



รายงานการปฏิบัติงานโครงการสหกิจศึกษา
น้ำพริกกากหมูสมุนไพร
Thai Herbed Pork Chili Paste

โดย

นายธัช พารอาภากุล	6104420004
นายธีรพล ศุภกิจวณิชกุล	6104420005
นางสาวพรรณิภา ภัทรจิตติมากุล	6104400001

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชา 116-495 สหกิจศึกษา
ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม
ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2564

หัวข้อโครงการ น้ำพริกกากหมูสมุนไพร
Thai Herbed Pork Chili Paste

รายชื่อคณะผู้จัดทำ นายณัช พารอากาศ 6104420004
 นายธีรพล สุกกิจวงษ์กุล 6104420005
 นางสาวพรณีภา ภัทรจิตติมากุล 6104400001


ภาควิชา อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์จันทจุฑา ไชยศรีษะ


อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ภาควิชาอุตสาหกรรม
การท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2564

คณะกรรมการการสอบโครงการ


.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์จันทจุฑา ไชยศรีษะ)


.....พนักงานที่ปรึกษา
(นายกฤษฎา สังข์นัม)


.....กรรมการกลาง
(อาจารย์ปัญจมา เปมะโยธิน)


.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มารุจ ลิมปะวัฒน์)

ชื่อโครงการ	: น้ำพริกกากหมูสมุนไพร
หน่วยกิต	: 5
ชื่อนักศึกษา	: นายธนัช พารอากาศ นายธีรพล ศุภกิจฉนิชกุล นางสาวพรรณนิภา ภัทรจิตติมากุล
อาจารย์ที่ปรึกษา	: อาจารย์จันทจุฑา ไชยศรียะ
ระดับการศึกษา	: ปริญญาตรี
สาขาวิชา	: อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
คณะ	: ศิลปศาสตร์
ภาคการศึกษา / ปีการศึกษา	: 1/2564

บทคัดย่อ

โครงการสหกิจศึกษาเรื่อง น้ำพริกกากหมูสมุนไพร มีวัตถุประสงค์เพื่อนำวัตถุดิบแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และเพื่อสร้างสรรค์เป็นเมนูแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ ร้านเฮียวัตร์ บึงตอทอง สามารถต่อยอดผลิตภัณฑ์นี้ไปสร้างรายได้ในอนาคต

คณะผู้จัดทำได้ประเมินความพึงพอใจใน “น้ำพริกกากหมูสมุนไพร” โดยให้พนักงานในบริษัทตอบแบบสอบถาม จำนวน 30 ชุด พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.42 หากพิจารณาแต่ละประเด็นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในประเด็น “มันหมูแข็งสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี” อยู่ในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 4.63 ส่วนประเด็นอื่นๆผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมาก ดังนี้ ประเด็น “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูกปาก” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน” มีค่าเฉลี่ยเท่ากันคือ 4.50 รองลงมาคือ “เป็นเมนูที่สร้างสรรค์และแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ” มีค่าเฉลี่ย 4.37 ลำดับต่อมาคือ “เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากหลายชนิด” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่อมน้ำมัน” โดยมีค่าเฉลี่ย 4.30 และ 4.23 ตามลำดับ

คำสำคัญ : น้ำพริก กากหมู สมุนไพร


Project Title : Thai Herbed Pork Chili Paste
Credits : 5
By : Mr. Thanat Paraapakul
Mr. Teerapon Supakitvanitchkul
Ms Pannipa Pattarajittimakul
Advisor : Ms Jinjuta Chaisrisa
Degree : Bachelor of Arts
Major : Tourism and Hospitality Industry
Faculty : Liberal Arts
Semester / Academic year : 1/2021

Abstract

The project on Thai Herbed Pork Chili Paste had The objective to procure raw materials to be processed into new products for maximum benefit and to create a new menu item for Hiawat Pangthong to utilize this product to generate income in the future.

The students assessed the overall satisfaction for "Thai Herbed Pork Chili Paste" by requesting employees in the company to answer sets of questionnaires. It was found that the respondents were satisfied with the Thai Herbed Pork Chili Paste. Overall, it was at a high level with an average of 4.42. The respondents were satisfied that the point, "Hard pork fat can be processed into chili paste very well," at the highest level with an average of 4.63. Other point, the respondents were satisfied at a high level as follows: "Thai Herbed Pork Chili Paste has a delicious taste," and "Thai Herbed Pork Chili Paste with an appetizing aroma," had the same average of 4.50, followed by "It is a creative and new menu item" with an average of 4.37. "It is a healthy menu item made from a variety of herbs," and "Thai Herbed Pork Chili Paste without oil," with an average 4.30 and 4.23, respectively.

Keywords: Chili Paste, Pork Chops, Herbs

Approved by
.....


กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจศึกษา ณ ร้านเฮียวัทร ปังตอทอง ตั้งแต่วันที่ 23 สิงหาคม ถึงวันที่ 10 ธันวาคม พ.ศ. 2564 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มีค่ามากมายสำหรับโครงการสหกิจศึกษานี้สำเร็จลงได้ด้วยความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่าย ดังนี้

1. นายกฤษฎา สังข์น้อม ผู้จัดการ
2. อาจารย์จินต์จุฑา ไชยศรีระ อาจารย์ที่ปรึกษาสหกิจศึกษา

และบุคคลท่านอื่นๆที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำและช่วยเหลือในการจัดทำโครงการสหกิจศึกษา ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำโครงการฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตของการทำงานจริง ซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้ด้วย

คณะผู้จัดทำ

นายธนัช พารอากาศ

นาย ชีรพล ศุภกิจฉนิชกุล

นางสาวพรรณิภา ภัทรจิตติมากุล

20 ธันวาคม 2564

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ	1
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ	2
บทที่ 2 รายละเอียดการปฏิบัติงานในสถานประกอบการ	
2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ	3
2.2 แผนที่ของเสียวัดร ปังตอทอง	4
2.3 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑ์การให้บริการหลักขององค์กร	4
2.4 ผลิตภัณฑ์เสียวัดร ปังตอทอง	6
2.5 สาขาต่างๆ ของร้านเสียวัดร ปังตอทอง	10
2.6 รูปแบบการจัดการองค์กรและการบริหารงานองค์กร	11
2.7 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย	12
2.8 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา	15
2.9 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน	15
2.10 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	16
2.11 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	16
2.12 ปัญหาและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการทำงาน	17

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
3.1 น้ำพริก	18
3.2 น้ำพริกกากหมู	20
3.3 ทฤษฎีการทอด	32
3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	34
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติตามโครงการ	
4.1 การเตรียมการและการวางแผน โครงการ	36
4.2 ขั้นตอนการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร	37
4.3 การพัฒนาปรับปรุงผลิตภัณฑ์	43
4.4 การคำนวณต้นทุนการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร	44
4.5 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจของน้ำพริกกากหมูสมุนไพร	45
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการทำโครงการ	48
5.2 ข้อเสนอแนะ	48
บรรณานุกรม	
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก ภาพการปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม	
ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา	
ภาคผนวก ง บทความวิชาการ	
ภาคผนวก จ ไปสเตอร์	
ภาคผนวก ฉ ใบบันทึกการปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก ช ประวัติผู้จัดทำ	

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 ขั้นตอนการดำเนินงาน	16
ตารางที่ 4.1 ส่วนผสมที่ใช้ในการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร	37
ตารางที่ 4.2 แสดงการคำนวณต้นทุนน้ำพริกกากหมูสมุนไพร	44
ตารางที่ 4.3 ราคาต้นทุน น้ำพริกกากหมูสมุนไพร ต่อหนึ่งกระปุก	45
ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกเพศ	46
ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกอายุ	46
ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร	47



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปที่ 2.1 โลโก้ เสียวัตร ปังตอทอง	3
รูปที่ 2.2 แผนที่เสียวัตร ปังตอทอง	4
รูปที่ 2.3 พาราโบลาโดม ระบบอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์	6
รูปที่ 2.4 หมูหวาน	6
รูปที่ 2.5 หมูเค็ม	7
รูปที่ 2.6 หมูฝอย	7
รูปที่ 2.7 เนื้อหวาน	8
รูปที่ 2.8 เนื้อเค็ม	8
รูปที่ 2.9 เนื้อฝอย	9
รูปที่ 2.10 หมูทุบ	9
รูปที่ 2.11 รถเข็นรักษ์โลก	10
รูปที่ 2.12 แผนผังองค์กร	11
รูปที่ 2.13 นักศึกษาสหกิจศึกษา นางสาวพรรณนิภา กัทรจิตติมากุล	12
รูปที่ 2.14 นักศึกษาสหกิจศึกษา นายธน์ช พารอาภากุล	13
รูปที่ 2.15 นักศึกษาสหกิจศึกษา นายธีรพล ศุภกิจฉนิชกุล	14
รูปที่ 2.16 พนักงานที่ปรึกษา คุณ กฤษณา สังข์นั่ม	15
รูปที่ 3.1 กากหมูเจียว	20
รูปที่ 3.2 มันหมูแข็ง	21
รูปที่ 3.3 เกลือป่น	22
รูปที่ 3.4 น้ำส้มสายชู	23
รูปที่ 3.5 ผงปรุงรส	24
รูปที่ 3.6 น้ำตาลทราย	25
รูปที่ 3.7 พริกป่น	26
รูปที่ 3.8 ข่า	27
รูปที่ 3.9 หอมแดง	28
รูปที่ 3.10 กระเทียม	29

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

	หน้า
รูปที่ 3.11 มะกรูด	30
รูปที่ 3.12 พริกจินดา	31
รูปที่ 3.13 การทอดในน้ำมัน	32
รูปที่ 4.1 น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมะ	36
รูปที่ 4.2 การล้างมันหมูแข็ง ใส่เกลือป่นและน้ำส้มสายชู	38
รูปที่ 4.3 เตรียมหอมแดง กระเทียมและข่า	38
รูปที่ 4.4 ตำข่าเตรียมไว้	38
รูปที่ 4.5 ตั้งกระทะ ใส่มันหมูแข็ง ตามด้วยน้ำเปล่า	39
รูปที่ 4.6 เจียวมันหมูแข็ง	39
รูปที่ 4.7 ใช้กระชอนตัก พักให้สะเด็ดน้ำมัน	39
รูปที่ 4.8 เจียวหอมแดง	40
รูปที่ 4.9 เจียวหอมแดงจนเป็นสีเหลืองอ่อน	40
รูปที่ 4.10 เจียวกระเทียม	40
รูปที่ 4.11 ทอดใบมะกรูด	41
รูปที่ 4.12 ทอดพริก	41
รูปที่ 4.13 คั่วข่าจนแห้ง	41
รูปที่ 4.14 ใส่เกลือป่น ผงปรุงรส น้ำตาลและพริกป่น	42
รูปที่ 4.15 ใส่กระเทียมเจียว หอมเจียวและมันหมูแข็ง	42
รูปที่ 4.16 ใส่ใบมะกรูดทอดและพริกทอด	42
รูปที่ 4.17 กระทบกน้ำพริกกากหมูสมุนไพรมะ	43

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

น้ำพริก ถือเป็นอาหารคู่ครัวคนไทยมาโดยตลอด ไม่ว่าจะเป็นบ้านไหนๆ เมื่อทานข้าวก็มักจะต้องมีน้ำพริกทานคู่กัน ในสังคมเมืองปัจจุบันมีอาหารสำเร็จรูปขายอยู่หลากหลาย อีกทั้งการใช้ชีวิตที่เร่งรีบทำให้ผู้คนหันมาทำน้ำพริกเพื่อรับประทานในครัวเรือนน้อยลง ในท้องตลาดประเทศไทยมีน้ำพริกอยู่หลายประเภท ซึ่งแต่ละชนิดมีวัตถุดิบและเอกลักษณ์ก็จะแตกต่างกันออกไป อีกทั้งน้ำพริกยังเป็นอาหารประจำท้องถิ่นในแต่ละภาค อาทิเช่น ภาคเหนือมีน้ำพริกหนุ่มและน้ำพริกอ่อน ภาคกลางน้ำพริกกระปิ ภาคอีสาน น้ำพริกแจ่วบอง ภาคใต้ น้ำพริกกุ้งเสียบ (EDTGUIDE,2021)

ร้านเสียวัดร บึงตอทอง จำหน่ายผลิตภัณฑ์หมูหวาน หมูเค็ม หมูฝอย เนื้อหวาน เนื้อเค็มและเนื้อฝอย เป็นผลิตภัณฑ์ที่เน้นขายส่วนเนื้อล้วนเป็นส่วนมาก ทำให้มีส่วนของเศษหมูที่ติดมัน ที่ต้องตัดทิ้งออกเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำได้เล็งเห็นประโยชน์ของมันหมูเหลือใช้ สามารถนำไปต่อยอดทำเป็นเมนูใหม่ เพื่อเพิ่มมูลค่าได้ จึงเป็นที่มาของผลิตภัณฑ์ใหม่คือ น้ำพริกกากหมูสมุนไพร เป็นเมนูที่สามารถทานเล่นได้ ทานคู่กับข้าว หรือทานคู่กับเมนูอื่นๆ ได้อีกด้วย

จากความสำคัญและปัญหาดังกล่าว ทางคณะผู้จัดทำจึง ได้มีแนวคิดที่จะทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร เพื่อเป็นการนำของเหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดให้กับทางร้านเสียวัดร บึงตอทอง และเพื่อลดปัญหาการกำจัดขยะประเภทเนื้อสัตว์

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1.2.1 เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด
- 1.2.2 เพื่อสร้างสรรค์เป็นเมนูแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ
- 1.2.3 เพื่อศึกษาการผลิตน้ำพริกกากหมูสมุนไพรสูตรมาตรฐาน

1.3 ขอบเขตของโครงการ

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในโครงการ ได้แก่ พนักงานของร้านเสียวัดร บึงตอทอง แผนกการตลาด แผนกการผลิต พนักงานฝ่ายขาย พนักงานบัญชี จำนวน 30 คน

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.4.1 ได้นำวัตถุดิบที่เหลือใช้นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด
- 1.4.2 เป็นแนวทางต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้แก่สถานประกอบการ
- 1.4.3 ส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการแปรรูปอาหารจากการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด



บทที่ 2

รายละเอียดการปฏิบัติงานในสถานประกอบการ

2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ



รูปที่ 2.1 โลโก้ เฮียวัตร ปังตอทอง

ที่มา : https://www.facebook.com/pangtorthong/photos/?ref=page_internal

สถานประกอบการ	: เฮียวัตร ปังตอทอง บริษัท เก็ทอัสยูฟูล จำกัด (GETUS U FULL COMPANY LIMITED)
ที่ตั้ง	: เลขที่ 88 หมู่ที่ 8 ตำบลบางเขม อำเภอมืองนครปฐม จังหวัดนครปฐม รหัสไปรษณีย์ 73000
โทรศัพท์	: 034-961935
E-mail	: pangtorthong@gmail.com
Homepage	: https://www.pangtorthong.com
Facebook	: เฮียวัตรปังตอทอง

2.2 แผนที่ของเฮียวัตร์ บึงตอทอง



รูปที่ 2.2 แผนที่เฮียวัตร์ บึงตอทอง

ที่มา : <https://www.google.com/maps/place/>

2.3 ลักษณะการประกอบการ ผลิตภัณฑการให้บริการหลักขององค์กร

เฮียวัตร์ บึงตอทอง ประกอบกิจการจำหน่ายอาหารแปรรูปเนื้อหมู เนื้อวัว เนื้อไก่ จดทะเบียนในนามบริษัท เก็ทอัสยูฟูล จำกัด (GETUS U FULL COMPANY LIMITED) เมื่อวันที่ 21 มิถุนายน พ.ศ. 2559

เฮียวัตร์ บึงตอทอง มีจุดเริ่มต้นมาจาก คุณวิวัฒน์ กุลวิจิตรรัตน์ และคุณกิริติ กุลวิจิตรรัตน์ สองพี่น้องเจ้าของธุรกิจเฮียวัตร์ บึงตอทอง อดีตพนักงานประจำ ทำงานด้านการนำเข้าและส่งออกที่ต้องการมองหาธุรกิจส่วนตัวหลังจากมีครอบครัวเพื่อให้มีเวลาอยู่กับครอบครัวมากขึ้น ตัดสินใจเลือกทำธุรกิจข้าวเหนียวหมู เนื่องจากเป็นคนชอบทานข้าวเหนียวหมูอยู่แล้ว จึงได้ศึกษากรรมวิธีการทำหมูและเนื้อแดดเดียวและการนึ่งข้าวเหนียวให้นุ่ม เริ่มต้นขายครั้งแรกที่นครปฐมเมื่อ 3 ปีที่แล้ว ปีแรกที่เริ่มผลตอบรับดีมาก แต่พอ 6 -7 เดือนหลังเริ่มไม่ดี จนเกือบจะเลิกขาย แต่พอได้มีการพัฒนาปรับปรุงทั้งเรื่องของ Packaging การทำตลาดใหม่ๆ ปรากฏว่ายอดขายค่อยๆเริ่มดีขึ้น จนในที่สุดสามารถขยายสาขาได้สำเร็จ และได้มีโอกาสมาวางขายในห้างสรรพสินค้าเมื่อปีที่แล้ว ทำให้แบรนด์เริ่มได้รับความนิยมมากขึ้น นอกจากนี้ยังมีการทำตลาดผ่าน Facebook ออกงานอีเว้นท์ ซึ่งผลตอบรับในขณะนี้ถือว่าเกินที่คิดไว้จากที่แทบมองไม่เห็นโอกาสเลย ล่าสุดกำลังเซ็ระบบแพรรนไซส์ ภายใน 3 ปี จะเปิดตัวได้อย่างเป็นทางการจุดเด่นของเฮียวัตร์ บึงตอทอง คือคุณภาพของวัตถุดิบที่นำมาใช้ตั้งแต่เนื้อหมู เนื้อวัว นำมาหมักด้วยเครื่องเทศสูตรพิเศษ ที่คัดมาอย่างดี มาผ่านกรรมวิธีการผลิตที่ได้มาตรฐาน ถูกหลักอนามัย โดย

ส่วนผสมทุกอย่างใส่แบบไม่หวง จัดหนักเต็มที่ รสชาติที่ได้คือความเข้มข้น โดยมีให้เลือกหลากหลายเมนู ตั้งแต่หมูหวาน หมูเค็ม หมูฝอย เนื้อเค็ม ทานคู่กับข้าวเหนียวที่นุ่มซึ่งเกิดจากขั้นตอนการนึ่งที่เป็นสูตรเฉพาะ รสชาติที่ได้คือความกลมกล่อมลงตัว หอมเครื่องเทศอย่างชัดเจน นอกจากนี้ยังมาพร้อม Packaging ที่ทันสมัย ทำให้สามารถตีตลาดได้ทุกกลุ่ม

ด้วยความอร่อยที่เกิดจากความพิถีพิถันในการผลิต บวกกับการพัฒนาปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ เฮียวตอร์ บึงตอทอง กลายเป็นธุรกิจที่ประสบความสำเร็จอย่างสูง ปัจจุบันเข้าปีที่ 3 นอกจากจะขยายสาขาของตัวเองได้สำเร็จแล้ว ยังมีผู้สนใจที่ต้องการนำสินค้าไปต่อยอด ทั้งข้าวเหนียวโคตรนุ่ม หมูโบราณได้เปิดโอกาสจำหน่ายผลิตภัณฑ์ในราคาส่ง รับขั้นต่ำ 5 กิโลกรัมขึ้นไป หมูหวาน หมูฝอย 350 - 380 บาทต่อกิโลกรัม หมูเค็ม 400 บาทต่อกิโลกรัม เนื้อเค็ม 550 – 600 บาทต่อกิโลกรัม ส่วนรายได้ที่จะได้รับขึ้นอยู่กับทำเล โดยตัวสินค้ามีราคาที่ไม่แพง สามารถทานได้ทุกเพศทุกวัย ตอบโจทย์ด้านความสะดวกสบาย ทำเลควรเป็นทำเลที่มีผู้คนพลุกพล่าน อย่างตลาดนัด สถานที่ท่องเที่ยว ย่านออฟฟิศ สถาบันศึกษา หรือสถานที่ราชการ ถ้าไรที่จะได้รับอยู่ที่ 30 เปอร์เซ็นต์จากยอดขาย ส่งราคาขายปลีก ขึ้นอยู่กับค่าเช่าที่ และกำลังซื้อของผู้บริโภค

นับเป็นอีกหนึ่งธุรกิจที่มีความน่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากคุณภาพของสินค้า ที่โดดเด่นเรื่องของรสชาติ ซึ่งเกิดจากการพัฒนาเพื่อให้สินค้ามีเอกลักษณ์ไม่เหมือนใคร รวมถึง Packaging ที่ดีไซน์ใหม่มีลักษณะพิเศษของข้าวเหนียวหมู-เนื้อ แบบเดิมๆ ให้มีความน่าสนใจมากขึ้นและยังเป็นการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับสินค้าอีกด้วย ที่สำคัญลงทุนต่ำ แต่สามารถสร้างกำไรได้กว่าเท่าตัว หากผู้ลงทุนมีทำเลที่ดี มีความตั้งใจจริงในการทำธุรกิจ เชื่อว่าประสบความสำเร็จได้ไม่ยาก

ผลิตภัณฑ์หมูหวาน หมูเค็ม หมูฝอย หมูทุบ เนื้อหวาน เนื้อเค็ม และเนื้อฝอย ผลิตด้วยความตั้งใจ มีกระบวนการผลิตที่สะอาด ได้ผ่านมาตรฐาน อ.ย. , GMP , SHA ด้วยระบบอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์แบบเรือนโดยทั่วไปกระจก หรือที่รู้จักกันว่า " พาราโบลาโดม " เป็นระบบที่ใช้พลังงานจากแสงอาทิตย์ในการอบแห้งผลิตภัณฑ์ พลังงานแสงอาทิตย์เป็นพลังสะอาดและไม่เสียค่าใช้จ่ายช่วยลดการปนเปื้อน การรบกวนของแมลงและฝุ่นละออง

เฮียวิตร ปังตอทอง ได้ร่วมลงทุนติดตั้งระบบอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์กับกรมพลังงานทดแทนและอนุรักษ์พลังงาน กระทรวงพลังงาน ในปี 2559 เพื่อใช้ในการลดความชื้นของหมูและเนื้อหลังจากการหมัก ทดแทนการนำผลิตภัณฑ์ไปตากแดด

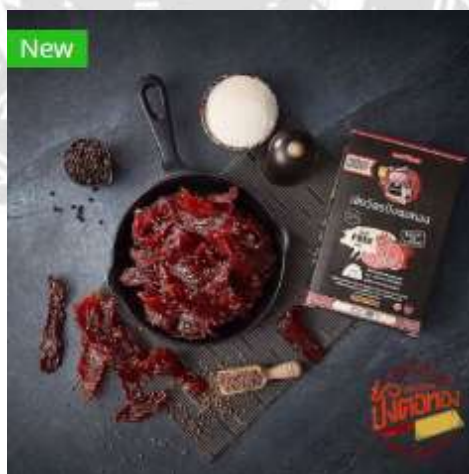


รูปที่ 2.3 พาราโบลาโดม ระบบอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

2.4 ผลิตภัณฑ์เฮียวิตร ปังตอทอง มีดังนี้

- หมูหวาน



รูปที่ 2.4 หมูหวาน

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

- หมูเค็ม



รูปที่ 2.5 หมูเค็ม

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

- หมูฝอย



รูปที่ 2.6 หมูฝอย

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

- เนื้อหวาน



รูปที่ 2.7 เนื้อหวาน

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

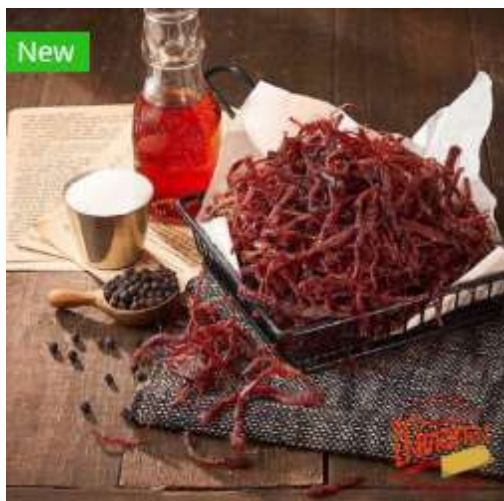
- เนื้อเค็ม



รูปที่ 2.8 เนื้อเค็ม

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

- เนื้อฝอย



รูปที่ 2.9 เนื้อฝอย

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

- หมูทุบ



รูปที่ 2.10 หมูทุบ

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (อว.) สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) โดยศูนย์บริการปรึกษาการออกแบบและวิศวกรรม (DECC) ดำเนินการส่งมอบรถเข็นรักษ์โลกให้ผู้ประกอบการสตรีทฟู้ดร้านเสียวิตร บึงตอทอง ซึ่งนับเป็นรถเข็นคันแรกในโครงการพัฒนา “นวัตกรรมรถเข็นรักษ์โลกเพื่อสตรีทฟู้ด” นับแต่เปิดตัวเมื่อกลางเดือนกุมภาพันธ์ 63 ที่ผ่านมา โดยเป็นรถเข็นโมเดลรูปแบบ 1 ที่เป็นรถเข็นน้ำหนักเบาพร้อมระบบน้ำดี ถังบำบัดและซิงค์น้ำ จำนวน 2 คัน ซึ่ง DECC สวทช. ได้พัฒนาขึ้นให้ใช้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยยกระดับมาตรฐานคุณภาพและความสะอาดปลอดภัยของอาหารสตรีทฟู้ด ตอบโจทย์คำว่า “รักษ์โลก” และ “เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม” เพราะการขายของข้างทางที่ถูกสุขอนามัย จะทำให้ช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นให้กับผู้บริโภคได้เป็นอย่างดี



รูปที่ 2.11 รถเข็นรักษ์โลก

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

2.5 สาขาต่างๆ ของร้านเสียวิตร บึงตอทอง

- ตลาดศาลายา
- สายใต้ใหม่
- ตลาดถนนมิมิตร
- เซ็นทรัลอัสวีล
- ซอยเรวดี
- เดอะมอลล์งามวงศ์วาน
- เซ็นทรัลปิ่นเกล้า
- ตลาด อ.ต.ก.

2.6 รูปแบบการจัดการองค์กรและการบริหารงานองค์กร



รูปที่ 2.12 แผนผังองค์กร

ที่มา : <https://www.pangtorthong.com/about-us>

2.7 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย



รูปที่ 2.13 นักศึกษาศาสตรบัณฑิตศึกษา นางสาวพรณิภา ภัทรจิตติมากุล
ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

ชื่อนักศึกษา : นางสาวพรณิภา ภัทรจิตติมากุล

ตำแหน่ง : Trainee แผนกครัว

เวลาปฏิบัติงาน : 08.00 – 18.00 น.

งานที่ได้รับมอบหมาย

- หั่น ตกแต่งชิ้นเนื้อสัตว์ ให้ได้สัดส่วนตามความต้องการของสถานประกอบการ
- นำเนื้อสัตว์ไปตากแห้ง
- ผสมเครื่องปรุง ปรุงรสเนื้อสัตว์ผลิตภัณฑ์ในร้าน
- ทอดเนื้อสัตว์
- บรรจุภัณฑ์สินค้า แพ็คสินค้าตามปริมาณที่สถานประกอบการกำหนด
- เช็ดทำความสะอาด โต๊ะและอุปกรณ์ภายในครัว บริเวณโดยรอบภายในร้าน
- ตรวจสอบคุณภาพของเนื้อที่นำมาหั่น
- ล้างทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ใช้ภายในครัว
- ดูแลความสะอาด ความเรียบร้อยบริเวณพื้นที่ทำงาน
- ควบคุมอุณหภูมิความร้อนของเตาทอดเนื้อสัตว์



รูปที่ 2.14 นักศึกษาสหกิจศึกษา นายธนัช พารอากาศ
ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

ชื่อนักศึกษา : นายธนัช พารอากาศ

ตำแหน่ง : Trainee แผนกครัว

เวลาปฏิบัติงาน : 08.00 – 18.00 น.

งานที่ได้รับมอบหมาย

- ตกแต่งชั้นเนื้อสัตว์ ให้ได้สัดส่วนตามความต้องการของสถานประกอบการ
- นำเนื้อสัตว์ไปตากแห้ง
- ผสมเครื่องปรุง ปรุงรสเนื้อสัตว์ผลิตภัณฑ์ในร้าน
- ทอดเนื้อสัตว์
- บรรจุภัณฑ์สินค้า แพ็คสินค้าตามปริมาณที่สถานประกอบการกำหนด
- เช็ดทำความสะอาด โต๊ะและอุปกรณ์ภายในครัว บริเวณโดยรอบภายในร้าน
- ตรวจสอบคุณภาพของเนื้อที่นำมาหั่น
- ล้างทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ใช้ภายในครัว
- ดูแลความสะอาด ความเรียบร้อยบริเวณพื้นที่ทำงาน
- ควบคุมอุณหภูมิความร้อนของเตาทอดเนื้อสัตว์



รูปที่ 2.15 นักศึกษาศาสตรบัณฑิตศึกษา นายธีรพล ศุภกิจวณิชกุล
 ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

ชื่อนักศึกษา : นายธีรพล ศุภกิจวณิชกุล

ตำแหน่ง : Trainee แพนกครัว

เวลาปฏิบัติงาน : 08.00 – 18.00 น.

งานที่ได้รับมอบหมาย

- ตกแต่งชั้นเนื้อสัตว์ ให้ได้สัดส่วนตามความต้องการของสถานประกอบการ
- นำเนื้อสัตว์ไปตากแห้ง
- ผสมเครื่องปรุง ปรุงรสเนื้อสัตว์ผลิตภัณฑ์ในร้าน
- ทอดเนื้อสัตว์
- บรรจุภัณฑ์สินค้า เพื่อสินค้าตามปริมาณที่สถานประกอบการกำหนด
- เช็ดทำความสะอาดโต๊ะและอุปกรณ์ภายในครัว บริเวณโดยรอบภายในร้าน
- ตรวจสอบคุณภาพของเนื้อที่นำมาหั่น
- ล้างทำความสะอาดอุปกรณ์ที่ใช้ภายในครัว
- ดูแลความสะอาด ความเรียบร้อยบริเวณพื้นที่ทำงาน
- ควบคุมอุณหภูมิความร้อนของเตาทอดเนื้อสัตว์

2.8 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา



รูปที่ 2.16 พนักงานที่ปรึกษา นายกฤษฎา สังข์นึม
ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

ชื่อพนักงานที่ปรึกษา : นายกฤษฎา สังข์นึม
ตำแหน่ง : ผู้จัดการ

2.9 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน เริ่มตั้งแต่วันที่ 23 สิงหาคม พ.ศ.2564 ถึงวันที่ 10 ธันวาคม 2564

2.10 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

- 2.10.1 ศึกษาข้อมูลปัญหาของสถานประกอบการ
- 2.10.2 กำหนดหัวข้อโครงการ และเขียน โครงร่างโครงการ
- 2.10.3 ศึกษาและเก็บข้อมูล โดยปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษา
- 2.10.4 วิเคราะห์ข้อมูล โดยการนำส่วนผสมที่เหลือใช้มาแปรรูป
- 2.10.5 ทดลองทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร
- 2.10.6 จัดทำแบบสอบถาม
- 2.10.7 นำข้อมูลเรียบเรียงเป็นรูปเล่มโครงการเพื่อให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและแก้ไข
- 2.10.8 ส่งรูปเล่มและนำเสนอโครงการ

ตารางที่ 2.1 ขั้นตอนการดำเนินงาน

ขั้นตอนในการดำเนินงาน	สิงหาคม	กันยายน	ตุลาคม	พฤศจิกายน	ธันวาคม
1. ศึกษาข้อมูลปัญหาของสถานประกอบการ	←→				
2. กำหนดหัวข้อโครงการและเขียนโครงร่างโครงการ		←→			
3. ศึกษาและเก็บข้อมูล โดยปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษา และอาจารย์			←→		
4. วิเคราะห์ข้อมูลโดยการนำส่วนผสมที่เหลือเข้ามาแปรรูป			←→		
5. ทดลองทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร			←→		
6. จัดทำแบบสอบถาม				←→	
7. นำข้อมูลเรียบเรียงเป็นรูปเล่มโครงการเพื่อให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและแก้ไข				←→	
8. ส่งรูปเล่มและนำเสนอโครงการ					←→

2.11 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ในการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาทำให้ได้ความรู้ในการทำงานและมีประสบการณ์การทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้รับความรู้ใหม่จากพนักงานที่คอยสอนงาน แนะนำการใช้อุปกรณ์ ได้เรียนรู้ศักยภาพการทำงานของตัวเอง ทั้งด้านการบริหารเวลา ฝีมือการทำงาน การทำอาหารและได้เห็นผลลัพธ์จากการทำงานของตัวเองในทุกๆวัน เรียนรู้ที่จะปรับตัวและแก้ไขอยู่เสมอ พนักงานในครัวทุกท่านได้สอนและให้ความรู้ได้ดีมาก

(พรรณิภา ภัทรจิตติมากุล)

ในการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาทำให้ผู้จัดทำได้เรียนรู้ประสบการณ์การทำงานในบางสิ่งบางอย่างที่ไม่เคยศึกษามาก่อน ให้ผู้จัดทำมีความรับผิดชอบต่อน้ำที่ของตนเองมีระเบียบวินัยต่อการทำงาน ตรงต่อเวลามากขึ้นมีความอดทนอดกลั้น รู้จักการปรับตัวในการทำงานร่วมกับผู้อื่นและสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆต่องานที่ทำได้เอง จากการที่ได้เคยฝึกฝนมาในระยะเวลา 4 เดือน

(ชนัช พารอากาศกุล)

การที่ได้ออกมาปฏิบัติงานในครั้งนี้ทำให้ผู้จัดทำได้เรียนรู้อะไรหลายๆอย่างที่ได้นำมาปฏิบัติจริงในชีวิต ฝึกความอดทน รู้จักปรับตัวในการทำงานร่วมกับผู้อื่น สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าต่องานที่ปฏิบัติได้ ทำให้ได้พบเจอมิตรภาพที่ดี องค์กรที่ดี ที่สอนให้ได้เรียนรู้การปฏิบัติงานในชีวิตจริง ฝึกฝนในสิ่งที่เราสนใจในสิ่งที่ดีๆ เพื่อที่จะนำมาปรับใช้และนำไปปฏิบัติการมาปฏิบัติงานครั้งนี้สอนให้มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน สร้างลักษณะนิสัยให้เป็นคนตรงต่อเวลา วินัยของตนและเรียนรู้การปฏิบัติงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งคณะผู้จัดทำได้และจะเก็บไว้เป็นประสบการณ์ที่ดีในชีวิต

(ธีรพล ศุกกิจวิชกุล)

2.12 ปัญหาและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการทำงาน

2.12.1 ปัญหาการทำงาน

- ในการเข้าปฏิบัติงานในช่วงแรก นักศึกษายังไม่ค่อยมีประสบการณ์ด้านงานคร่ำมก จึงทำให้การปฏิบัติงานล่าช้า
- ในการเข้าปฏิบัติงานในช่วงแรก นักศึกษามีความเกรงใจต่อพนักงาน จึงยังไม่กล้าที่จะสอบถามถึงรายละเอียดการทำงานมากเกินไป และยังไม่ค่อยรู้หน้าที่งานที่ต้องทำ
- เกิดอุบัติเหตุในการทำงาน เช่น ถูกมีดบาด น้ำมันกระเด็น

2.12.2 ข้อเสนอแนะ

- ควรฝึกฝนด้านการปฏิบัติงานในครัวและเพิ่มเติมความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ในการหั่นเนื้อ ตัดแต่งชิ้นเนื้อให้มากขึ้น
- ควรพัฒนาและฝึกฝนให้ตนเองทำงานให้เสร็จตามที่ได้รับมอบหมายจากพนักงานที่ปรึกษา
- ควรระมัดระวังในการปฏิบัติงาน เพื่อให้เกิดความผิดพลาดน้อยที่สุด
- ควรพัฒนาและฝึกฝนตนเองให้ปฏิบัติงานรวดเร็ว คล่องแคล่วขึ้น

บทที่ 3

การทบทวนเอกสาร / วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการจัดทำโครงการ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพร” ผู้จัดทำเน้นวัตถุดิบที่เป็นสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ ลดปัญหาการกำจัดขยะประเภทเนื้อสัตว์ ผู้จัดทำจึงได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมเกี่ยวกับวัตถุดิบที่ใช้ เพื่อให้ทราบถึงประโยชน์ของวัตถุดิบแต่ละชนิดอย่างแท้จริง โดยมีการศึกษาและทบทวนเอกสารที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้

- 3.1 น้ำพริก
- 3.2 น้ำพริกกากหมู
- 3.3 ทฤษฎีการทอด
- 3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 น้ำพริก

น้ำพริก มีมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา โดยคำว่า "น้ำพริก" มีความหมายมาจากการปรุงด้วยการนำสมุนไพร พริก กระเทียม หัวหอม เครื่องเทศกลิ่นแรง มาโขก บด รวมกัน เพื่อใช้สำหรับจิ้ม โดยมี ดอกแค มะเขือยาว แตงกวา ถั่วฝักยาว มะเขือม่วง ถั่วพู สัตว์น้ำต่างๆ เช่น ปลา กุ้ง เป็นต้น น้ำพริก เป็นวิธีปรุงอาหารหรือเครื่องปรุงอาหาร โดยการนำเครื่องปรุงชนิดต่างๆ ลงโขลกรวมกันในครก โดยมากเป็นวิธีปรุงอาหารประเภทน้ำพริกต่างๆ คำว่า ตำ ยังใช้เรียกนำหน้าอาหารบางชนิด ที่ปรุงคล้ายๆ แต่ทำการคลุกเคล้ากันในครกโดยการตำเช่น ตำเทา (เตา) ตำป่าโอ (ส้มโอ) ตำป่าเขือ ตำป่าม่วง เป็นต้น อย่างไรก็ตาม การตำมักใช้อาหารประเภท น้ำพริก ซึ่งมีอยู่หลายชนิด

การเรียกชื่อน้ำพริกแต่ละชนิด มักจะเรียกตามส่วนประกอบหลักที่นำมาทำ ซึ่งอาจเป็นเนื้อสัตว์ พืชผัก แมลงหรือผลิตผลจากพืชหรือสัตว์ก็ได้ เช่น น้ำพริกขิง น้ำพริกปลา น้ำพริกกุ้ง น้ำพริก-น้ำปู น้ำพริกน้ำผัก เป็นต้น ประเภทของพริก ที่นำมาตำน้ำพริก ก็มีทั้งพริกดิบ หรือ พริกหนุ่ม และพริกแห้ง ส่วนประกอบของน้ำพริก โดยทั่วไปแล้ว การตำน้ำพริกของคนล้านนา มักจะมีส่วนประกอบหลัก ๆ คือ เกลือ กระเทียม หัวหอม พริก(แห้งหรือพริกดิบ) ซึ่งถ้าเป็นน้ำพริกที่ใช้ข้าวเหนียวจิ้มกินแล้ว ก็จะ เผา จี่ หรือหมกก็เข้าร้อนให้สุกก่อน เพื่อให้มีรสดียิ่งขึ้น สำหรับเครื่องปรุงอื่นๆ เช่น กะปิ ปลาร้า มะเขือเทศ ข่า ตะไคร้ อาจจะมีเพิ่มเข้าไปอีกแล้วแต่เฉพาะของน้ำพริกแต่ละชนิดไป ในระยะหลังน้ำพริกทุกชนิดมักโรยด้วยต้นหอมผักชีทุกครั้งเมื่อตำเสร็จแล้ว

คนในสมัยก่อนนิยมรับประทานสัตว์น้ำมากกว่าสัตว์บก จึงอาจคิดค้นน้ำพริกขึ้น เพื่อเพิ่มรสชาติ และดับกลิ่นคาวต่างๆ น้ำพริก ถูกใช้เป็นส่วนประกอบของอาหารต่างๆ หรือใช้ในการรับประทาน เป็นกับข้าว ก็ได้ และยังได้รับความนิยมมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน สำหรับน้ำพริก แบบที่ใช้เป็นเครื่องปรุง ส่วนผสมนั้น เกิดขึ้นเพราะอาหารไทยจำพวกแกง จำเป็นที่จะต้องมีส่วนประกอบ หรือกรรมวิธีการทำที่ค่อนข้างซับซ้อน ผู้ปรุงจึงคิดทำน้ำพริกขึ้น เพื่อรวบรวมส่วนผสมต่างๆ นั้นเข้าด้วยกัน เป็นการลดขั้นตอนการปรุงลง และยังสามารถทำเก็บไว้ได้ในจำนวนมาก

3.1.1 ประโยชน์ของน้ำพริก

คุณสมบัติทางยาของน้ำพริก ได้ถูกประกาศโดยกระทรวงสาธารณสุขและมุ่งส่งเสริมให้แพร่หลายมากขึ้นสำหรับผู้บริโภค

นอกจากจะเป็นอาหารที่มีคุณค่าแล้ว ยังช่วยประหยัดค่ารักษาสุขภาพของคนไทย ปีหนึ่งไม่ต่ำกว่าพันล้านบาท น้ำพริก มีส่วนผสมของสมุนไพรที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ โดยมีส่วนผสมทั่วไป คือ พริก กระเทียม หอมแดง กุ้ง น้ำปลา และปลาร้า น้ำพริก สามารถเพิ่มการสร้างเซลล์กำจัดเชื้อโรคได้อย่างเป็นธรรมชาติ ส่งเสริมระบบการไหลเวียนโลหิต และระบบการหายใจให้ดีขึ้น ซึ่งช่วยลดปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคมะเร็ง โรคหัวใจ และโรคเบาหวาน

น้ำพริก มีส่วนผสมของ Antioxidants และ Anti-Aging ซึ่งสามารถลดการเกิดโรคมะเร็ง โรคหัวใจ ได้ร้อยละ 20 และโรคลม โรคทางสมอง ได้ร้อยละ 26 ถึง 42 นอกจากนี้ น้ำพริกยังสนับสนุนให้คนทั่วไปนิยมนานมากกว่าผัก ด้วยรสชาติที่เผ็ดร้อน เราไม่สามารถที่จะทานน้ำพริกโดยไม่ทานผักและข้าวไปด้วยได้ ทางกรมแพทย์ยืนยันแล้วว่า เส้นใยผักช่วยในระบบการย่อยอาหาร

น้ำพริก มีรสชาติที่อร่อย หากใช้ส่วนผสมที่มีคุณภาพ และผักที่สะอาด น้ำพริกบางประเภทใช้น้ำพริกต่างชนิดกัน เพื่อรสชาติที่ดีสำหรับน้ำพริกประเภทนั้นๆ

ประเทศไทยเคยมีน้ำพริก มากกว่า 500 ประเภท แต่ปัจจุบันเหลืออยู่ 200 ประเภทเท่านั้น ในแต่ละท้องถิ่นจะมีส่วนผสมของน้ำพริก วิธีการทำและวิธีการกินที่แตกต่างกันไป ในภาคเหนือ มักจะใช้ถั่วเน่าเป็นส่วนประกอบในการทำน้ำพริก ที่ถือเป็นหัวใจสำคัญ ในขณะที่ ปลาร้า มักนิยมในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และปลาบูด นิยมใช้กันในภาคใต้ (เนเจอร์ สไปซ์ ,2561)

3.2 น้ำพริกกากหมู

น้ำพริกกากหมู เป็นการนำส่วนมันแข็งของหมู ไปเจียวให้เหลืองหอมเพื่อให้ได้น้ำมันหมูไว้ใช้ประกอบอาหาร ส่วนมันแข็งหมูเจียวนั้น เรานำมาคั่วกับสมุนไพรที่ทอดกรอบและปรุงรสกากหมูไว้รับประทานและเก็บไว้กินได้หลายวัน



รูปที่ 3.1 กากหมูเจียว

ที่มา : <https://cooking.kapook.com/view197198.html>

3.2.1 กากหมู

กากหมู คือ ส่วนมันแข็งของหมู คือ ชิ้นไขมันที่อยู่ใต้ผิวหนังตรงสันหลังติดกับส่วนเนื้อแดงของหมู เป็นชิ้นหนา ที่นำมาเจียวเพื่อทำเป็นน้ำมันหมูแล้วแยกส่วนที่เป็นกากออก ในประเทศไทย กากหมูนิยมนำมาใช้ในอาหารต่างๆ เช่น กว๊ายเตี๋ยเวือ่ หรือรับประทานกับข้าวสวย หรือนำมาประกอบอาหารอื่น ๆ เช่น ผัดพริกแกง ข้าวผัด น้ำพริก เป็นต้น (GRUSNG,2562)

กากหมูเป็นส่วนที่มีไขมันหมูแทรกอยู่เยอะเป็นพิเศษ แม้ว่าจะมีปริมาณไขมันหมูที่เข้มข้นจำนวนมาก แต่ด้วยรสสัมผัสที่นุ่ม หอม มัน ทำเอาหลายคนผลอกัดเคี้ยวเพลิน แต่การบริโภคกากหมูที่มากเกินไปอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพเนื่องจากปริมาณไขมันที่สูงถึงสูงมาก แต่อย่างไรก็ตามจากการศึกษาทำให้เราได้ทราบว่า "กากหมู" ก็มีคุณค่าทางสารอาหารและมีประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้

1) ข้อดีของกากหมู

- ไขมันหมูประกอบด้วยไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยวมากถึง 60 %
- มีกรดโอเลอิกหรือกรดไขมันจำเป็นต่อร่างกาย ซึ่งดีต่อหลอดเลือดหัวใจ
- ช่วยบำรุงผิวพรรณ
- ช่วยปรับสมดุลฮอร์โมนต่าง ๆ ในร่างกาย

2) ข้อเสียของกากหมู

- มีพลังงานสูง มันหมู 100 กรัม ให้พลังงานสูงถึง 900 kcal
- หากบริโภคมากเกินไปทำให้เสี่ยงต่อโรคอ้วน
- หากบริโภคมากเกินไปทำให้เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจ



รูปที่ 3.2 มันหมูแข็ง

ที่มา : <https://www.healthmedelivery.com/product/>

3.2.2 มันหมูแข็ง

มันหมูแข็ง คือ ชั้นไขมันที่อยู่ใต้ผิวหนังตรงสันหลังติดกับส่วนเนื้อแดงของหมู เป็นชั้นหนาหนึ่งในอาหารที่คุณค่าทางสารอาหารสูงและมีประโยชน์ต่อสุขภาพมากกว่าไขมันทั่วไป เนื่องจากไขมันหมูเป็นไขมันชนิดไม่อิ่มตัวและมีความเสถียรมากกว่าไขมันแกะหรือไขมันวัว นอกจากนี้ยังเป็นแหล่งวิตามินบีและแร่ธาตุที่ดีซึ่งมีความสำคัญต่อร่างกายของเรา นิยมนำมาทำเมนูกากหมู กากเจียว น้ำพริก กากหมู เจียวเอาน้ำมันเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในด้านอื่นๆ เป็นต้น (นฤมล ฉัตรสง่า, 2555)



รูปที่ 3.3 เกลือป่น

ที่มา : <https://www.sanook.com/women/53527/>

3.2.3 เกลือป่น

เกลือ เป็นแร่ธาตุส่วนใหญ่ประกอบด้วยโซเดียมคลอไรด์ (NaCl) สารประกอบในระดับสูงกว่าเกลือชนิดต่าง ๆ เกลือในธรรมชาติก่อตัวเป็นแร่ผลึกรู้จักกันว่า เกลือหิน หรือแฮไลต์ เกลือพบได้ในปริมาณมหาศาลในทะเลซึ่งเป็นองค์ประกอบของแร่ที่สำคัญ ในมหาสมุทรมีแร่ธาตุ 35 กรัมต่อลิตร ความเค็ม 3.5% เกลือเป็นสิ่งจำเป็นต่อชีวิตสัตว์ ความเค็มเป็นรสชาติพื้นฐานของมนุษย์ เนื้อเยื่อสัตว์บรรจุเกลือปริมาณมากกว่าเนื้อเยื่อพืช ดังนั้นอาหารของชนเผ่าเร่ร่อนที่ดำรงชีวิตในฝูงต้องการเกลือเพียงเล็กน้อยหรือไม่ต้องการเกลือเลย ขณะอาหารประเภทซีเรียลจำเป็นต้องเพิ่มเกลือ เกลือเป็นหนึ่งในเครื่องปรุงรสที่เก่าแก่ที่สุดและหาได้ง่ายที่สุด และการดองเค็มก็เป็นวิธีการถนอมอาหารที่สำคัญวิธีหนึ่ง (สุจิตต์ สาลีพันธ์ และคณะ,2549)

ประโยชน์ของเกลือในอาหาร

เกลือโซเดียมคลอไรด์ มีบทบาทอย่างมากในอุตสาหกรรมอาหาร เนื่องจากราคาถูกและใช้ได้หลากหลายเพื่อเป็นเครื่องปรุงรส หรือใช้เพื่อการถนอมอาหาร เช่น การหมักเกลือ (Salt Curing) ช่วยลดแอกทิวิตีของน้ำ (Water Activity) ทำให้ยับยั้งการเจริญของจุลินทรีย์ที่ทำให้อาหารเสื่อมเสีย (Microbial Spoilage) และจุลินทรีย์ก่อโรค (Pathogen) อาหารที่มีปริมาณเกลือสูง ได้แก่ กะปิ กุ้งแห้ง น้ำปลา ปลาร้า ปลาจ่อม กุ้งจ่อม ปลาต้ม ไตปลา ปูเค็ม เครื่องพริกแกง ผักดอง ปลาเค็ม ปลาแห้ง ไข่เค็ม เต้าเจี้ยว ซีอิ๊วขาว เป็นต้น (Naturalfoodseries,2562)



รูปที่ 3.4 น้ำส้มสายชู

ที่มา : <https://www.pobpad.com>

3.2.4 น้ำส้มสายชู

น้ำส้มสายชู (Vinegar) คือ สารปรุรงรสซึ่งเกิดจากการหมักผลไม้ น้ำตาล หรือธัญพืชให้กลายเป็นสารแอลกอฮอล์ และหมักเปลี่ยนเป็นกรดน้ำส้ม หรืออีกชื่อคือ "กรดอะซิติก (Acetic Acid)" มักใช้เป็นเครื่องปรุรงรส หรือนำไปหมักกับผลไม้ต่างๆ เพิ่มเติมเพื่อผลิตเป็นเครื่องดื่มสำหรับบริโภค (My home,2018)

ประโยชน์ของน้ำส้มสายชู

- ช่วยปรับความดันโลหิตที่สูงให้กลับมาอยู่ในระดับปกติ
- ช่วยปรับสมดุลระบบย่อยอาหาร เพิ่มปริมาณเชื้อแบคทีเรียดีในทางเดินอาหาร
- ป้องกันการเกิดเซลล์มะเร็งในร่างกาย
- เพิ่มปริมาณเชื้อแบคทีเรียดีในทางเดินอาหาร
- ลดโอกาสทำให้เกิดโรคอาหารเป็นพิษ
- ช่วยเพิ่มปริมาณแคลเซียม และแร่ธาตุแมกนีเซียมในร่างกาย
- บรรเทาอาการแสบร้อนหน้าอกจากโรคกรดไหลย้อน
- ป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุน
- ป้องกันการเกิดโรคเสื่อมของร่างกาย (Degenerative illnesses)
- ช่วยล้างสารพิษในร่างกาย
- ลดการเกิดริ้วรอยก่อนวัย
- บำรุงสุขภาพผมให้แข็งแรง ลดการเกิดรังแคบนหนังศีรษะ
- หม่าเชื้อแบคทีเรียและสามารถใช้ น้ำส้มสายชูสำหรับล้างแผลได้



รูปที่ 3.5 ผงปรุงรส

ที่มา : <https://pantip.com/topic/39785139>

3.2.5 ผงปรุงรส

ผงปรุงรสอาหาร คือ ผลิตภัณฑ์ปรุงแต่งรสอาหารที่ได้จากการนำเนื้อสัตว์ ซึ่งส่วนใหญ่จะนิยมใช้เนื้อหมูมาหมักรวมกับเครื่องปรุงรสและเครื่องเทศต่างๆ เช่น น้ำตาล เกลือ กระเทียม พริกไทย โมโนโซเดียมกลูตาเมต ฯลฯ แล้วให้ความร้อนจนแห้งจึงบดเป็นผง (Halal Thailand,2560)

ประโยชน์ของผงปรุงรส

- ช่วยลดปริมาณโซเดียมในมื้ออาหาร เนื่องจากในผงปรุงรสประกอบด้วยโซเดียม ซึ่งให้รสเค็ม ทำให้เราสามารถลดการใส่เกลือแกงในการปรุงอาหารได้ และเมื่อเทียบผงปรุงรสและเกลือในปริมาณที่เท่ากันผงปรุงรรมีโซเดียมน้อยกว่าเกลือ 2-3 เท่า

- เพิ่มความอยากอาหาร ในกรณีที่ผู้ป่วยมีภาวะกระเพาะอาหารฝ่อ ต่อมน้ำลายทำงานได้ไม่ดี หรือในผู้สูงอายุที่รับรสอาหารได้น้อยลง มีอาการเบื่ออาหาร การใส่ผงปรุงรสจะทำให้กินอาหารได้อร่อยขึ้น อยากอาหารมากขึ้น เนื่องจากผงปรุงรสสามารถช่วยกระตุ้นต่อมรับรส และช่วยให้อาหารรสชาติกลมกล่อม



รูปที่ 3.6 น้ำตาลทราย

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/tags>

3.2.6 น้ำตาลทราย

น้ำตาลทราย หรือที่เรียกว่า “ซูโครส (Sucrose)” เป็นน้ำตาลไดแซคคาไรด์ (Disaccharides) ที่มีรสหวาน ละลายน้ำได้ง่าย ประกอบด้วยโมเลกุลของน้ำตาลกลูโคส และน้ำตาลฟรุกโตส เชื่อมต่อพันธะแบบ Glycosidic Linkage น้ำตาลทรายสามารถผลิตได้จาก อ้อย เมเปิล บีทรูท และปาล์มชนิดต่างๆ แต่ส่วนมากน้ำตาลทรายที่ผลิต และใช้มากในประเทศไทยผลิตมาจากอ้อย ที่เรียกว่า น้ำตาลทราย หรือ น้ำตาลอ้อย นอกจากนี้ ยังมีการใช้น้ำตาลชนิดอื่น เช่น น้ำตาลปี๊บหรือน้ำตาลปึก ที่ผลิตได้จากมะพร้าวหรือจันทาล ซึ่งมีลักษณะสีที่เข้ม และมีกลิ่นหอมกว่าน้ำตาลทราย (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข,2544)

ประโยชน์ของน้ำตาลทราย

- น้ำตาลให้ความหวาน ให้พลังงานแก่ร่างกาย ทำให้ร่างกายสดชื่น มีกำลัง
- การทำงานของอวัยวะต่างๆ ภายในร่างกาย ต้องการพลังงานที่มาจากน้ำตาล กลูโคส คือ แหล่งอาหารที่จำเป็นต่อเนื้อเยื่อและอวัยวะต่างๆ
- น้ำตาลช่วยในการถนอมอาหาร และใช้หมักอาหารได้



รูปที่ 3.7 พริกป่น

ที่มา : <https://www.phuenglung.com/product/crushed-chili/>

3.2.7 พริกป่น

พริกป่น หมายถึง ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการนำผลพริกที่สุกหรือแก่จัด อาจมีก้านผลติดอยู่ นำไปผึ่งแดดหรืออบให้แห้ง อาจนำไปคั่ว แล้วนำไปบด (กมล เลิศรัตน์, 2550)

ประโยชน์ของพริกป่น

- ในพริกป่นมีทั้งรสและกลิ่นเผ็ดร้อนที่ช่วยให้เกิดอาการตื่นตัว ส่วนประกอบในพริกที่ทำให้รู้สึกอย่างนั้นก็คือ capsaicin

- Capsaicin มีความสามารถในการกำจัดเซลล์มะเร็ง โดยไม่ทำลายเซลล์ดีภายในร่างกาย ซึ่งอีกไม่นานจะมีการแนะนำให้ใช้ Capsaicin ในการรักษามะเร็ง นับเป็นการบำบัดแบบใหม่ที่มีทิศทางที่ดีในอนาคต

- พริกป่นช่วยบรรเทาอาการปวดเมื่อยของกล้ามเนื้อหลังได้ดี

- พริกป่นช่วยปรับระดับน้ำตาลในเลือดให้เป็นปกติ

- พริกป่น เปรียบเสมือนดีที่ออกซ์ของร่างกาย เพราะในพริกป่นมีสารที่ช่วยกระตุ้นกระบวนการทำความสะอาดร่างกายด้วยตัวเอง ทั้งยังช่วยยับยั้งเมือกที่จับอยู่ภายในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายอีกด้วย



รูปที่ 3.8 ข่า

ที่มา : <https://www.tops.co.th/th/my-choice-young-galange>

3.2.8 ข่า

ข่า ภาษาอังกฤษ Galanga, Greater galangal, False galangal ชื่อวิทยาศาสตร์ *Alpinia galanga* (L.) Willd. จัดอยู่ในวงศ์ ZINGIBERACEAE เช่นเดียวกับกระชาย กระชายดำ กระชายแดง กระวาน กระวานเทศ ขิง ขมิ้น เร่ว เปราะป่า เปราะหอม ว่านนางคำ และว่านรกราคะ ข่า เป็นพืชที่มีลำต้นอยู่ใต้ดิน (เหง้า) และยังประกอบไปด้วย ใบ ดอก ผล และเมล็ด โดยจัดอยู่ในตระกูลขิง เป็นพืชสมุนไพรชนิดหนึ่งที่บ้านเราและอินโดนีเซียนิยมนำมาใช้ในการประกอบอาหารต่างๆ ใช้เป็นเครื่องเทศเพื่อช่วยแต่งกลิ่นอาหารดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ต่างๆ ใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกงหรือน้ำพริกต่างๆ ใช้ปรุงรสในอาหารต่างๆ อย่างต้มข่า ต้มยำ ผัดเผ็ด เป็นต้น นอกจากนี้ดอกและลำต้นอ่อนยังใช้รับประทานเป็นผักสดได้อีกด้วย (พิสุทธิพร ฉ่ำใจ, 2554)

ประโยชน์ของข่า

- ใช้รับประทานหรือเป็นส่วนประกอบในการทำอาหาร รสชาติที่เผ็ดร้อนของข่า ช่วยชูรสให้กับอาหารได้เป็นอย่างดี ทำให้คนไทยนิยมนำข่า โดยเฉพาะส่วนของเหง้าข่า มาเป็นส่วนประกอบในการทำต้มยำ ต้มข่า แกง ลาบ ผัดเผ็ด พริกแกงต่างๆ เพื่อแต่งกลิ่นและดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ นอกจากนี้ชนพื้นเมืองท้องถิ่น ยังนิยมนำส่วนต่างๆ ของข่า มารับประทานเป็นผักสดอีกด้วย เช่น ชาวไทใหญ่ นิยมนำช่อดอกมาลวกหรือกินคู่กับน้ำพริก ชาวปะหล่อง นำดอกมารับประทานเป็นผักจิ้มน้ำพริก เป็นต้น

- เป็นยารักษาโรค ด้วยคุณสมบัติทางยามากมาย ทำให้มีการนำข่า มาเป็นยารักษาโรค โดยในส่วนของเหง้าข่า นำมารักษาอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ขับลมในลำไส้ แก้ลมพิษ รักษาโรคกลากเกลื้อน อาการแน่นจุกเสียดตามช่องท้องส่วนหน้า ใช้บำรุงธาตุ แก้ลมแน่นหน้าอก ส่วนใบ ใช้แก้กลาก

เกลือ น้ำพวยahi ส่วนผล ก็สามารถนำไปบด แล้วเอามาทาแก้อาการปวดฟันได้ ฯลฯ ด้วยคุณประโยชน์ที่สามารถนำมาใช้รักษาโรคได้ทั้งต้น คนโบราณจึงนิยมนำ ข่า มาทำเป็นยาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

- ใช้กำจัดแมลงและเชื้อราบางชนิดได้ เมื่อสกัดน้ำมันหอมระเหย ออกมาจากข่า จะสามารถใช้กำจัดแมลงได้ โดยมีฤทธิ์ทำให้ไข่แมลงฝ่อ หากใช้ผสมกับสะเดา ก็จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการกำจัดแมลงได้มากขึ้น นอกจากนี้ น้ำมันหอมระเหยจากข่า ยังมีฤทธิ์ช่วยกำจัดเชื้อราบางชนิดได้อีกด้วย

- แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ได้หลากหลาย ด้วยคุณประโยชน์ที่หลากหลาย ทั้งสามารถกินเพื่อสุขภาพ ใช้ในการรักษาโรค และใช้เป็นยากำจัดและไล่แมลง จึงมีกรนำข่าไปแปรรูป เป็นผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็น เครื่องดื่มหรือชา ลูกประคบ สเปรย์ดับกลิ่น ฯลฯ



รูปที่ 3.9 หอมแดง

ที่มา : <https://rositacorrer.com/>

3.2.9 หอมแดง

หอมแดง ชื่อสามัญ Shallot ชื่อวิทยาศาสตร์ *Allium ascalonicum* L. จัดอยู่ในวงศ์พลับพลึง (AMARYLLIDACEAE) และอยู่ในวงศ์ย่อย ALLIOIDEAE (ALLIACEAE) หอมแดง เป็นพืชขนาดเล็กที่ปลูกไว้เพื่อบริโภคส่วนของหัวหรือบัลบ์นิยมใช้ในการประกอบอาหารและเป็นสมุนไพร ทั้งนี้หอมแดงมีถิ่นกำเนิดดั้งเดิมในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ สันนิษฐานว่าอยู่ในแถบประเทศทาจิกิสถานอัฟกานิสถานและอิหร่าน โดยเชื่อกันว่าหอมแดงกลายพันธุ์ตามธรรมชาติมาจากหอมหัวใหญ่และมีการคัดเลือกพันธุ์เพื่อนำมาปลูกเป็นพืชอาหารในจีนและอินเดียและมีการกระจายพันธุ์ไปทั่วโลก ซึ่งได้มีการจดบันทึกไว้ในช่วงคริสตวรรษที่ 12 ปัจจุบันการปลูกหอมแดงได้แพร่หลายไปทั่วโลก แต่ก็ยังมีการบริโภคน้อยกว่าหอมหัวใหญ่อยู่หอมแดงจัดเป็นพืชเศรษฐกิจที่สำคัญของประเทศในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยในประเทศไทยพบว่าการปลูกมากทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือและทางภาคเหนือ แต่หอมแดงที่ขึ้นชื่อว่าเป็นหอมแดงคุณภาพดีก็ได้แก่ หอมแดงจากจังหวัดศรีสะเกษ (พิสุทธิพร จำใจ, 2554)

ประโยชน์ของหอมแดง

- หอมแดงช่วยทำให้เจริญอาหาร การกินหอมแดงเป็นประจำจะทำให้รู้สึกเจริญอาหาร และยังช่วยในการย่อยอาหาร
- หอมแดงช่วยเสริมสร้างความจำ เพราะฟอสฟอรัสในหอมแดงที่มีปริมาณสูงจะทำให้ความจำดีขึ้น ไม่เสื่อมไปตามวัยช่วยบำรุงโลหิต
- สรรพคุณหอมแดงป้องกันมะเร็งได้ มีการวิจัยพบว่า สารเคอร์ซีตินและสารฟลาโวนอยด์ ในหอมแดงมีส่วนช่วยป้องกันโรคมะเร็งได้ช่วยเจริญธาตุไฟ
- หอมแดงช่วยแก้ท้องอืด หากนำหอมแดง 5-10 หัว มาต้มกับน้ำดื่มจะช่วยบรรเทาอาการท้องเดิน ท้องอืด แน่น จุกเสียด ช่วยขับลม และช่วยให้ร่างกายที่ซูบผอมกลับมามีเนื้อหนังมากขึ้น ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของโลหิตให้ดีขึ้น



รูปที่ 3.10 กระเทียม

ที่มา : <https://ardenthai.com/>

3.2.10 กระเทียม

กระเทียม ชื่อสามัญ Garlic ชื่อวิทยาศาสตร์ คือคำว่า *Allium sativum* L. กระเทียม เป็นพืชล้มลุกที่มีหัวลักษณะเป็นทรงกระเปาะอยู่ใต้ดินเช่นเดียวกับหัวหอม ซึ่งแต่ละหัวจะประกอบด้วย 6-10 กลีบ นิยมนำมาใช้เป็นเครื่องปรุงประกอบอาหาร กระเทียมเป็นพืชที่ค่อนข้างแตกต่างจากพืชทั่วไป เพราะอุดมไปด้วยกำมะถันหรือซัลเฟอร์ในปริมาณมาก นอกจากนี้กระเทียมประกอบไปด้วยสารอาหารอื่น ๆ อีกมากมาย เช่น อาร์จินิน (Arginine) โอลิโกแซ็กคาไรด์ (Oligosaccharides) ฟลาโวนอยด์ (Flavonoids) และซีลีเนียม (Selenium) ซึ่งล้วนเป็นสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย (พิสุทธิพร น้าใจ, 2554)

ประโยชน์ของกระเทียม

- ปรับความดันโลหิตให้อยู่ในระดับปกติ
- ลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด

- ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด จึงเหมาะกับผู้ป่วยเบาหวาน
- บำรุงเลือด ป้องกันอาการโลหิตจาง
- เพิ่มภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย
- ป้องกันโรคหัวใจ
- ลดอาการท้องผูก ทำให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดีขึ้น
- ช่วยขับลม แก้อาการจุกเสียดแน่นท้อง
- ป้องกันไข้หวัด ชะลอการเจริญเติบโตของไวรัส แบคทีเรีย เชื้อรา



รูปที่ 3.11 มะกรูด

ที่มา : <https://www.chiangmainews.co.th/page/archives/946266/>

3.2.11 มะกรูด

มะกรูด ชื่อสามัญ Kaffir lime, Leech lime, Mauritius papeda ชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Citrus hystrix* DC. จัดอยู่ในวงศ์ส้ม (RUTACEAE) มะกรูด เป็นพืชตระกูลส้มและมะนาว เป็นพืชพื้นเมืองในเขตร้อนชื้นแถบประเทศเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น ไทย พม่า ลาว กัมพูชา ฯลฯ ซึ่งถูกจัดเป็นไม้ผล สำหรับมะกรูดในประเทศไทยนั้น ชาวไทยคงคุ้นเคยกันเป็นอย่างดีเพราะเป็นสมุนไพรคู่ครัวไทยมาอย่างยาวนาน เพราะนิยมใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกงที่จำเป็นอย่างขาดไม่ได้ นอกจากนี้มะกรูดก็ยังมีประโยชน์ในด้านอื่น ๆ อีกมากมายไม่ว่าจะเป็นในด้านของความงามและในด้านของยาสมุนไพร อีกทั้ง ยังถือว่าเป็นไม้มงคลที่นิยมปลูกไว้บริเวณบ้านอีกด้วยเพราะเชื่อว่าจะทำให้ผู้อยู่อาศัยมีความสุขโดยมักจะปลูกไว้ทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือของตัวบ้าน (พิสุทธิพร หน้าใจ, 2554)



รูปที่ 3.12 พริกจินดา

ที่มา : <https://talaadthai.com/product/>

3.2.12 พริกจินดา

พริกจินดา จัดอยู่ในกลุ่มพริกขี้หนูผลใหญ่ที่มีความสำคัญในฐานะพืชเศรษฐกิจของไทย เช่นกัน ใช้ทั้งในรูปพริกแห้ง พริกสด และซอสพริก มีแหล่งผลิตที่สำคัญอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ รองลงมาคือภาคเหนือ ภาคตะวันออก และภาคกลาง เป็นต้น พริกจินดา ผลมีขนาดเล็กเรียวยาว ผลชี้ขึ้น เป็นส่วนมาก ผลดิบมีสีเขียว แก่ ผลสุกสีแดงเข้ม ใช้ได้ทั้งผลผลิตสดและแห้ง ผลที่ตากแห้งแล้วจะมีสีสวย กรอบ ทำให้แห้งง่าย มีจำนวนเมล็ดมาก น้ำหนักมาก ทนทานต่อโรค เจริญเติบโตดี และสามารถปลูกได้ตลอดทั้งปี ทรงพุ่มกว้างประมาณ 50-60 เซนติเมตร ต้นสูง ประมาณ 45-60 เซนติเมตร อายุเก็บเกี่ยวหลังการย้ายกล้าประมาณ 90 วัน และสามารถเก็บเกี่ยวผลผลิตได้ประมาณ 60-90 วัน พันธุ์ที่ปลูกมีทั้งพันธุ์พื้นเมืองและพันธุ์ลูกผสมที่พัฒนาวิจัยโดยหน่วยงานราชการและเอกชน (พิสุทธิพร ฉ่ำใจ, 2554)

ประโยชน์ของพริก

- พริกมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระจึงช่วยชะลอริ้วรอยก่อนวัย
- กระตุ้นให้สมองหลั่งสารเอ็นดอร์ฟินออกมาด้วยสารแคปไซซินในพริก สามารถช่วยให้อารมณ์ดี รู้สึกสดชื่น ผ่อนคลาย และมีความสุขขึ้น
- วิตามินซีในพริกช่วยเสริมสร้างคอลลาเจนในร่างกายได้
- ในพริกอุดมไปด้วย วิตามินเอ วิตามินซี รวมถึงเบต้าแคโรทีนซึ่งเป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ที่มีสรรพคุณในการบำรุงและป้องกันความเสื่อมของจอประสาทตา
- ช่วยลดสารที่มากัดขวางระบบทางเดินหายใจอันเนื่องมาจากการเป็นไข้หวัด ไซนัส หรือโรคภูมิแพ้ต่าง ๆ
- ช่วยรักษาโรคตับปิดลักเปิดหรือโรคเลือดออกตามไรฟัน
- ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้แข็งแรงยิ่งขึ้น

- ช่วยให้หายใจสะดวกขึ้นเมื่อเรากินพริก จะมีน้ำมันน้ำตาลไหลออกมา นั่นเป็นเพราะรสเผ็ดและสารก่อความร้อนในพริก จะช่วยลดปริมาณน้ำตาล และสิ่งกีดขวางในทางเดินระบบหายใจ ทำให้จมูกโล่ง ลดอาการคัดจมูก ทำให้หายใจสะดวกขึ้น

- บรรเทาอาการไอ ละลายเสมหะ และช่วยขับเสมหะ

- ควบคุมคอเลสเตอรอลชนิดไม่ดี (LDL) ให้คงที่และเพิ่มคอเลสเตอรอลชนิดดี (HDL) ทำให้ปริมาณของไตรกลีเซอไรด์ในกระแสเลือดลดลง

- ลดน้ำตาลในเลือดพริกสามารถช่วยยับยั้งการดูดซึมน้ำตาลกลูโคสได้ ทำให้ปริมาณน้ำตาลในเลือดลดลง

- ลดความเสี่ยงโรคหัวใจพริกจะช่วยลดการจับกลุ่มของเกล็ดเลือด ช่วยละลายลิ่มเลือด ทำให้เลือดไม่จับตัวเป็นก้อนจนอุดตันหลอดเลือด ซึ่งเป็นสาเหตุหลักของโรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดและหัวใจ

- ช่วยป้องกันการเกิดโรคหัวใจล้มเหลว

- ช่วยให้เจริญอาหารพริกจะกระตุ้นการทำงานของต่อมน้ำลาย และกระตุ้นปลายประสาทให้สมองส่วนกลางรับรู้ความอยากอาหาร

- ช่วยลดน้ำหนักสาร thermogenic ซึ่งเป็นสารก่อความร้อนในร่างกายที่อยู่ในพริก ช่วยกระตุ้นการเผาผลาญได้ดี นอกจากนี้ กรดแอสคอร์บิก ยังช่วยเร่งให้ร่างกายเปลี่ยนไขมันเป็นพลังงานได้ จึงทำให้เราลดน้ำหนักได้เร็วขึ้น



รูปที่ 3.13 การทอดในน้ำมัน

ที่มา : http://chompooop63.blogspot.com/2014/06/blog-post_5963.html

3.3 ทฤษฎีการทอด

การทอด (frying) หมายถึง การทำอาหารให้สุก โดยใช้ไขมันพืชหรือไขมันสัตว์เป็นตัวกลาง แลกเปลี่ยนความร้อน โดยปกติจะใช้อุณหภูมิในช่วง 170 – 210 องศาเซลเซียส

3.3.1 ประเภทของการทอด

- การทอดโดยใช้น้ำมันน้อย (pan frying) เป็นการทอดโดยใช้น้ำมันหรือไขมันปริมาณเล็กน้อยเพียงเพื่อไม่ให้อาหารติดภาชนะทอดกระทะที่ใช้เป็นกระทะก้นตื้นระหว่างการทอดอาจมีการกลับบ้านเพื่อให้อาหารสุกทั่วถึงเพื่อให้เกิดกลิ่นรสที่ต้องการเช่นการทอดแฮมเบอเกอร์ไข่ดาวเบคอน เป็นต้น

- การทอดโดยใช้น้ำมันมากหรือน้ำมันท่วม (deep fat frying) เป็นการทอดที่ใช้น้ำมันปริมาณมากโดยอาหารจมอยู่ภาชนะที่บรรจุน้ำมันเกิดลักษณะผิวหน้าที่แห้งกรอบเป็นเปลือกสีน้ำตาล

3.3.2 สินค้าที่เหมาะสมแก่การทอด

- ผัก ผลไม้ เช่น มันฝรั่ง ก๋วยเตี๋ยว ขนุน ทูเรียน
- เนื้อสัตว์ เช่น เนื้อหมู ไก่ อาหารทะเล ทอดมัน
- แป้งและเบเกอรี่ ได้แก่ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ปาท่องโก๋ โดนัท ข้าวเกรียบและขนมต่างๆ

3.3.3 ผลของการทอดต่อคุณภาพอาหาร

ระหว่างการทอด อาหารจะได้รับความร้อนโดยมีน้ำมันเป็นตัวกลางถ่ายเทความร้อน ความร้อนของน้ำมันที่อุณหภูมิสูงกว่า 170 องศาเซลเซียส ทำให้น้ำภายในอาหารเดือด น้ำจะระเหยจากภายในออกสู่ภายนอก ทำให้ความชื้นของอาหารลดลงและผิวหน้าแห้งกรอบ การทอดมีผลต่ออาหาร คือ

- ทำให้อาหารสุก โดยทำให้คาร์โบไฮเดรต เช่น แป้งเกิดการสูญเสียสภาพธรรมชาติ
- ทำลายจุลินทรีย์ที่จะทำให้อาหารเสื่อมเสียและจุลินทรีย์ที่ก่อให้เกิดก่อโรครวมทั้งเอนไซม์

ในอาหาร

- ทำให้เนื้อสัมผัสกรอบทั้งชิ้น หรือกรอบเฉพาะที่ผิวนอกของอาหาร

3.3.4 น้ำมันทอด

- น้ำมันที่ใช้ทอดแบบน้ำมันท่วม ควรเป็นน้ำมันที่ทนความร้อนสูงและเสื่อมสลายตัวช้า คือ มีจุดเกิดควัน (Smoking point) ต่ำ

- เป็นน้ำมันที่มีปริมาณกรดไขมันไม่อิ่มตัวต่ำ มีกรดไลโนเลอิก น้อยกว่าร้อยละ 2 เช่นน้ำมันปาล์มโอเลอิน น้ำมันพืชที่ผ่านการไฮโดรจิเนชันบางส่วน

- ไม่ควรใช้น้ำมันที่มีกรดไขมันไม่อิ่มตัวสูง เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันข้าวโพด น้ำมันเมล็ดคำฝอยและน้ำมันดอกทานตะวันในการทอดอาหาร เนื่องจากน้ำมันดังกล่าวไม่คงตัวและมีกรดไขมันสูงถึงร้อยละ 6-7

3.3.5 ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพอาหารทอด

- ชนิดและส่วนประกอบของอาหาร
- ขนาดและรูปร่างของชิ้นอาหาร

- ชนิดและคุณภาพของน้ำมันทอด
- อุณหภูมิของน้ำมันทอด
- ปริมาณน้ำมันที่ใช้ทอดว่าเป็นประเภทน้ำมันน้อยหรือน้ำมันท่วม
- การจัดการหลังการทอด ได้แก่ สะเด็ดน้ำมันหรือกำจัดน้ำมันส่วนเกินหลังการทอด
- การทำให้เย็น

3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กนกวรรณ ปุณณะตระกูล และคณะ (2559) ได้ทำการวิจัยพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกแห้งจากเม็ดบัว มีวัตถุประสงค์เพื่อมีจุดมุ่งหมายเพื่อได้ผลิตภัณฑ์น้ำพริกแห้งเม็ดบัว ที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพของผู้บริโภคและส่งเสริมการนำสมุนไพรไทยมาพัฒนาเป็นอาหาร จากการประเมินทางด้านประสาทสัมผัสทางด้านสีกลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส (ความละเอียด) และความชอบรวมพบว่า น้ำพริกผัดแห้ง สูตรมาตรฐานที่ผู้บริโภคให้การยอมรับ เพื่อนำไปใช้สำหรับผลิตน้ำพริกผัดแห้งเม็ดบัว ประกอบด้วยพริกแห้ง 8.82% พริกชี้หนูแห้ง 5.88% กุ้งแห้ง 11.76% หอมแดง 29.42% กระเทียม 25% นน้าปลา 4.42% นน้าตาลทราย 5.88% และน้ำมันมะขามเปียก 8.82% สำหรับการผลิตน้ำพริกผัดแห้งเม็ดบัว จะทำโดยนำเม็ดบัวไปแทนที่กุ้งแห้ง ในอัตราส่วน 0% 25% 50% 75% และ 100% และผลการประเมินคุณภาพทางด้านประสาทสัมผัสพบว่าผู้บริโภคให้การยอมรับน้ำพริกผัดแห้งสูตรเม็ดบัว 100% มากที่สุดการวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการของน้ำพริกผัดแห้งเม็ดบัว พบว่าน้ำพริกผัดแห้งเม็ดบัว 100 กรัมให้พลังงาน 511 กิโลแคลอรี คาร์โบไฮเดรต 48.1 กรัม โปรตีน 10.1 กรัมและไขมัน 30.9 กรัมและพบว่าน้ำพริกผัดแห้งเม็ดบัว มีปริมาณจุลินทรีย์ปนเปื้อนต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานที่ มพช. กำหนดโดยมีปริมาณจุลินทรีย์ทั้งหมด 3×10^6 โคโลนีต่อตัวอย่าง 1 กรัม ไม่พบการปนเปื้อนของ E. coli, ยีสต์และรา นอกจากนี้ยังไม่พบสารก่อมะเร็งในกลุ่มของสารอัลฟาโทกซินกรัม

สุปราณี หลักคำ (2557) ได้ทำวิจัยเรื่องน้ำพริก ผลการศึกษาพบว่า "น้ำพริก" เป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมที่เก่าแก่ของคนไทย แม้ไม่อาจจะระบุเวลาเริ่มต้นได้แต่มีหลักฐานว่าในสมัยอยุธยามีการปรุงและการกินอาหารนี้แล้ว เดิมทีน้ำพริกใช้พริกไทยเป็นเครื่องปรุงเพื่อให้ความเผ็ดและเปลี่ยนมาใช้พริกเทศเมื่อชาวตะวันตกนำพันธุ์เข้ามา ลักษณะเด่นของน้ำพริกคือเป็นอาหารรสจัดถูกปากคนไทย เป็นอาหารปรุงง่ายใช้เครื่องปรุงไม่มากชนิด และสามารถนำพืชพันธุ์ธัญญาหารท้องถิ่นมาปรุงไม่จำกัดชนิด ด้วยเหตุนี้ในแต่ละชุมชนจึงมีสูตรน้ำพริกจำนวนมากที่มีการต่อยอดจากสูตรมาตรฐานสองสูตรตามกล่าวแล้ว ส่งผลให้น้ำพริกเป็นอาหารที่มีจำนวนสูตรมากที่สุด และเนื่องจากน้ำพริกมีรสจัดจึงนิยมกินกับเครื่องเคียงได้แก่

เนื้อสัตว์และผักจิ้มที่ให้คุณค่าทางโภชนาการและสรรพคุณทางยา นอกจากนี้การจัดเครื่องเคียงให้สวยงามและน่ากินได้พัฒนาเป็นศิลปะการแกะสลักผักผลไม้ และศิลปะการจัดสำหรับอาหารในรูปแบบเฉพาะของไทย ศิลปะสองแขนงนี้นับเป็นความภาคภูมิใจอย่างยิ่งเพราะมีเพียงชาติเดียวในโลก

ธีรพงษ์ เทพกรณ์ (2556) พัฒนาผลิตภัณฑ์ น้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วของชุมชนบ้านผาเต็ง ตำบลป่าเปือ อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่มีวัตถุประสงค์เพื่อ โครงการวิจัยนี้เป็นงานวิจัยต่อยอดผลงานวิจัยเชิงค้นคว้า ทดลอง เทคโนโลยีการแปรรูปผลผลิตจากธรรมชาติและภูมิปัญญาดั้งเดิมของชุมชน เพื่อการพัฒนาและ ถ่ายทอดเทคโนโลยีสู่ชุมชน มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) หาคอร์มวิธีการผลิตน้ำเมี่ยงผงจากน้ำเมี่ยงสด (2) คิดค้น คำรับการปรุงน้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วจาก น้ำเมี่ยงผง และ (3) ถ่ายทอดเทคโนโลยีให้กับผู้ใช้ เป็นงานวิจัยที่ใช้วิธี วิทยา วิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมของกลุ่มเกษตรกรในชุมชน พื้นที่วิจัยอยู่ที่บ้าน ผาเต็ง ตำบลป่าเปือ อำเภอมะแตง จังหวัดเชียงใหม่ ประชากรที่เข้าร่วมการวิจัย ถ่ายทอดเทคโนโลยีคือ แม่บ้านในพื้นที่บ้านผา เต็ง หมู่ที่ 3 จำนวน 32 คน เครื่องมือการวิจัยประกอบด้วยวัสดุอุปกรณ์ในการทำน้ำเมี่ยงผงและน้ำพริกเมี่ยง คั่ว การ วิเคราะห์คุณภาพ การจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการ การเปิดเวทีชุมชนเพื่อระดม ความคิดเห็นการหา แนวทางพัฒนาผลิตภัณฑ์ การสร้างร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์ และการเพิ่มโอกาสทางการตลาด จากการ ศึกษาวิจัยพบว่าวิธีที่เหมาะสมในการ พัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำเมี่ยงผงประกอบด้วย การตากแห้งน้ำเมี่ยงสด จากนั้นปั่นให้ เป็นผงและบรรจุซองอลูมิเนียมฟอยล์ การศึกษาเพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์ น้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วจากน้ำ เมี่ยงผงพบว่าส่วนผสมของน้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วประกอบด้วย กะปิ น้ำตาล เกลือ น้ำมะขามเปียก พริกแห้งคั่ว ข้าวคั่ว ถั่วลิสงคั่ว หอมแดงเจียว กระเทียมเจียว และน้ำเมี่ยงผง วิธีการปรุงเริ่มจากผสมพริกแห้งคั่ว หอมแดงเจียว กระเทียมเจียว ถั่วลิสงคั่ว กะปิ น้ำตาลปี๊บ เกลือ และน้ำมะขามเปียก คลุกเคล้าให้เข้ากัน นำไปคั่วใน กระทะด้วยไฟอ่อน คั่วจนส่วนผสมเข้ากันดีจาก นั้นโรยข้าวคั่ว และน้ำเลียงผงลงไป คลุกเคล้าให้เข้ากันและ คั่วจนแห้ง ตักน้ำ พริกน้ำเมี่ยงคั่วจากกระทะ โรยหน้าด้วยหอมเจียว และพริกทอด กรรมวิธีการผลิตน้ำเมี่ยง ผงและการปรุงน้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วได้ถ่ายทอดให้กับกลุ่มแม่บ้านผา เต็ง ต.ป่าเปือ.แม่แตง จ.เชียงใหม่ โดย การจัดฝึกอบรมและปฏิบัติการ มีแม่ บ้านเข้ารับการอบรมทั้งสิ้น 32 คน เมื่อสิ้นสุดโครงการกลุ่มแม่บ้านผา เต็งมี การผลิตและจำหน่ายน้ำเมี่ยงผงและน้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วเป็นผลิตภัณฑ์ของชุมชน โดยวางจำหน่ายที่ ร้านค้าชุมชนภายใต้ชื่อ “ผาเต็ง” ผลิตภัณฑ์ของชุมชนทั้งสอง นี้ เป็นเจ้าของและบริหารจัดการ โดยกลุ่ม ผลิตภัณฑ์น้ำเมี่ยงผงและน้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วซึ่งมีสมาชิก 28 คน

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

จากการไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ ร้านเฮียวตริ ปังตอทอง ได้จัดทำโครงการเรื่อง น้ำพริกกากหมูสมุนไพร (Thai Herbed Pork Chili Paste) ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุดและนำสมุนไพรมาเป็นส่วนประกอบทำเป็นเมนูเพื่อสุขภาพ โดยมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

4.1 การเตรียมการและการวางแผนโครงการ

4.1.1 คณะผู้จัดทำโครงการได้ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหาที่พบในแผนกครัว เนื่องจากทางร้านเฮียวตริ ปังตอทอง ต้องใช้เนื้อสัตว์จำนวนมากในการทำผลิตภัณฑ์ ทำให้มีมันหมูเหลือใช้เป็นจำนวนมากในแต่ละวัน ทำให้คณะผู้จัดทำได้คิดค้นผลิตภัณฑ์ใหม่ขึ้นมาจากมันหมูที่เหลือใช้

4.1.2 ปรึกษาพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาเกี่ยวกับหัวข้อโครงการเพื่อรับคำแนะนำ และแนวทางในการแปรรูปวัตถุดิบเหลือใช้

4.1.3 ศึกษาวัตถุดิบ วิธีการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร จากนั้นทดลองทำ และปรับปรุงเพื่อให้ได้สูตรที่อร่อยตรงความต้องการของกลุ่มตัวอย่าง



รูปที่ 4.1 น้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

4.2 ขั้นตอนการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

4.2.1 ส่วนผสมที่ใช้ในการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ตารางที่ 4.1 ส่วนผสมที่ใช้ในการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ผลิตภัณฑ์น้ำพริกกากหมูสมุนไพร			
ส่วนผสมกากหมู	สูตรที่ 1	สูตรที่ 2	สูตรที่ 3
มันหมูแข็ง	1,000 กรัม	1,000 กรัม	1,000 กรัม
เกลือป่น	5 กรัม	5 กรัม	5 กรัม
น้ำส้มสายชู	22.5 กรัม	22.5 กรัม	22.5 กรัม
น้ำเปล่า	240 กรัม	240 กรัม	240 กรัม
ส่วนผสมน้ำพริก			
ข่า	60 กรัม	33 กรัม	33 กรัม
หอมแดง	400 กรัม	250 กรัม	250 กรัม
กระเทียม	250 กรัม	150 กรัม	150 กรัม
เกลือป่น	7.5 กรัม	7.5 กรัม	7.5 กรัม
ผงปรุงรสรสหมู	30 กรัม	7.5 กรัม	15 กรัม
น้ำตาลทราย	45 กรัม	15 กรัม	30 กรัม
พริกจินดาป่น	45 กรัม	15 กรัม	22.5 กรัม
ใบมะกรูด	50 กรัม	30 กรัม	30 กรัม
พริกจินดาแห้ง	70 กรัม	50 กรัม	50 กรัม
รวม	2225 กรัม	1825.5 กรัม	1855.5 กรัม

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

4.2.2 ขั้นตอนการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร ทั้ง 3 สูตร มีขั้นตอนการทำแบบเดียวกันทุกขั้นตอน ซึ่งมีรายละเอียดและขั้นตอนการทำดังนี้

1. ล้างมันหมูแข็ง เทน้ำออก ใส่เกลือป่นและน้ำส้มสายชูเทลงไป ขยำและคลุกเคล้าให้เข้ากัน



รูปที่ 4.2 การล้างมันหมูแข็ง ใส่เกลือป่นและน้ำส้มสายชู

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

2. ซอยหอมแดง กระเทียมและตำหั่นเป็นแว่นๆเตรียมไว้



รูปที่ 4.3 เตรียมหอมแดง กระเทียมและตำ

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

3. ตำข่าให้ละเอียด แล้วเตรียมพักไว้



รูปที่ 4.4 ตำข่าเตรียมไว้

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

4. ตั้งกระทะด้วยไฟกลางค่อนข้างอ่อน ใส่มันหมูแข็งตามด้วยน้ำเปล่า แล้วเกลี่ยให้มันหมูแข็งแตกออกจากกัน



รูปที่ 4.5 ตั้งกระทะ ใส่มันหมูแข็ง ตามด้วยน้ำเปล่า

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

5. เจียวมันหมูแข็งไปเรื่อยๆด้วยไฟกลางค่อนข้างอ่อน เจียวจนน้ำแห้งเหลือแต่น้ำมัน



รูปที่ 4.6 เจียวมันหมูแข็ง

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

6. เจียวจนเหลืองพอดี ใช้กระชอนตักขึ้น พักให้สะเด็ดน้ำมัน



รูปที่ 4.7 ใช้กระชอนตัก พักให้สะเด็ดน้ำมัน

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

7. เจียวหอมแดงโดยใช้ไฟอ่อน เจียวไปเรื่อยๆ ระวังอย่าให้ตรงขอบใหม่ก่อน



รูปที่ 4.8 เจียวหอมแดง

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

8. เจียวหอมแดงจนเป็นสีเหลืองอ่อนได้ที่ ใช้กระชอนตักขึ้นพักไว้ให้สะเด็ดน้ำมัน



รูปที่ 4.9 เจียวหอมแดงจนเป็นสีเหลืองอ่อน

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

9. เจียวกระเทียมโดยใช้ไฟอ่อน เจียวจนกระเทียมมีสีเหลืองอ่อน ใช้กระชอนตักขึ้นพักไว้ให้สะเด็ดน้ำมัน



รูปที่ 4.10 เจียวกระเทียม

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

10. ทอดใบมะกรูด ทอดให้ใบกรอบพอประมาณ ไม่นานจนเกินไปเพราะอาจจะไหม้ได้ ใช้กระชอนตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน



รูปที่ 4.11 ทอดใบมะกรูด

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

11. ปิดเตาแล้วนำพริกลงไปทอด ทอดให้พองแล้วรีบตักขึ้น ถ้าทอดนานจะทำให้พริกไหม้และขม



รูปที่ 4.12 ทอดพริก

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

12. นำข่าที่ตำละเอียดไว้แล้ว ลงมาคั่วในกระทะใช้ไฟอ่อนๆ คั่วจนแห้ง



รูปที่ 4.13 คั่วข่าจนแห้ง

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

13. ใส่เกลือป่น ผงปรุงรส น้ำตาลและพริกป่น คั่วและคนให้เข้ากัน



รูปที่ 4.14 ใส่เกลือป่น ผงปรุงรส น้ำตาลและพริกป่น

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

14. นำกระเทียมเจียว หอมเจียวและมันหมูแข็งที่เจียวไว้แล้วใส่ลงไป คลุกเคล้าส่วนผสมให้เข้ากัน



รูปที่ 4.15 ใส่กระเทียมเจียว หอมเจียวและมันหมูแข็ง

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

15. ใส่ใบมะกรูดทอดและพริกทอด คลุกเคล้าให้เข้ากันแล้วปิดเตา พักไว้ให้เย็น แล้วนำไปใส่บรรจุภัณฑ์ที่เตรียมไว้



รูปที่ 4.16 ใส่ใบมะกรูดทอดและพริกทอด

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

4.3 การพัฒนาปรับปรุงผลิตภัณฑ์

คณะผู้จัดทำ ได้ทดลองทำผลิตภัณฑ์น้ำพริกกากหมูสมุนไพร ทั้งหมด 3 สูตร ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

สูตรที่ 1 ได้ทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพรโดยใช้สูตร ดังที่ปรากฏตามตารางที่ 4.1 เมื่อทำการทอดและผัดปรุงรสน้ำพริกกากหมูสมุนไพร และให้พนักงานของร้านเฮียวิตร บึงตองทอดลองชิม ได้ทราบว่าน้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติที่เค็ม รสจัดและเผ็ดเกินไป เนื่องจากสูตรที่ 1 นี้ได้ใส่ส่วนผสมในการทำน้ำพริก ได้แก่ ข่า หอมแดง กระเทียม ผงปรุงรส น้ำตาลทราย พริกป่น และใบมะกรูดในปริมาณมากเกินไป ต้นทุนในการทำค่อนข้างสูงเมื่อเทียบกับราคาที่ต้องการจะขายสู่ท้องตลาดเพื่อให้เข้าถึงผู้บริโภคได้ง่าย

สูตรที่ 2 มีปริมาณวัตถุดิบและส่วนผสม ดังที่ปรากฏตามตารางที่ 4.1 สูตรนี้จะใช้ส่วนผสมในการทำน้ำพริกในปริมาณที่น้อยลงกว่าสูตรที่ 1 เนื่องจากต้องการที่จะลดต้นทุนลงและปรับรสชาติให้อร่อยพอดี แล้วให้พนักงานร้านเฮียวิตร บึงตองชิมสูตรที่ 2 พบว่ารสชาติอ่อนและจัดเกินไป เผ็ดน้อยเกินไป และได้รับคำแนะนำเพิ่มเติม ให้เพิ่มส่วนผสม ได้แก่ ผงปรุงรส น้ำตาลทราย และพริกป่น เพิ่มลงไปอย่างละนิด จึงจะได้รสชาติที่ลงตัวพอดี

สูตรที่ 3 เป็นการนำสูตรที่ 1 และสูตรที่ 2 มาปรับปรุง และได้ทำการลดและเพิ่มปริมาณตามคำแนะนำ หลังจากให้พนักงานร้านเฮียวิตร บึงตอง ชิมอีกครั้ง พบว่าสูตรนี้มีรสชาติที่กลมกล่อมลงตัวพอดี สามารถทำเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้สถานประกอบการได้ในอนาคต



รูปที่ 4.17 กระปุกน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ที่มา : คณะผู้จัดทำ,(2564)

4.4 การคำนวณต้นทุนการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

คณะผู้จัดทำได้ทำการคำนวณต้นทุนของผลิตภัณฑ์ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพร” จากสูตรที่ 3 เป็นสูตรที่ผ่านและเป็นรสชาติที่ลงตัวพอดี ดังตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.2 แสดงการคำนวณต้นทุนน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ส่วนผสม น้ำพริกกากหมูสมุนไพร	ปริมาณที่ใช้(กรัม)	ราคาต่อหน่วย 1,000 กรัม	ราคาต้นทุน 5 กระจุก
มันหมูแข็ง	1,000	80 บาท	80 บาท
เกลือป่น	12.5	30.80 บาท	0.38 บาท
น้ำส้มสายชู	22.5	25 บาท	0.56 บาท
ผงปรุงรส	15	96 บาท	1.44 บาท
น้ำตาลทราย	30	27 บาท	0.81 บาท
พริกป่น	22.5	390 บาท	8.77 บาท
ข่า	33	70 บาท	2.31 บาท
หอมแดง	250	165 บาท	41.25 บาท
กระเทียม	15	65 บาท	0.97 บาท
ใบมะกรูด	30	50 บาท	1.5 บาท
พริกจินดา	50	60 บาท	3 บาท
ราคาต้นทุนทั้งหมด (5 กระจุก)			140.99 บาท
ราคาต้นทุนต่อกระจุก (ปริมาณ 80 กรัม)			28.20 บาท

คณะผู้จัดทำได้ทำการคำนวณราคาต้นทุนน้ำพริกกากหมูสมุนไพร ราคาต่อ 1 กระทู้อ่าง ตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 ราคาต้นทุน น้ำพริกกากหมูสมุนไพร ต่อหนึ่งกระทู้อ่าง

ราคาต้นทุน/กระทู้อ่าง	ราคา
น้ำพริกกากหมูสมุนไพร 1 กระทู้อ่าง / 80 กรัม	28.20 บาท
กระทู้อ่าง	15 บาท
ป้ายสติ๊กเกอร์	2.50 บาท
ราคารวมทั้งหมด ต่อหนึ่งกระทู้อ่าง	45.70 บาท

ต้นทุน 1 กระทู้อ่าง ราคา 45.70 บาท ถ้าร้านเสียวัตถ์ ปิ้งต่อทอง ขายในราคา 79 บาท จะได้กำไร 33.30 บาทต่อกระทู้อ่าง

4.5 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจของน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

คณะผู้จัดทำ ได้นำผลิตภัณฑ์น้ำพริกกากหมูสมุนไพร ให้พนักงานพนักงานของร้านเสียวัตถ์ ปิ้งต่อทอง แผนกการตลาด แผนกการผลิต พนักงานฝ่ายขาย พนักงานบัญชี จำนวน 30 คน ทดลองชิม หลังจากนั้นได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร เพื่อทำการวิเคราะห์และอภิปรายผล ดังต่อไปนี้

- 1) ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติ คือ ค่าแจกแจงความถี่ (frequency) และหาค่าร้อยละ
- 2) ส่วนที่ 2 สำรวจความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติ คือ การหาค่าเฉลี่ย(mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) โดยวิธีการแปรผลของอาจารย์บุญชม ศรีสะอาด โดยกำหนดการแปลความหมาย ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง	ความพึงพอใจระดับมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง	ความพึงพอใจระดับมาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง	ความพึงพอใจระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง	ความพึงพอใจระดับน้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง	ความพึงพอใจระดับน้อยที่สุด

- 3) ข้อเสนอแนะ

4.5.1 ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถามสามารถสรุปได้ ดังตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกเพศ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หญิง	17	56.67
ชาย	13	43.33
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 56.67 และเพศชาย ร้อยละ 43.33

ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกอายุ

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่า 20 ปี	2	6.66
20 - 30 ปี	24	80.00
30 - 40 ปี	2	6.67
มากกว่า 40 ปี	2	6.67
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.5 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อายุ 20 – 30 ปี ร้อยละ 80 รองลงมา คือ อายุต่ำกว่า 20 ปี อายุ 30 – 40 ปี อายุมากกว่า 40 ปี

4.5.2 ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ประเด็นที่ประเมิน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	การแปรผล
น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูกปาก	4.50	0.51	มาก
น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่อมน้ำมัน	4.23	0.82	มาก
น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน	4.50	0.57	มาก
เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากหลายชนิด	4.30	0.70	มาก
เป็นเมนูที่สร้างสรรค์และแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ	4.37	0.67	มาก
มันหมูแข็งสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี	4.63	0.49	มากที่สุด
รวม	4.42	0.13	มาก

จากตารางที่ 4.6 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพรโดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.42 หากพิจารณาแต่ละประเด็นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในประเด็น “มันหมูแข็งสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี” อยู่ในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 4.63 ส่วนประเด็นอื่นๆผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมาก ดังนี้ ประเด็น “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูกปาก” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน” มีค่าเฉลี่ยเท่ากันคือ 4.50 รองลงมาคือ “เป็นเมนูที่สร้างสรรค์และแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ” มีค่าเฉลี่ย 4.37 ลำดับต่อมาคือ “เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากหลายชนิด” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่อมน้ำมัน” โดยมีค่าเฉลี่ย 4.30 และ 4.23 ตามลำดับ

4.5.3 ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม ได้รับคำชมจากผู้ตอบแบบสอบถามว่า น้ำพริกกากหมูสมุนไพร มีรสชาติอร่อย ความเผ็ดพอดี ไม่เผ็ดน้อยไปและมากไป ปริมาณของสมุนไพรและส่วนผสมต่างๆเข้ากันได้ดี มีสมุนไพรหลากหลายชนิดที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ อีกทั้งยังมีข้อเสนอแนะให้มีการพัฒนาตัวเลือกน้ำพริกให้มีหลากหลายรสชาติมากกว่านี้ เช่น รสน้ำจิ้มแจ่ว รสหมูปลาร้า ซึ่งรสชาติที่กล่าวมานี้สามารถทานคู่กับข้าวเหนียวได้เข้ากันดี ไม่แพ้รสชาติของน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

บทที่ 5

สรุปผลการปฏิบัติงานและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการทำโครงการ

จากการที่คณะผู้จัดทำโครงการได้เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาที่ร้านเฮียวัตร บึงตอทอง ในแผนกครัว ทำให้คณะผู้จัดทำได้ทราบถึงปัญหาที่เกิดขึ้นภายในแผนกครัว รวมถึงปัญหาที่คณะผู้จัดทำโครงการได้ยกตัวอย่างนำเสนอขึ้นมา คือการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ในครัวมาทำให้เกิดผลิตภัณฑ์ใหม่เป็นการแปรรูปวัตถุดิบที่เหลือใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เมื่อได้ทดลองทำผลิตภัณฑ์เรียบร้อยแล้ว ได้จัดทำแบบสอบถามความพึงพอใจต่อผลิตภัณฑ์ในรูปแบบออนไลน์ทั้งหมดจำนวน 30 ชุด โดยผู้ให้ข้อมูลคือ พนักงานของร้านเฮียวัตร บึงตอทอง จำนวน 30 คน

จากแบบสอบถามที่ได้ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.42 หากพิจารณาแต่ละประเด็นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในประเด็น “มันหมูแข็งสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี” อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.63 ส่วนประเด็นอื่นๆผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมาก ดังนี้ ประเด็น “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูกปาก” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน” มีค่าเฉลี่ยเท่ากันคือ 4.50 รองลงมาคือ “เป็นเมนูที่สร้างสรรค์และแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ” มีค่าเฉลี่ย 4.37 ลำดับต่อมาคือ “เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากหลายชนิด” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่อมน้ำมัน” โดยมีค่าเฉลี่ย 4.30 และ 4.23 ตามลำดับ

5.2 ข้อเสนอแนะ

5.2.1 ข้อเสนอแนะในการทำโครงการครั้งต่อไป

1. ควรพัฒนาสูตรน้ำพริกสำหรับกลุ่มผู้ที่ไม่รับประทานเนื้อหมู เพื่อเป็นทางเลือกที่หลากหลาย
2. ควรพัฒนาน้ำพริกให้มีหลากหลายรสชาติมากขึ้น เพื่อเพิ่มความหลากหลายในการเลือกรับประทานของผู้บริโภค

บรรณานุกรม

- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *คุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย กลุ่ม
ปรีศน้ำตาลไทยรุ่งเรือง*. เข้าถึงได้จาก <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/thai-food-composition-table>
- กมล เลิศรัตน์. (2550). *การผลิต การปลูก การแปรรูป และการตลาดของพริกในประเทศไทย.
ประชาคมวิจัย*. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.), 13(73), 15-20.
- กนกวรรณ ปุณณะตระกูล และคณะ. (2559). *การพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกแห้งจากเม็ดบัว. วารสารวิจัยและ
พัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์*. กรุงเทพฯ: สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี.
มหาวิทยาลัยวไลยอลงกรณ์.
- ธีรพงษ์ เทพกรณ์. (2556). *การวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วของชุมชนบ้านผาแดง. (รายงาน
การวิจัยฉบับสมบูรณ์)*. เชียงราย: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง.
- นฤมล จัทรสง่า. (2555). *มาตรการทางกฎหมาย อาหารแปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่าย*. เข้าถึงได้
จาก http://food.fda.moph.go.th/data/news/2555/august/Doc_GMP/2.Legal%20measures.pdf.
- เนเจอร์ สไปซ์. (2561). *ประโยชน์ของน้ำพริก*. เข้าถึงได้จาก <http://naturespice.co.th/ประโยชน์ของน้ำพริก/>
- บุญชม ศรีสะอาด. (2556). *วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย เล่ม 1 (พิมพ์ครั้งที่ 5)*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- ราตรี เมฆวิสัย. (2551). *น้ำพริกเครื่องจิ้ม*. กรุงเทพฯ: วาดศิลป์.
- พิสุทธิพร จำใจ. (2554). *หนังสือสมุนไพร สรรพคุณและประโยชน์เพื่อการใช้งาน*. กรุงเทพฯ: ต้นธรรม.
- สิริกัทร สิริบรรสพ. (2557). *สมุนไพรอาหารไทยรักษาความสุข. วารสารวิชาการวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
เทคโนโลยี*. อาจารย์ประจำสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, 106-107.
- สุจิตต์ สาลีพันธ์ และคณะ. (2549). *คุณภาพเกลือเสริมไอโอดีนในครัวเรือนของประเทศไทย. นนทบุรี:
กองโภชนาการ กระทรวงสาธารณสุข*.
- สุปราณี หลักคำ. (2557). *น้ำพริก มรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม*. เข้าถึงได้จาก
<http://ich.culture.go.th/index.php/en/research/504--m-s>
- สุรางค์ เรืองฉาย. (2552). *การพัฒนาน้ำพริกมะขามผสมกระเจี๊ยบ. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยหอการค้า
ไทย*. 29 (4), 88- 101.
- อุบล ดีสวัสดิ์. (2550). *รายงานการวิจัยน้ำพริกต้มยำกุ้ง*. เข้าถึงได้จาก
<http://www.carit.rmutk.ac.th/ebook/ebb3/10/files/assets/basic-html/page1.html>.

EDTGUIDE. (2564). “น้ำพริก” คนไทยกินมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา. เข้าถึงได้จาก

<https://www.edtguide.com/content/insider/204094>

Pookie Chan. (2558). ส่วนประกอบหลักของน้ำพริก. เข้าถึงได้จาก <http://women.trueid.net/detail/>





ภาคผนวก ก
ภาพการปฏิบัติงาน



นำเนื้อมาตากตามชั้นที่จัดเตรียมไว้



ดูแลความสะอาด ความเรียบร้อย และความเป็นระเบียบ โดยรวมเวลาตากเนื้อ



เก็บเนื้อที่ตากแห้งเสร็จแล้ว



หันเนื้อ ตกแต่งชิ้นเนื้อให้สวยงาม



หมักเนื้อให้มีรสชาติอร่อย



ปรุงรสส่วนผสม เครื่องปรุงเพื่อนำไปหมักเนื้อ



ทอดเนื้อในน้ำมันร้อน



นำเนื้อเข้าเครื่องสกัดน้ำมัน



เตรียมแพ็คเนื้อในบรรจุภัณฑ์



ภาคผนวก ข
แบบสอบถามออนไลน์



แบบสอบถามความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

(Thai Herbed Pork Chili Paste)

ของร้านเฮียวัตร ปังตอทอง

วัตถุประสงค์ : เพื่อวัดระดับความพึงพอใจของน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ใส่เครื่องหมาย ใน หรือเติมข้อความที่ตรงกับข้อมูลของท่าน)

1. เพศ ชาย หญิง

2. อายุ ต่ำกว่า 20 ปี 20 - 30 ปี
 30 - 40 ปี มากกว่า 40 ปี

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจที่มีต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร (Thai Herbed Pork Chili Paste)

ระดับความพึงพอใจที่มีต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูกปาก					
น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่อมน้ำมัน					
วัตถุดิบและส่วนผสมมีความครบสม่ำเสมอ					
น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน					
เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากหลายชนิด					
เป็นเมนูที่สร้างสรรค์และแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ					
มันหมูแข็งสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี					

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม :

.....

.....

.....

.....





ภาคผนวก ค
บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

จากการสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษาเกี่ยวกับ โครงการงาน พนักงานที่ปรึกษามีความคิดเห็นว่าโครงการงาน น้ำพริกกากหมูสมุนไพร มีประโยชน์อย่างยิ่งต่อร้านเฮียวัตร์ ปังคอทอง เป็นไอเดียที่ดีมากในการคิดออกแบบผลิตภัณฑ์ใหม่ของทางร้าน เพราะทางร้านเองกำลังคิดค้นออกแบบผลิตภัณฑ์ใหม่ เพื่อเพิ่มทางเลือกใหม่ๆ ให้กับลูกค้า และผลิตภัณฑ์ที่นักศึกษาฝึกงาน ได้คิดค้นมาคือ น้ำพริกกากหมูสมุนไพร เป็นเมนูที่ได้นำเอาเศษหมูที่เหลือใช้จากทางร้านนำไปต่อยอดใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดและสามารถเพิ่มรายได้ ทำให้ทางร้านคิดว่าถ้านำมาเมนูนี้มาทำได้จริงจะเป็นประโยชน์ต่อสถานประกอบการอย่างยิ่ง ทั้งในเรื่องของการลดการทิ้งเศษหมูเหลือใช้ ทั้งยังเป็นการเพิ่มรายได้ใหม่ให้กับทางร้านด้วย



(นายกฤษฎา สังข์น้อม)

.....พนักงานที่ปรึกษา



ภาคผนวก ง
บทความวิชาการ



น้ำพริกกากหมูสมุนไพร

Thai Herbed Pork Chili Paste

นายรัช พารอากาศกุล

นาย ธีรพล ศุภกิจจวนิชกุล

นางสาวพรธัญญา ภัทรจิตติมากุล

ภาควิชาอุตสาหกรรมอาหารท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

38 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร 10160

pannipa.pat@siam.edu

teerapon.teanoi@gmail.com

Thanat.ecoupe200@gmail.com

บทคัดย่อ

การจัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง น้ำพริกกากหมูสมุนไพร มีวัตถุประสงค์เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และเพื่อสร้างสรรค์เป็นเมนูแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ ทำให้ร้านเฮียวตอร์ บังตอทอง สามารถนำไอเดียนี้ออกไปต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่เพื่อสร้างรายได้ให้แก่สถานประกอบการต่อไปได้ในอนาคต และยังเป็นทางเลือกใหม่ๆให้แก่ลูกค้าได้เลือกรับประทานเมนูที่หลากหลายจากทางร้านเฮียวตอร์ บังตอทอง

คณะผู้จัดทำได้ประเมินความพึงพอใจใน “น้ำพริกกากหมูสมุนไพร” โดยให้พนักงานในบริษัทตอบแบบสอบถาม จำนวน 30 ชุด พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.42 หากพิจารณาแต่ละประเด็นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในประเด็น “มันหมูแข็งสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี” อยู่ในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 4.63 ส่วนประเด็นอื่นๆผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมาก ดังนี้ ประเด็น “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูก

ปาก” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน” มีค่าเฉลี่ยเท่ากันคือ 4.50 รองลงมาคือ “เป็นเมนูที่สร้างสรรค์และแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ” มีค่าเฉลี่ย 4.37 ลำดับต่อมาคือ “เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากหลายชนิด” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่อมน้ำมัน” โดยมีค่าเฉลี่ย 4.30 และ 4.23 ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์โครงการที่มุ่งหวังผลประโยชน์ด้านการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่เป็นแนวทางต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้แก่สถานประกอบการได้ในอนาคต อีกทั้งเป็นการส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการแปรรูปอาหารจากการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด

คำสำคัญ : น้ำพริก กากหมู สมุนไพร

Abstract

The project on Thai Herbed Pork Chili Paste had The objective to procure raw materials to be processed into new products for maximum benefit and to create a new menu item for Hiawat

Pangtorthong to utilize this product to generate income in the future.

The students assessed the overall satisfaction for "Thai Herbed Pork Chili Paste" by requesting employees in the company to answer sets of questionnaires. It was found that the respondents were satisfied with the Thai Herbed Pork Chili Paste. Overall, it was at a high level with an average of 4.42. The respondents were satisfied that the point, "Hard pork fat can be processed into chili paste very well," at the highest level with an average of 4.63. Other point, the respondents were satisfied at a high level as follows: "Thai Herbed Pork Chili Paste has a delicious taste," and "Thai Herbed Pork Chili Paste with an appetizing aroma," had the same average of 4.50, followed by "It is a creative and new menu item" with an average of 4.37. "It is a healthy menu item made from a variety of herbs," and "Thai Herbed Pork Chili Paste without oil," with an average 4.30 and 4.23, respectively.

Keywords: Chili Paste, Pork Chops, Herbs

ที่มาของปัญหา

น้ำพริก ถือเป็นอาหารคู่ครัวคนไทยมาโดยตลอด ไม่ว่าจะเป็นบ้านไหนๆ เมื่อทานข้าวก็มักจะต้องมีน้ำพริกทานคู่กัน ในสังคมเมืองปัจจุบันมีอาหารสำเร็จรูปขายอยู่หลากหลาย อีกทั้งการใช้ชีวิตที่เร่งรีบทำให้ผู้คนหันมาทำน้ำพริกเพื่อรับประทานในครัวเรือนน้อยลง ในท้องตลาดประเทศไทยมีน้ำพริกอยู่หลายประเภท ซึ่งแต่ละชนิดมีวัตถุดิบและเอกลักษณ์ก็จะแตกต่างกันออกไป อีกทั้งน้ำพริกยังเป็นอาหารประจำท้องถิ่นในแต่ละภาค อาทิเช่น ภาคเหนือมีน้ำพริกหนุ่มและน้ำพริกอ่อน ภาคกลาง

น้ำพริกกระปิ ภาคอีสาน น้ำพริกแจ่วบอง ภาคใต้ น้ำพริกกุ้งเสียบ

ร้านเฮียวัตถ์ บึงตอทอง จำหน่ายผลิตภัณฑ์ หมูหวาน หมูเค็ม หมูฝอย เนื้อหวาน เนื้อเค็มและเนื้อฝอย เป็นผลิตภัณฑ์ที่เน้นขายส่วนเนื้อล้วนเป็นส่วนมาก ทำให้มีส่วนของเศษหมูที่ติดมัน ที่ต้องตัดทิ้งออกเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำได้เล็งเห็นประโยชน์ของ มันหมูเหลือใช้ สามารถนำไปต่อยอดทำเป็นเมนูใหม่ เพื่อเพิ่มมูลค่าได้ จึงเป็นที่มาของผลิตภัณฑ์ใหม่คือน้ำพริกกากหมูสมุนไพร เป็นเมนูที่สามารถทานเล่นได้ ทานคู่กับข้าว หรือทานคู่กับเมนูอื่นๆ ได้อีกด้วย

จากความสำคัญและปัญหาดังกล่าว ทางคณะผู้จัดทำจึงได้มีแนวคิดที่จะทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร เพื่อเป็นการนำของเหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดให้กับทางร้านเฮียวัตถ์ บึงตอทอง และเพื่อลดปัญหาการกำจัดขยะประเภทเนื้อสัตว์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้นามาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด
 2. เพื่อสร้างสรรค์เป็นเมนูแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ
 3. เพื่อศึกษาการผลิตน้ำพริกกากหมูสมุนไพร
- ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้นำวัตถุดิบที่เหลือใช้นามาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด
2. เป็นแนวทางต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ให้แกสถานประกอบการผู้ประกอบการมีการพัฒนารูปแบบการใช้
3. ส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการแปรรูปอาหารจากการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด

วิธีการดำเนินงาน

กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหา โดยมุ่งเน้นการศึกษาไปที่เศษมันหมูที่เหลือใช้มาสร้างเป็นรายได้ใหม่ให้แก่สถานประกอบการ คือการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยมุ่งเน้นไปที่พนักงานระดับปฏิบัติการของร้านเฮียวัตร์ บึงตอทอง จำนวน 30 คน ด้วยเครื่องมือประเภทแบบสอบถาม (Questionnaire) จากนั้นนำข้อมูลที่ได้รับมาวิเคราะห์ด้วยการหาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สรุปผลและอภิปราย

จากการที่คณะผู้จัดทำโครงการได้เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาที่ร้านเฮียวัตร์ บึงตอทอง ในแผนกครัว ทำให้คณะผู้จัดทำได้ทราบถึงปัญหาที่เกิดขึ้นภายในแผนกครัว รวมถึงปัญหาที่คณะผู้จัดทำโครงการได้ยกตัวอย่างนำเสนอขึ้นมา คือการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ในครัวมาทำให้เกิดผลิตภัณฑ์ใหม่เป็นการแปรรูปวัตถุดิบที่เหลือใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เมื่อได้ทดลองทำผลิตภัณฑ์เรียบร้อยแล้ว ได้จัดทำแบบสอบถามความพึงพอใจต่อผลิตภัณฑ์ในรูปแบบออนไลน์ทั้งหมดจำนวน 30 ชุด โดยผู้ให้ข้อมูลคือพนักงานของร้านเฮียวัตร์ บึงตอทอง จำนวน 30 คน

จากแบบสอบถามความพึงพอใจใน “น้ำพริกกากหมูสมุนไพร” พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.42 หากพิจารณาแต่ละประเด็นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในประเด็น “มันหมูแข็งสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี” อยู่ในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 4.63 ส่วนประเด็นอื่นๆผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึง

พอใจในระดับมาก ดังนี้ ประเด็น “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูกปาก” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน” มีค่าเฉลี่ยเท่ากันคือ 4.50 รองลงมาคือ “เป็นเมนูที่สร้างสรรค์และแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ” มีค่าเฉลี่ย 4.37 ลำดับต่อมาคือ “เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากหลายชนิด” และ “น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่อมน้ำมัน” โดยมีค่าเฉลี่ย 4.30 และ 4.23 ตามลำดับ

ข้อเสนอแนะในการต่อยอดโครงการ

1. ควรพัฒนาสูตรน้ำพริกสำหรับกลุ่มผู้ที่ไม่รับประทานเนื้อหมู เพื่อเป็นทางเลือกที่หลากหลาย
2. ควรพัฒนาน้ำพริกให้มีหลากหลายรสชาติมากขึ้น เพื่อเพิ่มความหลากหลายในการเลือกรับประทานของผู้บริโภค

บรรณานุกรม

- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *คุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย* กลุ่มบริษัทน้ำตาลไทยรุ่งเรือง ม.ป.ป. กมล เลิศรัตน์. (2550). *การผลิตการปลูกการแปรรูปและการตลาดของพริกในประเทศไทย*. ประชาคมวิจัย. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ปีที่ 13 ฉบับที่ 73 หน้า 15-20.
- กนกวรรณ ปุณณะตระกูล และคณะ. (2559). *การพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกแห้งจากเม็ดบัว*. วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์. สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี.
- ธีรพงษ์ เทพกรณ์. 2556. *การวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกน้ำเมี่ยงคั่วของชุมชนบ้านผาตั้ง*. รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์. สำนักงาน

- คณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ มหาวิทยาลัยแม่
ฟ้าหลวง.
- นฤมล ฉัตรสง่า. (2555). *มาตรการทางกฎหมายอาหาร
แปรรูปที่บรรจุในภาชนะพร้อมจำหน่าย*.
เข้าถึงได้จาก [http://food.fda.moph.go.th/
data/news/2555/](http://food.fda.moph.go.th/data/news/2555/)
- เนเจอร์ สไปซ์. (2561). *ประโยชน์ของน้ำพริก*. เข้าถึง
ได้จาก [http://naturespice.co.th/ประโยชน์
ของน้ำพริก/](http://naturespice.co.th/ประโยชน์
ของน้ำพริก/)
- บุญชม ศรีสะอาด. (2556). *วิธีการทางสถิติสำหรับการ
วิจัย เล่ม 1 (พิมพ์ครั้งที่ 5)*. กรุงเทพฯ:
สุวีริยาสาส์น.
- ราตรี เมฆวิสัย. 2551. *น้ำพริกเครื่องจิ้ม*.
กรุงเทพมหานคร: วาดศิลป์.
- พิศุทธิพร ฉ่ำใจ. (2554). *หนังสือสมุนไพร สรรพคุณ
และประโยชน์เพื่อการใช้งาน*. ดันธรรม.
- ศิริภัทร สิริบรรสพ. (2014). *สมุนไพรอาหารไทย
รักษาความสุข. วารสารวิชาการวิทยาศาสตร์
และเทคโนโลยี. อาจารย์ประจำสาขาวิชาค
หกรรมศาสตร์คณะวิทยาศาสตร์และ
เทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์*.
- สุจิตต์ สาลีพันธ์ และคณะ. (2549). *คุณภาพเกลือเสริม
ไอโอดีนในครัวเรือนของประเทศไทย*.
นนทบุรี: กองโภชนาการ กระทรวง
สาธารณสุข.
- สุปราณี หลักคำ. (2557). *น้ำพริก มรดกภูมิปัญญาทาง
วัฒนธรรม*. เข้าถึงได้จาก [http://ich.culture.
go.th/http://ich.culture.go.th/index.php/en/r
esearch/504--m-s](http://ich.culture.
go.th/http://ich.culture.go.th/index.php/en/r
esearch/504--m-s)
- สุรางค์ เรืองฉาย. 2552. *การพัฒนา น้ำพริกมะขามผสม
กระเจี๊ยบ. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัย
หอการค้าไทย. 29 (4), 88- 101.*
- อุบล ดิษฐ์สวัสดิ์. 2550. *รายงานการวิจัยน้ำพริกคัมยำกุ้ง*.
เข้าถึงได้จาก [http://www.carit.rmutk.ac.th/
ebook/ebb3/10/files/assets/basic-html/
page1.html](http://www.carit.rmutk.ac.th/
ebook/ebb3/10/files/assets/basic-html/
page1.html)
- EDTGUIDE. (2021). *“น้ำพริก” คนไทยกินมาตั้งแต่
สมัยกรุงศรีอยุธยา*. เข้าถึงได้จาก [https://
www.edtguide.com/content/insider/204094](https://
www.edtguide.com/content/insider/204094)
- Pookie Chan. (2558). *ส่วนประกอบหลักของน้ำพริก*.
เข้าถึงได้จาก <http://women.trueid.net/detail/>



ภาคผนวก จ
โปสเตอร์



น้ำพริกกากหมูสมุนไพร Thai Herbed Pork Chili Paste

คณะผู้จัดทำ นายธนัช พารอาภากุล นายธีรพล ตุกฤกษ์วัฒนกุล และ นางสาวพรพนิภา ภักธจกิตติมากุล
ภาควิชาอุตสาหกรรมอาหารท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

อาจารย์ที่ปรึกษา : อาจารย์อินต์จุฑา ไชยศรีณะ
พนักงานที่ปรึกษา : นายคุณฐา สังข์นั่ม
สถานประกอบการ : ร้านเสียวัฒร บึงทอง



ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ร้านเสียวัฒร บึงทอง จังหวัดขอนแก่นผลิตผักหมูหวาน หมูเค็ม หมูทอด เนื้อหวาน เนื้อต้มและเนื้อฝอย เป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้รับความนิยมสูงและเป็นส่วนมากร ทำให้มีส่วนของเศษหมูที่ติดมัน ที่ต้องคัดทิ้งออกเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำได้สังเกตเห็นประโชชน์ของผักหมูหรือไข่ สามารถนำไปต่อยอดทำเป็นเมนูใหม่ เพื่อเพิ่มมูลค่าได้ จึงเป็นที่มาของผลิตภัณฑ์ใหม่คือ น้ำพริกกากหมูสมุนไพร เป็นเมนูที่สามารถทานเล่นได้ ทานคู่กับข้าว หรือทานคู่กับเมนูอื่นๆ ได้อีกด้วย จากปัญหาดังกล่าว ทางคณะผู้จัดทำจึงได้มีแนวคิดที่จะทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร เพื่อเป็นการนำของเหลือใช้มาทำให้เกิดประโชชน์สูงสุดให้กับชาวร้านเสียวัฒร บึงทอง และเพื่อลดปัญหาการกำจัดขยะประเภทเนื้อสัตว์



ประโชชน์ที่ได้รับ

1. ได้นำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโชชน์สูงสุด
2. เป็นแนวทางลดของเหลือผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับสถานประกอบการ
3. ส่งเสริมความศิริมรรฐวืการแปรรูปอาหารจากกรรมนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโชชน์สูงสุด



สรุปผลการทำโครงการ

คณะผู้จัดทำได้ประเมินความพึงพอใจใน "น้ำพริกกากหมูสมุนไพร" โดยให้พนักงานในบริษัทคอยแบบสอบถาม จำนวน 30 ชุด พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อน้ำพริกกากหมูสมุนไพร โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.42 หากพิจารณาแต่ละประเด็นพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในประเด็น "มีเมนูเชิงสามารถนำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกได้เป็นอย่างดี" อยู่ในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ย 4.63 ส่วนประเด็นอื่นๆผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุดมี ประเด็น "น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีรสชาติอร่อยถูกปาก" และ "น้ำพริกกากหมูสมุนไพรมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน" มีค่าเฉลี่ยเท่ากับคือ 4.50 รองลงมาคือ "เป็นเมนูที่สร้างสรรคและแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ" มีค่าเฉลี่ย 4.37 ส่วนอันดับคือ "เป็นเมนูเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรหลากสายชนิด" และ "น้ำพริกกากหมูสมุนไพรไม่ปนน้ำมัน" โดยมีค่าเฉลี่ย 4.30 และ 4.23 ตามลำดับ



วัตถุดิบ

1. เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้มาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เกิดประโชชน์สูงสุด
2. เพื่อสร้างสรรคเป็นเมนูแปลกใหม่ต่อสถานประกอบการ
3. เพื่อศึกษาการผลิตน้ำพริกกากหมูสมุนไพรสูตรหวาน



ขั้นตอนการทำน้ำพริกกากหมูสมุนไพร

1. ถ้ามียกหมูแข็ง เหนียวอก ใต้ออกป็นและนำเส้นสายขูดลงไป ซ่อมกะหล่ำปลีหัวผักกาด
2. ซอยหอมแดง กระเทียมและจี่กัันเป็นแว่นๆเตรียมไว้
3. ตำข่าให้ละเอียด แล้วคั่วรวมพักไว้
4. ตั้งกระทะไฟต่ำไฟกลางค่อน ไปทางอ่อน ใส่น้ำมันหมูเจ็ดคนแล้วนำข่าแล้วกั้อให้มันหมูแข็งเคลือบกั้อกััน
5. เจียวมันหมูแข็ง ไปเรื่อยๆด้วยไฟกลางค่อน ไปทางอ่อน เจียวจนมันหมูแข็งเกือบแห้ง
6. เจียวจนเหลืองพอดี ใช้กระชอนคักขึ้น พักไว้สะเด็ดน้ำมัน
7. เจียวหอมแดง โดยใช้ไฟอ่อน เจียวไปเรื่อยๆ ระวังอย่าให้ไหม้ของใหม่ก่อน
8. เจียวหอมแดงจนเป็นสีเหลืองอ่อน ได้ที่ ใช้กระชอนคักขึ้นพักไว้ให้สะเด็ดน้ำมัน
9. เจียวกระเทียม โดยใช้ไฟอ่อน เจียวจนกระเทียมมีสีเหลืองอ่อน ใช้กระชอนคักขึ้นพักไว้ให้สะเด็ดน้ำมัน
10. ทอดใบมะกรูด ทอดไข่ใบกรอบทอดประมาณ 10 นาทีจนจนกิน ไปทอดจะเอาจะใหม่ได้ ใช้กระชอนคักขึ้นพักไว้สะเด็ดน้ำมัน
11. ปิดเตาแล้วนำพริกข่าไปทอด ทอดให้ทองแล้วรีบคักขึ้น ถ้าทอดนานจะทำไฟพริกไหม้และขม
12. นำข่าที่ตำละเอียดไว้แล้ว ลงมาคั่วในกระทะ ใช้ไฟอ่อนๆ คั่วจนแห้ง
13. ใต้ออกป็น แปรรูปรส น้ำตาลและพริกป่น คั่วและคนให้เข้ากัน
14. นำกระเทียมเจียว หอมเจียวและมันหมูแข็งที่เจียวไว้แล้วใส่ลงไป กั้อคั่วคั่วส่วนคนให้เข้ากัน
15. ใส่น้ำมันหมูทอดและพริกทอด กั้อคั่วคั่วให้เข้ากันแล้วปิดเตา พักไว้ให้เย็นแล้วนำไปใส่บรรจุภัณฑ์ที่เตรียมไว้





ภาคผนวก ฉ
ใบบันทึกการปฏิบัติงาน



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
1	25-29 ธ.ค. 64	-สถานประกอบการ อธิบายและนำเยี่ยมชม ชมภายในโรงงาน	พรณิศา	Good
		-อธิบายงานแต่ละรูปแบบ		
		-เรียนรู้ วิธีการผลิต	พรณิศา	
		-เรียนรู้วิธีการดูแล		Good
		-อธิบายตัวขึ้นตอนการฉีด		
		-เตรียมขึ้นตอนการฉีด		Good
		-เก็บข้อมูลจากโรงงาน (โดยหา ใบว่า) ดิจิทัลเลข	พรณิศา	
		-เรียนรู้ต่อแล้ว	พรณิศา	
		-เตรียมอุปกรณ์ในการฉีด		Good
		-ฉีดตามแบบ นำไปตาก		
		-นำของที่ทำตาก วันที่ 26 ไป อบเสร็จนำของดี วันที่ 27 นำของดี	พรณิศา	Good
		อีกที		
		2	30 ธ.ค. - 31 ธ.ค. 64	-ทดลองทำ ก้อนเนื้อ ชิ้นของ
-แกะของ แยกจากกาก				
-เตรียมอุปกรณ์ในการ	พรณิศา			Good
-นำของไปตาก (โดยหาใบว่า)				
-เก็บข้อมูลจาก โรงงาน	พรณิศา			Good
ที่ เก็บของเสร็จ				
-แกะของ				พรณิศา
-เตรียมวัตถุดิบในการ				
ของ นำไป				Good
-นำของที่ทำจาก				
เก็บ เก็บ		พรณิศา		
-นำของไป 6-7 วัน				

นำของไป 6-7 วัน



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
3	6 ก.ย. - 10 ก.ย. 64	- ชีวหน้าชนิกชน 6 แห่ง ของ ชะวาม	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		- ทักษะการสะอวด โขวงาม (ในร้านครัว)		
		- นำขนมไปฝาก (โดยหารากิน)	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		- เตรียมวัตถุดิบเพื่อทำขนม		
		- ขอบขนมหวาน		
		- 6 แห่ง ของ ชักสติก	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		- ชีวหน้าชนิก เนื้อ ตัดแต่งเนื้อ		
		- แฉะเนื้อ เตรียมวัตถุดิบไปทำกร	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		นึ่งไก่เนื้อ		
		- ชีวหน้าชนิก ไก่ต้ม เนื้อไก่	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
- แจกสติก เนื้อ				
4	15 - 19 ก.ย. 64	- ตัดแต่งเนื้อหมู เตรียมทำขนม	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		หวาน		
		- เตรียมวัตถุดิบในการทำ	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		- ชีวหน้าชนิก หน้าขนม ไข่ดาว		
		- ตัดแต่ง เนื้อหมู เตรียมทำขนม		
		เค็ม	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		- เก็บขนมจากโรงอาหาร		
		- ทอดขนม เค็ม ของหวาน		
		- แจกขนม ๑๓๖๐๐ เค็ม		
		ทอด ของหวาน ทอด ของ เค็ม	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		- ตรวจสอบความสะอาดของเนื้อ		
		- ทักษะการสะอวด โขวงาม (ในร้านครัว)	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์
		- เก็บของขาย		
		- เตรียมวัตถุดิบ ชีวหน้าชนิก		
- นำขนม ๑๐๙ ไปต้ม แล้วนำออกมา	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์		
- เตรียมวัตถุดิบ ชีวหน้าชนิก				
- นำเนื้อ ๑๐๙ แล้วนำออกมา	ทรงศักดิ์	ทรงศักดิ์		
- นำไข่เค็ม ๑๐๙ แล้วนำออกมา				



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
5	20 - 24 ก.ย. 64	- ทัดแตร์ นวล	พระพิภพ	}
		- ตรีชัย อภักดิ์ อนึ่งเนื้อเค็ม		
		- นึ่งเนื้อเค็ม หน้า ๗ ตก	พรเทพ	
		- กอดขลุ่ย นวม ขลุ่ยเค็ม		
		- กอดเนื้อ	พระพิภพ	
		- แฝก นวล แฝกเนื้อ ต้ม ตอด		
		- ตากนวล - ตากเนื้อ	พระพิภพ	
		- กอดขลุ่ย นวม กอดขลุ่ยเค็ม		
		- ไข่คัสตาร์ด ตราวจั๊น ไข่คัสตาร์ด	พระพิภพ	
		- นวล จำ สิว ไข่ นวล		
		- ทำอาหารสะตอ โรตีสาน (ส่วนเค็ม)	พระพิภพ	
		- ต้ม นวล ไข่ต้ม นวล ไข่ต้ม		
		- ไข่ต้ม ไข่ต้มเสร็จ ไข่ต้ม แล้วหั่นไข่	พระพิภพ	
		- เคี้ยว ไข่ต้ม ไข่ต้มเสร็จ แล้วหั่นไข่ไปนึ่ง		
		- กอด ขลุ่ย ไข่ต้ม	พระพิภพ	
		- ตัดแตร์ เนื้อ แฝกเนื้อ นึ่งเนื้อไป		
- นึ่ง ตากเนื้อ (ต้มหามาใหม่)				
- นึ่ง เนื้อ ตากทอด				
6	27 ก.ย. - 1 ต.ค. 64	- ทำควาสสะตอ โรตีสาน ขมิ้นคั่ว	พระพิภพ	}
		- ทำที่ บรรจุ อาหาร		
		- แฝก นวล ไข่ต้ม เนื้อ ต้ม ตอด		
		- ออกไปดู การทำงาน หน้าร้าน		
		- ล้าง ไข่ต้ม ทำนา		
		- ออกไปดู การทำงาน หน้าร้าน		
		- ล้าง ไข่ต้ม ไข่ต้ม (ทำนา)		
		- ออกไปดู การทำงาน หน้าร้าน		
		- ล้าง ไข่ต้ม ไข่ต้ม (ทำนา)		
		- ออกไปดู การทำงาน หน้าร้าน		

ล้าง ไข่ต้ม ไข่ต้ม



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
7	4-8 ต.ค. 64	- ออกไปดูการทำงาน หน้าร้าน	กิตติ	}
		สาขา อีวิล-หนาว		
		- ออกไปดูการทำงาน หน้าร้าน		
		สาขา เซอร์โง่ อีวิล-หนาว		
		- ออกไปดูการทำงาน หน้าร้าน		
		สาขา เซอร์โง่ มนุษย์		
		- ออกไปดูการทำงาน หน้าร้าน		
		สาขา ปตท ทำเงิน		} kprml
		- ออกไปดูงาน หน้าร้าน		
		สาขา อีวิล		
8	11-15 ต.ค. 64	- คุยเรื่อง อีวิล กับ กอตชอล	กิตติ	}
		- ทำขนม ผงอบ หน้าซล ผงอบ ไข่ต้ม		
		- ไข่ต้ม ผงอบ เซอร์โง่ แล้วนำไปแช่ตู้		
		- ทอดขนม ผงอบ		
		- ประชุม วิจารณ์ ครึ่งวันเช้า		
		- คุยเรื่อง แฟ้มผล 6 นี้อตาม		
		00 เบลู		
		อันชยุต		
		- คุยเรื่อง อีวิล กับ อีวิล ภาควิชา		
		6 นี้อ คิวส ปรีดิกชั่น 700 เบลู		
แต่คือ: ชนิด				
- คุยเรื่อง อีวิล กับ หน้าซล				
ไปแช่ตู้				
- คุยเรื่อง อีวิล กับ โดม				
- ทอดขนม นาน, ขนมเค็ม				
9	16-22 ต.ค. 64	- คุยเรื่อง อีวิล กับ, เบลู อีวิล และ	กิตติ	}
		6 นี้อ อีวิล กับ หน้า		
		- คุยเรื่อง อีวิล กับ		



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
		- เก็บสถิติออกอุปกรณ์ครัว ของ ในโรงงาน		}
		- ชั่งน้ำหนัก ปลา และ เนื้อ ที่ออก		
		- ศึกษาระบบ วัสดุ โรงงาน		
		- ทำความสะอาด โต๊ะ ฆ่าเชื้อ		
		- เตรียมวัตถุดิบ เครื่องปรุง		
		การชั่งน้ำหนัก ผัก		
		- ทอด ปลา ผัก		
		วันหยุด ซดเย็น วัน พักผ่อน		
10	25-29 ต.ค. 64	ลาหยุด	กษิ	
		- แยกสินค้า ซาลาเปา ไข่คน สุกตามประเภท		
		- เก็บค่าคงเหลือ โต๊ะ ฆ่าเชื้อ		
		อุปกรณ์ ภาชนะ ครัว		
		- แล่เนื้อ แล่ ปลา		
		- ทอด เนื้อ แล่ ปลา		
		- ปรุง ซุป ไข่คน		
		- เก็บ ซดเย็น		
		- เก็บ ซดเย็น ไข่คน		
		- ชั่งน้ำหนัก ปลา เนื้อ ที่ทาง โรงงาน ออก		
11	1-5 พ.ย. 64	- เตรียมอุปกรณ์ ใน ครัว ซดเย็น น้ำ ซดเย็น ตาก อบ ซดเย็น อบ เสริฟ แล่ ปลา สด	กษิ	
		- ต้ม ซดเย็น น้ำ ซดเย็น ตาก แล้ว ใส่น้ำใน เครื่อง ปรุง ซดเย็น		



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
		- ออกไปดูงาน หน้าบ้าน สาขา สัตวศาสตร์		}
		- ออกไปดูงาน หน้าบ้าน สาขา ผลิตไฟฟ้า		
		- ออกไปดูงาน หน้าบ้าน สาขา วิศวกรรม		
12	8 - 12 ม.ค. 64	- ทำกิจกรรมระดมสมองในส่วนครัว ทอดเนื้อ ขวาน และ เนื้อเค็ม เตรียมวัตถุดิบ สาขาสัตว - เช็กสต็อก แม่ไก่ผสม ตาลงคต เมื่อส่งหน้าบ้าน เนื้อสัตว์ - เตรียมวัตถุดิบ ซอส เนื้อหมู - นำเนื้อไปต้ม แล้วนำมาย่าง - นำเข้าเครื่องจักร แล้วใส่ ไป ซอส - ตัดแต่ง เนื้อหมู เตรียมทำ ซอสมะเขือเทศ - เตรียมวัตถุดิบในครัว - ซอสหมู แล้วนำไปทำ -	ธีรพล	}
		- ประชุม มัคคุเทศก์ (เรื่องไก่)		
		- ทำความสะอาด ฟาร์ม กระจก - ตากไข่ ตากเนื้อ - ทอดไข่ ทอดเนื้อ - กระจก กระจก - แม่ไก่ผสม ขวาน 6 ตัว แม่ไก่ผสม 6 ตัว เนื้อหมู - ทำความสะอาด ฟาร์ม	ธีรพล	



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
		- เตาวัลเลย์ เครื่องปรุง		}
		- น้ำมันเมล็ดพืช และเมล็ดพืชรัก		
14	22-26 พ.ค. 64	- ทำความสะอาดครัว	ชิวภา	
		- แป้งทอดกรอบ ตาม ๑๐๐ แลอร์		
		- แป้งเค้ก และ แป้งอบ		
		สาขชด		
		- ชีส นมข้น และ เนื้		
		- เตาวัลเลย์ เครื่องปรุง		
		- นมข้น และ เนื้		
		- ทอดขนมปัง ผักทอด		
		- ผักทอด และ เนื้		
		- ทำความสะอาดโต๊ะ		
		- เตาวัลเลย์ และ เนื้		
		- ชีส นมข้น และ เนื้		
		- นมข้น ผักทอด ผักทอด		
15	27 พ.ค. - 30 พ.ค. 64	- แป้งทอดกรอบ และ แป้งทอด		ชิวภา
		- แป้งทอด จากโรงงาน		
		- ทอดขนมปัง ทอด		
		- ประชุมพนักงาน		
		- ทำความสะอาดพื้นที่		
		ครัว และ นมข้น ๑๐๐		
		- แป้งทอดกรอบ แป้งทอด		
		- เตาวัลเลย์ เครื่องปรุง และ เนื้		
		- ทำความสะอาด แป้งทอด		
		ตาม ๑๐๐ แลอร์ แป้งทอด		
		- ทำความสะอาด และ เนื้		
		๑,๐๐๐ กรัม		



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
16	6-10 ต.ค. 64	วันพุธ ๖ ต.ค. ๖๔ วันศุกร์ ๘ ต.ค. ๖๔ วันเสาร์ ๙ ต.ค. ๖๔ วันอาทิตย์ ๑๐ ต.ค. ๖๔	ชัชวาล	}
		วันศุกร์ ๘ ต.ค. ๖๔ วันเสาร์ ๙ ต.ค. ๖๔ วันอาทิตย์ ๑๐ ต.ค. ๖๔		
		วันจันทร์ ๑๑ ต.ค. ๖๔ วันอังคาร ๑๒ ต.ค. ๖๔ วันพุธ ๑๓ ต.ค. ๖๔		
		วันพฤหัสบดี ๑๔ ต.ค. ๖๔ วันศุกร์ ๑๕ ต.ค. ๖๔ วันเสาร์ ๑๖ ต.ค. ๖๔		
		วันอาทิตย์ ๑๗ ต.ค. ๖๔ วันจันทร์ ๑๘ ต.ค. ๖๔ วันอังคาร ๑๙ ต.ค. ๖๔		} กฤษณ์
		วันพุธ ๒๒ ต.ค. ๖๔ วันพฤหัสบดี ๒๓ ต.ค. ๖๔ วันศุกร์ ๒๔ ต.ค. ๖๔		
		วันเสาร์ ๒๖ ต.ค. ๖๔ วันอาทิตย์ ๒๗ ต.ค. ๖๔		
		วันจันทร์ ๒๘ ต.ค. ๖๔ วันอังคาร ๒๙ ต.ค. ๖๔ วันพุธ ๓๐ ต.ค. ๖๔		
		วันพฤหัสบดี ๓๑ ต.ค. ๖๔ วันศุกร์ ๑ พฤศจิกายน ๖๔ วันเสาร์ ๒ พฤศจิกายน ๖๔ วันอาทิตย์ ๓ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันจันทร์ ๔ พฤศจิกายน ๖๔ วันอังคาร ๕ พฤศจิกายน ๖๔ วันพุธ ๖ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันพฤหัสบดี ๗ พฤศจิกายน ๖๔ วันศุกร์ ๘ พฤศจิกายน ๖๔ วันเสาร์ ๙ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันอาทิตย์ ๑๐ พฤศจิกายน ๖๔ วันจันทร์ ๑๑ พฤศจิกายน ๖๔ วันอังคาร ๑๒ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันพุธ ๑๕ พฤศจิกายน ๖๔ วันพฤหัสบดี ๑๖ พฤศจิกายน ๖๔ วันศุกร์ ๑๗ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันเสาร์ ๑๙ พฤศจิกายน ๖๔ วันอาทิตย์ ๒๐ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันจันทร์ ๒๒ พฤศจิกายน ๖๔ วันอังคาร ๒๓ พฤศจิกายน ๖๔ วันพุธ ๒๔ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันพฤหัสบดี ๒๕ พฤศจิกายน ๖๔ วันศุกร์ ๒๖ พฤศจิกายน ๖๔ วันเสาร์ ๒๗ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันอาทิตย์ ๒๘ พฤศจิกายน ๖๔ วันจันทร์ ๒๙ พฤศจิกายน ๖๔ วันอังคาร ๓๐ พฤศจิกายน ๖๔		
		วันพุธ ๓ ธันวาคม ๖๔ วันพฤหัสบดี ๓ ธันวาคม ๖๔ วันศุกร์ ๔ ธันวาคม ๖๔		
		วันเสาร์ ๖ ธันวาคม ๖๔ วันอาทิตย์ ๗ ธันวาคม ๖๔		
		วันจันทร์ ๘ ธันวาคม ๖๔ วันอังคาร ๙ ธันวาคม ๖๔ วันพุธ ๑๐ ธันวาคม ๖๔		
		วันพฤหัสบดี ๑๑ ธันวาคม ๖๔ วันศุกร์ ๑๒ ธันวาคม ๖๔ วันเสาร์ ๑๓ ธันวาคม ๖๔		
		วันอาทิตย์ ๑๔ ธันวาคม ๖๔ วันจันทร์ ๑๕ ธันวาคม ๖๔ วันอังคาร ๑๖ ธันวาคม ๖๔		
		วันพุธ ๑๗ ธันวาคม ๖๔ วันพฤหัสบดี ๑๘ ธันวาคม ๖๔ วันศุกร์ ๑๙ ธันวาคม ๖๔		
		วันเสาร์ ๒๑ ธันวาคม ๖๔ วันอาทิตย์ ๒๒ ธันวาคม ๖๔		
		วันจันทร์ ๒๓ ธันวาคม ๖๔ วันอังคาร ๒๔ ธันวาคม ๖๔ วันพุธ ๒๕ ธันวาคม ๖๔		
		วันพฤหัสบดี ๒๖ ธันวาคม ๖๔ วันศุกร์ ๒๗ ธันวาคม ๖๔ วันเสาร์ ๒๘ ธันวาคม ๖๔		
		วันอาทิตย์ ๒๙ ธันวาคม ๖๔ วันจันทร์ ๓๐ ธันวาคม ๖๔ วันอังคาร ๓๑ ธันวาคม ๖๔		

ภาคผนวก ช
ประวัติผู้จัดทำ



ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อนักศึกษา : นางสาวพรรณนิภา ภัทรจิตติมากุล

รหัสนักศึกษา : 6104400001

ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะ : ศิลปศาสตร์

ที่อยู่ : 111 ซอยเทอดไท แขวงบางแค เขตบางแค

กทม. 10160



ชื่อนักศึกษา : นายธนัช พารอากาศ

รหัสนักศึกษา : 6104420004

ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะ : ศิลปศาสตร์

ที่อยู่ : 184/7 ถ.ราชวิถี ต.พระปฐมเจดีย์ อ.เมืองนครปฐม

จ.นครปฐม 73000



ชื่อนักศึกษา : นายธีรพล สุภกิจจวนิชกุล

รหัสนักศึกษา : 6104420005

ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะ : ศิลปศาสตร์

ที่อยู่ : 184/7 ถ.ราชวิถี ต.พระปฐมเจดีย์ อ.เมืองนครปฐม

จ.นครปฐม 73000