม่มีน้ำ

ผลิตภัณฑ์มังสวิรัตินี้ให้กับลูกค้า นักศึกษาจึงจัดทำน้ำสลัดจากผลไม้ที่เหลือนิโบลันบูฟเฟต์ขึ้นมา และผลไม้ที่นำมาทำน้ำสลัดนั้นคือ เสาวรส ในการทำโครงการในครั้งนี้ ผู้จัดทำได้ทำการสำรวจโดยใช้วิธีสัมภาษณ์และแบบสอบถามทั้งหมดเป็นจำนวน 30 ชุด จากกลุ่มตัวอย่างคือ พนักงานในแต่ละแผนกที่นักศึกษาศึกษาปฏิบัติงานอยู่ ซึ่งผลที่ได้รับในการสำรวจนั้นอยู่ในเกณฑ์ที่น่าพึงพอใจ โดยการทำน้ำสลัดเสาวรสนี้ในครั้งนี้ เป็นการทดลองโครงการที่สำเร็จ แต่ยังไม่สมบูรณ์เพราะยังไม่มีกรนำออกไปให้ลูกค้าชิมและประเมินผล แต่อย่างไรก็ตามน้ำสลัดเสาวรสนี้มีประโยชน์ต่อคนที่ทานมังสวิวัติ คนรักสุขภาพและคนทั่วไป อีกทั้งสามารถช่วยลดต้นทุนในการผลิตได้ และยังเพิ่มมูลค่าของน้ำสลัดให้กับผู้บริโภคอีกด้วย

จากผลการประเมินโครงการน้ำสลัดเสาวรสนี้ สามารถสรุปได้คือ วัตถุดิบที่ใช้มีความสดและสะอาด, วัตถุดิบที่ใช้มีคุณค่าทางอาหารมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด, รสชาติของเสาวรสนี้มีความโดดเด่น, ความเหมาะสมของกลิ่นเสาวรสน้ำสลัด, สีสนของน้ำสลัด, ช่วยลดปริมาณวัตถุดิบเหลือทิ้งภายในโรงแรมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก, เป็นการสร้างนวัตกรรมน้ำสลัดเพื่อสุขภาพแบบใหม่ให้แก่สถานประกอบการมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด, เหมาะสำหรับเป็นน้ำสลัดที่นำออกไลน์บูฟเฟต์มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก, เป็นน้ำสลัดที่มีความแปลกใหม่ และสามารถเป็นทางเลือกให้กับผู้ที่ไม่บริโภคเนื้อสัตว์หรือผู้ที่รักสุขภาพมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด

กิตติกรรมประกาศ

(Acknowledgment)

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการในสหกิจศึกษา ณ Mercure ibis Bangkok Siam Hotel ตั้งแต่ 21 สิงหาคม 2560 ถึงวันที่ 8 ธันวาคม 2560 นักศึกษาได้รับประสบการณ์การทำงานจริง ความรู้ที่แปลกใหม่มากมาย การทำรายงานสหกิจศึกษาฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากฝ่ายดังต่อไปนี้

1. นางจันทร์ชยา ยัมรักษา

ตำแหน่ง Commis I

2. อาจารย์นันท์นิตินิ ทองอร

ตำแหน่ง อาจารย์ที่ปรึกษา

และบุคคลท่านอื่นที่มีได้กล่าวนามทุกท่านที่ได้ให้คำปรึกษาและคำแนะนำในการทำรายงานนี้

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณทุกท่านที่ได้ให้ความช่วยเหลือ ข้อเสนอแนะ คำปรึกษาแก่นักศึกษา จนทำให้รายงานเล่มนี้เสร็จสมบูรณ์ และทำให้นักศึกษาได้รับประสบการณ์การทำงานจริง การแก้ไขปัญหาและการปรับตัวกับสังคม ซึ่งผู้จัดทำขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

เอกสารอ้างอิง

ความหมายของมังสวิวัติ. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา. <http://www.healthcarethai.com/ประเภทของมังสวิวัติ/> (สืบค้นเมื่อวันที่ 4 ตุลาคม 2560)

ฟาอ์นงเตอ. (2560). หนังสือคู่มือการกินเจและมังสวิวัติให้ถูกวิธี. พิมพ์ครั้งที่2. นครปฐม: โรงพิมพ์มูลนิธิปฐมธรรม.

ทองแถม นางจางง. (2560). ศีกฤทธิ์การกินเจ. พิมพ์ครั้งที่1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า

หวง ชื่อ ไข่. (2560). **ประโยชน์ของการถือศีลกินเจ.**

พิมพ์ครั้งที่3. เชียงใหม่: มุลินีธรรมิแห่งธรรม

สรรพคุณของวัตถุดิบ. [ระบบออนไลน์].

แหล่งที่มา. <https://medthai.com/สมุนไพร/>

(สืบค้นเมื่อวันที่ 11 ตุลาคม 2560)

โรงแรมเมอร์เคียว ไอบิส กรุงเทพฯ สยาม. (2560).

ประวัติของโรงแรม. กรุงเทพมหานคร

2560 (สืบค้นเมื่อวันที่ 1 พฤศจิกายน 2560)

ลักษณะการประกอบการ. [ระบบออนไลน์].

แหล่งที่มา.

http://www.theerawan.com/th/our_business/hotels

[_resorts/mercure](#) (สืบค้นเมื่อวันที่ 8 พฤศจิกายน

2560)



ภาคผนวก ง

โปสเตอร์



ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5802000009

ชื่อ-นามสกุล : นางสาวจุฑามาศ คณิงครวน

คณะ : ศิลปศาสตร์

สาขาวิชา : การโรงแรม

ที่อยู่ : 85/20 ซอย เทียนทะเล 28 ถนนบางขุนเทียน-ชายทะเล แขวงแสมดำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร 10150

ผลงาน : น้ำสลัดเสาวรส (Passion Fruit Dressing)