



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ซอสรากูสับปะรด

Pineapple Ragu Sauce

โดย

นางสาวกัญญารัตน์ น้อยประชา 6004400154

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา
ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม
ภาคการศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2564

หัวข้อโครงการ ซอสรากลับประด
(Pineapple Ragu Sauce)
รายชื่อผู้จัดทำ นางสาวกัญญารัตน์ น้อยประชา 6004400154
ภาควิชา อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์ยุวริน ศรีปาน

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาภาควิชาอุตสาหกรรม
การท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ประจำปีการศึกษาที่ 2
ปีการศึกษา 2564



คณะกรรมการสอบโครงการ

.....
(อาจารย์ยุวริน ศรีปาน)

.....
(คุณจิรายุทธ วิจารณ์)

.....
(คุณธันยบุรณ์ มากสวนปาน)

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มารุจ ลิ้มปะวัฒน์นะ)

ชื่อโครงการ	: ซอสรากูสับปะรด
หน่วยกิต	: 5
ผู้จัดทำ	: นางสาวกัญญารัตน์ น้อยประชา
อาจารย์ที่ปรึกษา	: อาจารย์ยุวริน ศรีปาน
ระดับการศึกษา	: ปริญญาตรี
สาขาวิชา	: อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
คณะ	: ศิลปศาสตร์
ภาคการศึกษา / ปีการศึกษา	: 2/2564

บทคัดย่อ

โครงการสหกิจศึกษาเรื่องซอสรากูสับปะรด จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการลดต้นทุนการผลิตและเพื่อสร้างสรรค์นำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

ผู้จัดทำได้ทำการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจโดยประเมินจากแบบสอบถามกับพนักงานภายในโรงแรมเป็นจำนวน 25 คน ผลของแบบสอบถามที่มีต่อซอสรากูสับปะรดพบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 มีอายุระหว่าง 21 – 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 84.00 ระดับการศึกษาปริญญาตรีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 68.00 และแผนงานครัวร้อนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 28.00 ซึ่งผลสรุปจากตารางค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการซอสรากูสับปะรด มีระดับความพึงพอใจรวมอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 4.53 โดยคะแนนหัวข้อสามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้ ได้รับคะแนนความพึงพอใจระดับมากที่สุดในการคะแนนเฉลี่ย 4.84 รองลงมาคือหัวข้อลักษณะโดยรวมของซอสความพึงพอใจระดับมากที่สุดในการคะแนนเฉลี่ย 4.64 และลำดับถัดมาคือหัวข้อช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริงความพึงพอใจระดับมากที่สุดในการคะแนนเฉลี่ย 4.60

คำสำคัญ : ซอสรากู / สับปะรด / มะเขือเทศ

Project Title : Pineapple Ragu Sauce
Credits : 5
By : Miss Kunyaratr Noypracha
Advisor : Miss Yuvarin Sripan
Degree : Bachelor of Arts
Major : Tourism and Hospitality Industry
Faculty : Liberal Arts
Semester / Academic year : 2/2021

Abstract

The Cooperative Education Project of Pineapple Ragu Sauce was created to use the leftover raw materials for benefits, reduce production costs, and create products for the Pathumwan Princess Hotel.

The author surveyed opinions and satisfaction assessed from a questionnaire with 25 hotel staff. The results of the questionnaire on pineapple ragu sauce found that most were female, 15 people, representing 60.00 percent. Aged between 21 and 40 accounted for 84.00 percent, with a bachelor's degree at 68.00 percent, and mostly worked in the hotel kitchen department, accounting for 28.00 percent. The results from the table of mean and standard deviation of satisfaction showed that the pineapple ragu sauce project had the highest overall satisfaction level, representing an overall average of 4.53. The score of can lessen the amount of waste generated in the kitchen department received the highest level of satisfaction with an average score of 4.84, followed by the overall characteristics of the sauce, the highest level of satisfaction with an average score of 4.64, and truly reducing internal costs or expenses, the highest level of satisfaction with an average score of 4.60.

Keywords: ragu sauce, pineapple, tomato

Approved by

.....

กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ตั้งแต่วันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565 เป็นช่วงเวลาที่ทำให้ผู้จัดทำได้รับความรู้ และประสบการณ์ต่าง ๆ มากมาย สำหรับโครงการสหกิจศึกษานี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่าย ดังนี้

1. คุณจิรายุทธ วิจารณ์ พนักงานที่ปรึกษา
2. อาจารย์ยุวริน ศรีปาน อาจารย์ที่ปรึกษา

และบุคคลท่านอื่น ๆ ที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำและช่วยเหลือในการจัดทำรายงาน

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็น ที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและความเข้าใจกับชีวิตของ การทำงานจริงซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ

นางสาวกัญญารัตน์ น้อยประชา

29 มิถุนายน 2565

สารบัญ

จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์.....	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ.....	2
1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	2
บทที่ 2 รายละเอียดการปฏิบัติงานในสถานประกอบการ	
2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ	3
2.2 ลักษณะการประกอบการผลิตภัณฑ์ การให้บริการหลักขององค์กร	3
2.3 การให้บริการห้องพัก.....	4
2.4 ห้องอาหารและบาร์.....	9
2.5 ห้องประชุมสัมมนาและการจัดเลี้ยง.....	13
2.6 สิ่งอำนวยความสะดวก.....	17
2.7 รูปแบบการจัดการองค์การและการบริหารงานของแผนกครัว.....	19
2.8 ตำแหน่งงานที่ได้รับมอบหมาย.....	19
2.9 ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย.....	20
2.10 ชื่อและตำแหน่งพนักงานที่ปรึกษา.....	20
2.11 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน.....	21
2.12 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน.....	22
2.13 สรุปผลการดำเนินงานสหกิจ.....	22
2.14 ปัญหาและข้อเสนอแนะการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....	23
บทที่ 3 ทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
3.1 ขอสรากู	24
3.2 วัตถุประสงค์ที่ใช้ในการทำขอสรากู.....	25
3.3 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	35

สารบัญ (ต่อ)

บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงาน

4.1 รายละเอียดการปฏิบัติงาน.....	36
4.2 วัตถุประสงค์และอุปกรณ์การทำขอสรุกล้างประวัติ.....	36
4.3 ขั้นตอนการทำขอสรุกล้างประวัติ.....	37
4.4 รายการต้นทุนการทำขอสรุกล้างประวัติ.....	40
4.5 สรุปข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม.....	40

บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการจัดทำโครงการสหกิจศึกษา.....	44
5.1.1 สรุปโครงการ.....	44
5.1.2 ปัญหาที่พบในโครงการ.....	44
5.1.3 การแก้ปัญหาและข้อเสนอแนะในการทำโครงการ.....	45

บรรณานุกรม

ภาคผนวก

- ภาคผนวก ก ภาพการปฏิบัติงาน
- ภาคผนวก ข ตัวอย่างแบบสอบถาม
- ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา
- ภาคผนวก ง บทความวิชาการ
- ภาคผนวก จ โปสเตอร์
- ภาคผนวก ฉ ประวัติผู้จัดทำ

สารบัญตาราง

ตารางที่ 2.1 แสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของ โครงการ.....	44
ตารางที่ 4.1 การคำนวณต้นทุนขอตราวุธลับประจำ.....	44
ตารางที่ 4.2 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ.....	41
ตารางที่ 4.3 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ.....	41
ตารางที่ 4.4 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษาสูงสุด.....	41
ตารางที่ 4.5 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแผนกงาน.....	42
ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการ.....	43



สารบัญรูปภาพ

รูปที่ 2.1 โรงแรมปทุมวัน ปริ้นเซส	3
รูปที่ 2.2 สัญลักษณ์ของโรงแรมปทุมวัน ปริ้นเซส	4
รูปที่ 2.3 แผนที่ของโรงแรมปทุมวัน ปริ้นเซส.....	4
รูปที่ 2.4 Deluxe Classic	5
รูปที่ 2.5 Grand Deluxe.....	5
รูปที่ 2.6 Grand Deluxe Corner.....	6
รูปที่ 2.7 Executive Suite.....	6
รูปที่ 2.8 ExecuPlus Suite.....	7
รูปที่ 2.9 Horizon Suite.....	7
รูปที่ 2.10 Executive Terrace Suite.....	8
รูปที่ 2.11 Horizon Terrace Suite.....	8
รูปที่ 2.12 Citi Bistro.....	9
รูปที่ 2.13 Kongju Korean Restaurant.....	9
รูปที่ 2.14 Terrazza Italian Restaurant.....	10
รูปที่ 2.15 Ping's Thai Teochew Seafood Restaurant.....	10
รูปที่ 2.16 Ping's Hotpot Restaurant.....	11
รูปที่ 2.17 Tatsumi Japanese Restaurant.....	11
รูปที่ 2.18 t@Lobby.....	12
รูปที่ 2.19 Studio Bar.....	12
รูปที่ 2.20 Jamjuree Ballroom.....	13
รูปที่ 2.21 Jamjuree 1-2	13
รูปที่ 2.22 Executive Junction.....	14
รูปที่ 2.23 Pisa.....	14
รูปที่ 2.24 Outdoor Space	15
รูปที่ 2.25 Outdoor Space.....	15
รูปที่ 2.26 Club Lounge.....	16
รูปที่ 2.27 Business Center.....	16
รูปที่ 2.28 The Olympic Club.....	17

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

รูปที่ 2.29 Swimming Pool.....	17
รูปที่ 2.30 Bangkok Spa.....	18
รูปที่ 2.31 Bangkok Anti-Aging Center (B.A.A.C)	18
รูปที่ 2.32 รูปแบบการจัดการองค์การและการบริหารงานของแผนกครัว.....	19
รูปที่ 2.33 นักศึกษาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....	19
รูปที่ 2.34 พนักงานที่ปรึกษา	20
รูปที่ 3.1 ซอสรากู.....	25
รูปที่ 3.2 สับปะรด	26
รูปที่ 3.3 มะเขือเทศ.....	27
รูปที่ 3.4 หอมหัวใหญ่.....	28
รูปที่ 3.5 แครอท	28
รูปที่ 3.6 เนื้อหมู.....	29
รูปที่ 3.7 หมูสับ	30
รูปที่ 3.8 น้ำมันมะกอก.....	31
รูปที่ 3.9 เกลือบริโกล.....	32
รูปที่ 3.10 พริกไทย.....	33
รูปที่ 3.11 น้ำส้มสายชู.....	34
รูปที่ 3.12 กานพลู.....	35
รูปที่ 4.1 ใช้เครื่องปั่นยิมะเขือเทศ.....	37
รูปที่ 4.2 ปรงรสด้วยเกลือ น้ำตาล น้ำส้มสายชู อบเชย กานพลู	37
รูปที่ 4.3 นำไปเคี่ยวให้งวดขึ้น.....	38
รูปที่ 4.4 ผัดสับปะรด แครอท หัวหอม และหมูสับ จนค่อนข้างสุก.....	38
รูปที่ 4.5 ใส่ซอสมะเขือเทศที่ได้ทำเตรียมไว้ลงไป.....	39
รูปที่ 4.6 ผัดส่วนผสมทั้งหมดจนเข้ากัน.....	39

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส (Pathumwan Princess Hotel) ตั้งอยู่ที่ใจกลางเมืองกรุงเทพมหานคร ภายในห้องพักของโรงแรมมีการตกแต่งแบบทันสมัยและมีบรรยากาศความเป็นไทยผสมผสานกันอย่างมีเอกลักษณ์ บริเวณโรงแรมอยู่ติดกับศูนย์การค้าเอ็มบีเคเซ็นเตอร์ ซึ่งเป็นศูนย์การค้าขนาดใหญ่ และอยู่ใกล้กับศูนย์การค้าอีกหลายแห่ง อาทิ สยามพารากอน สยามสแควร์ เซ็นทรัล เวิลด์ อีกทั้งยังใกล้เคียงกับสถานที่ท่องเที่ยว สถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์และศาสนา ทำให้โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ได้รับความสนใจและมีผลการตอบรับที่ดีจากนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างชาติ

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้าไปปฏิบัติสหกิจศึกษาที่โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ในแผนกครัว ในระยะเวลาหนึ่งนั้นทางผู้จัดทำได้สังเกตเห็นปัญหาในแผนกคือ ในแต่ละวันทางโรงแรมได้มีการทำอาหารเพื่อนำไปบริการให้กับลูกค้า แต่หลังจากที่นำไปบริการให้กับลูกค้าแล้วยังคงมีวัตถุดิบคงเหลือเช่น สับปะรดหลงเหลือเป็นจำนวนมาก และมะเขือเทศที่ย่างเหลือใช้และทางโรงแรมเองจะไม่นำของที่เหลือไปบริการให้ลูกค้าซ้ำ หากปล่อยทิ้งไว้นานวัตถุดิบจะเน่าเสีย และทำให้เกิดเป็นขยะได้

ผู้จัดทำได้ปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาว่ามีความสนใจจะนำเอาสับปะรดและมะเขือเทศที่ย่างเหลือมาพัฒนาและแปรรูปเป็นซอสราгу หรือซอสโบลเนสให้มีความน่าสนใจ โดยการแปรรูปมะเขือเทศย่างเป็นซอสมะเขือเทศสำหรับการทำเป็นซอสราгу และเพิ่มความแปลกใหม่ทางเนื้อสัมผัสของซอสที่โดยใช้สับปะรดเป็นตัวช่วย ซึ่งการจัดทำโครงการนี้สามารถนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ภายในแผนกครัวมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่เพื่อไม่ทำให้เกิดขยะเพิ่มขึ้น และอีกทั้งยังเป็นการลดต้นทุนของแผนกครัวได้อีกด้วย

1.2 วัตถุประสงค์

- 1.2.1 เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และลดต้นทุนการผลิต
- 1.2.2 เพื่อสร้างสรรค์นำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับสถานประกอบการ

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่

โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส (Pathumwan Princess Hotel) แผนกครัว

1.3.2 ขอบเขตด้านประชากร

การเลือกกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลในครั้งนี้เป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง โดยใช้กลุ่มตัวอย่างพนักงานภายใน โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส และผู้ให้บริการหรือลูกค้าภายใน โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

1.3.3 ขอบเขตด้านเวลา

เก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินงานตั้งแต่วันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565 รวมระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์

1.3.4 ขอบเขตด้านข้อมูลเนื้อหา

ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการแปรรูปอาหารให้เป็นซอสราгу โดยทำการศึกษา ขั้นตอนการถนอมอาหารรวมถึงวิธีการทำว่ามีขั้นตอนอย่างไรจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้ง งานวิจัย หนังสือ บทความ และสื่อออนไลน์

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.4.1 ช่วยลดรายจ่ายในกระบวนการผลิต และนำวัตถุดิบมาสร้างสรรค์

1.4.2 สามารถใช้วัตถุดิบที่เหลือใช้มาเป็นส่วนประกอบอาหารรายการอื่น ๆ ได้

1.4.3 นำมาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับสถานประกอบการได้

บทที่ 2

รายละเอียดการปฏิบัติงานในสถานประกอบการ

2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ

ชื่อสถานประกอบการ	: โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส : (Pathumwan Princess Hotel)
สถานที่ตั้ง	: 444 เอ็มบีเคเซ็นเตอร์ ถนนพญาไท แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
เบอร์โทรศัพท์	: (+66) 2216 3700
เว็บไซต์	: www.pprincess.com

โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส เปิดให้บริการตั้งแต่ปีพ.ศ. 2539 เป็นโรงแรมระดับ 5 ดาว ตั้งอยู่ย่านใจกลางกรุงเทพมหานคร บริเวณโรงแรมติดกับศูนย์การค้าเอ็มบีเคเซ็นเตอร์ใกล้กับแหล่งช้อปปิ้งและสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์และศาสนา การเดินทางมาที่โรงแรมนั้นมาได้สะดวกสบายด้วยรถไฟฟ้า รถไฟใต้ดิน หรือรถโดยสารประจำทาง

2.2 ลักษณะการประกอบการผลิตภัณฑ์ การให้บริการหลักขององค์กร

โรงแรมมีทั้งหมด 29 ชั้น มีการให้บริการด้านต่าง ๆ เช่น มีห้องพักให้บริการ 455 ห้อง ห้องอาหารและบาร์ ห้องประชุม ศูนย์ออกกำลังกาย และสปา โรงแรมเปิดให้เช็คอินเวลา 15.00 น. – 23.00 น. เช็กเอาท์เวลา 12.00 น. กลุ่มลูกค้าหลัก ได้แก่ ลูกค้าจากประเทศออสเตรเลีย สิงคโปร์ฮ่องกง และอังกฤษ กลุ่มลูกค้ารอง ได้แก่ กลุ่มลูกค้าที่มีการสำรองห้องพักผ่านระบบอินเทอร์เน็ต ลูกค้าที่พักระหว่างเชื่อมต่อสายการบิน ลูกค้าที่มีฤดูกาลท่องเที่ยวในบางช่วงของปี และกลุ่มลูกค้าที่ไม่เคยใช้บริการแต่มีศักยภาพในการใช้จ่าย เช่น ประเทศจีนและกลุ่มประเทศทางยุโรป



รูปที่ 2.1 โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

ที่มา : <https://www.choowap.com/th/hotel/pathumwan-princess-hotel>



รูปที่ 2.2 สัญลักษณ์ของ โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

ที่มา : <https://www.facebook.com/PathumwanPrincessHotel/>



รูปที่ 2.3 แผนที่ของ โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

ที่มา : <https://th.readme.me/p/22512>

2.3 การให้บริการห้องพัก

ห้องพักภายในโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซสทั้งหมดตกแต่งบรรยากาศด้วยความหรูหราและความทันสมัยผสมผสานกับความเป็นไทยอย่างลงตัว พร้อมกับการให้บริการสิ่งอำนวยความสะดวกครบครันคุณภาพสูง และรับชมวิวใจกลางกรุงเทพมหานครที่สวยงาม ในแต่ละห้องพักออกแบบมาให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการเข้าใช้งานและตอบสนองความต้องการของผู้เข้าพัก ทุกห้องพักเป็นห้องพักแบบห้ามสูบบุหรี่ทั้งหมดและสามารถเข้าพักได้สูงสุด 2 ท่านพร้อมเด็ก 2 คน

2.3.1 Deluxe Classic

ดีลักซ์ คลาสสิก ห้องพักขนาด 33 ตารางเมตร ตกแต่งด้วยโทนสีอ่อนสบายตา เน้นภาพวาดบรรยายสถานที่สำคัญในกรุงเทพฯ ให้บรรยากาศผ่อนคลายตกแต่งด้วยเฟอร์นิเจอร์ หูหระและทันสมัย มีเตียงคิงไซส์และเตียงคู่ เหมาะสำหรับครอบครัวที่ต้องการความผ่อนคลาย



รูปที่ 2.4 Deluxe Classic

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=rooms>

2.3.2 Grand Deluxe

แกรนด์ ดีลักซ์ ห้องพักขนาด 36 ตารางเมตร ภายในห้องพักเปรียบเสมือน โอเอซิส ที่หรูหราของกรุงเทพฯผสมผสานการตกแต่งที่สวยงาม หน้าต่างภาพกว้างเปิดรับแสงธรรมชาติ เน้นภาพวาดบรรยายสถานที่สำคัญในกรุงเทพฯ ภายในห้องอาบน้ำประกอบด้วยอ่างอาบน้ำและ ตู้อาบน้ำฝักบัวแบ่งพื้นที่เป็นสัดส่วน มีเตียงแบบคิงไซส์



รูปที่ 2.5 Grand Deluxe

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=rooms>

2.3.3 Grand Deluxe Corner

แกรนด์ ดีลักซ์ คอร์เนอร์ ห้องพักขนาด 42 ตารางเมตร ภายในห้องพักให้ความรู้สึกเหมือนอยู่ที่บ้าน ตกแต่งด้วยความหรูหรา สะดวกสบายมองเห็นวิวเส้นขอบฟ้ารอบด้าน แล ะ ะ ภา ย ใ น ห้องอาบน้ำประกอบด้วยอ่างอาบน้ำและตู้อาบน้ำฝักบัวแบ่งพื้นที่เป็นสัดส่วน มีเตียงคิงไซส์และเตียงคู่ เหมาะสำหรับผู้เข้าพักแบบครอบครัว



รูปที่ 2.6 Grand Deluxe Corner

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=rooms>

2.3.4 Executive Suite

เอ็กซ์คูทีฟ สวีท ห้องพักขนาด 67 ตารางเมตร ภายในห้องพักมีทั้งห้องนอนและห้องนั่งเล่นแบ่งพื้นที่เป็นสัดส่วนพร้อมโต๊ะทำงานขนาดใหญ่และได้รับบริการเช็คอินและเช็คเอาท์ด่วนแบบส่วนตัวเพื่อความสะดวกของผู้เข้าพัก มีเตียงแบบคิงไซส์ เหมาะสำหรับผู้เข้าพักที่ต้องการความเป็นส่วนตัวทั้งด้านการทำงานและการพักผ่อน



รูปที่ 2.7 Executive Suite

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=suites>



2.3.5 ExecuPlus Suite

เอ็กซ์คิวพลัส สวิต ห้องพักขนาด 72 ตารางเมตร เปิดให้บริการที่ชั้น 9 และ 14 ภายในห้องพักมีทั้งห้องนอนและห้องนั่งเล่นแบ่งพื้นที่เป็นสัดส่วน มีโต๊ะทำงานขนาดใหญ่และได้รับบริการเช็คอินและเช็คเอาท์ด่วนแบบส่วนตัวพร้อมบริการพอบ้าน มีเตียงคิงไซส์และเตียงคู่เหมาะสำหรับนักธุรกิจและครอบครัวที่ต้องการความเป็นส่วนตัว



รูปที่ 2.8 ExecuPlus Suite

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=suites>

2.3.6 Horizon Suite

ฮอไรซัน สวิต ห้องพักขนาด 77 ตารางเมตร ตำแหน่งห้องอยู่ที่มุมที่ชั้นสูงสุดของโรงแรม ตกแต่งด้วยโทนสีอ่อนด้วยสไตล์ทันสมัย ให้ความสะดวกสบายกับผู้เข้าพักให้ความรู้สึกว่า “เหมือนกับอยู่กับอยู่ที่บ้าน” มีบริการพอบ้านและการเช็คอินและเช็คเอาท์ด่วนแบบส่วนตัว มีเตียงแบบคิงไซส์ เหมาะสำหรับผู้เข้าพักที่ชอบการผ่อนคลาย



รูปที่ 2.9 Horizon Suite

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=suites>



2.3.7 Executive Terrace Suite

เอ็กซ์คูทีฟ เทอเรซ สวีท ห้องพักขนาด 120 ตารางเมตร อยู่ที่ชั้นบนสุดของ โรงแรม ตกแต่งด้วยความหรูหราเป็นพิเศษ มีพื้นที่นั่งเล่นและห้องนอนแบ่งเป็นสัดส่วนมีลานสวน พ อ ม อ่างจากุชชีและฝักบัวกลางแจ้งในบรรยากาศส่วนตัวและเงียบสงบ มีบริการพ่อบ้านและการเช็คอิน และเช็คเอาต์ด่วนแบบส่วนตัว มีเตียงแบบคิงไซส์



รูปที่ 2.10 Executive Terrace Suite

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=suites>

2.3.8 Horizon Terrace Suite

ฮอไรซัน สวีท ห้องพักขนาด 155 ตารางเมตร ตั้งอยู่บนชั้นที่ 29 มีพื้นที่ ระเบียงสวนส่วนตัวที่มีอ่างจากุชชี ฝักบัวกลางแจ้งและเตียงอาบแดดพร้อมการชมวิวเส้นขอบฟ้า ของกรุงเทพฯ มีบริการพ่อบ้านและการเช็คอินและเช็คเอาต์ด่วนแบบส่วนตัว มีเตียงแบบคิงไซส์ เหมาะสำหรับผู้บริหาร คู่รักฮันนีมูน และผู้ที่รักความสงบและ โรแมนติก



รูปที่ 2.11 Horizon Terrace Suite

ที่มา : <https://www.pprincess.com/accommodation.html?type=suites>



2.4 ห้องอาหารและบาร์

2.4.1 CiTi BiSTRo

ห้องอาหารซีที บิสโตร ตั้งอยู่ที่ชั้น G เปิดให้บริการอาหารเช้า อาหารกลางวัน และอาหารเย็น มีเมนูบุฟเฟ่ต์อาหารค่ำไทยและนานาชาติหลากหลายเมนูทานได้ไม่อั้น



5

รูปที่ 2.12 Citi Bistro

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/citi-bistro.html>

2.4.2 Kongju Korean Restaurant

ห้องอาหารคองจู ตั้งอยู่ที่ชั้น 2 ให้บริการอาหารเกาหลีทั้งแบบบุฟเฟ่ต์และ A la carte โดยจะเป็นการบริการบาร์บีคิวบุฟเฟ่ต์รสชาติตามฉบับต้นตำรับอาหารเกาหลี



รูปที่ 2.13 Kongju Korean Restaurant

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/kongju-korean-restaurant.html>

2.4.3 Terrazza Italian Restaurant

ห้องอาหารอิตาลี เทอเรซซา ให้บริการอาหารอิตาลีโดยเชฟชาวอิตาลี เน้นการปรุงอาหารแบบดั้งเดิมต้นตำรับที่ผสมผสานกันอย่างลงตัวกับบรรยากาศริมสระว่ายน้ำ ชั้น 8 ของโรงแรม นอกจากนี้เมนูของห้องอาหารเทอเรซซายังเข้ากับไวน์ที่มีให้เลือกอย่างหลากหลาย



รูปที่ 2.14 Terrazza Italian Restaurant

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/terrazza-italian-restaurant.html>

2.4.4 Ping's Thai Teochew Seafood Restaurant

ห้องอาหารปิง ไทย-แต้จิ๋ว ซีฟู๊ด เป็นสาขาของภัตตาคารจีนชื่อดังชื่อร้านว่า ปิง หุฉลาม ห้องอาหารนี้เปิดให้บริการอาหารจีนแต้จิ๋ว มีจุดเด่นอยู่ที่ชูปน้ำแดงรสชาติเข้มข้นและรสชาติอาหารที่ไม่เลี่ยน ภายในห้องอาหารตกแต่งแบบจีน โมเดิร์น และห้องครัวเป็นครัวแบบเปิด ให้ลูกค้ามองเห็นวิธีปรุงอาหารอย่างใกล้ชิด ห้องอาหารปิงเปิดให้บริการที่ชั้น 2



รูปที่ 2.15 Ping's Thai Teochew Seafood Restaurant

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/pings-thai-teochew-seafood-restaurant.html>

2.4.5 Ping's Hotpot Restaurant

ห้องอาหารปิง ฮอทพอต ให้บริการอาหารหม้อไฟสไตล์จีน มีเอกลักษณ์อยู่ที่
การใช้น้ำซุปรสเข้มข้นที่ปรุงขึ้นอย่างพิถีพิถัน เปิดให้บริการที่ชั้น 2



รูปที่ 2.16 Ping's Hotpot Restaurant

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/pings-hotpot-restaurant.html>

2.4.6 Tatsumi Japanese Restaurant

ห้องอาหารญี่ปุ่น ทตสึมิ ให้บริการอาหารญี่ปุ่นแบบดั้งเดิมรสชาติต้นตำรับ พร้อม
บรรยากาศแบบสบายและเป็นกันเอง เปิดให้บริการที่ชั้น 2

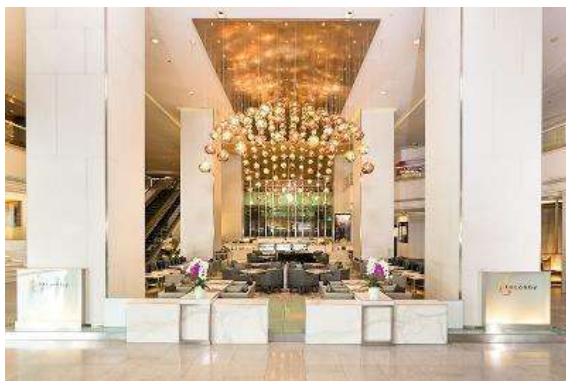


รูปที่ 2.17 Tatsumi Japanese Restaurant

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/tatsumi-japanese-restaurant.html>

2.4.7 t@Lobby

ที แอท ล็อบบี้ ชั้น G เป็นร้านกาแฟที่มีตกแต่งให้มีบรรยากาศแบบหรูหราและดูดี มีเก้าอี้ให้นั่งจับเครื่องดื่มชาและกาแฟไปพร้อมกับการทานเบเกอรี่รสชาติดี



รูปที่ 2.18 t@Lobby

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/tlobby.html>

2.4.8 Studio Bar

สตูดิโอ บาร์ ให้บริการค็อกเทลและเครื่องดื่มนำเข้าสู่ชั้นดี มีบริการชมการถ่ายทอดสดการแข่งขันกีฬาพร้อมกับการผ่อนคลายไปกับดนตรีแจ๊สสด เปิดให้บริการที่ชั้น G



รูปที่ 2.19 Studio Bar

ที่มา : <https://www.pprincess.com/dining/studio-bar.html>

2.5 ห้องประชุมสัมมนาและการจัดเลี้ยง

2.5.1 Jamjuree Ballroom

ห้องจามจรี บอลรูม ชั้น M แบ่งออกเป็น 2 ห้องคือ จามจรี A และจามจรี B รองรับแขกได้ 150 ท่านต่อห้อง เมื่อรวมเป็นพื้นที่ห้องเดียวกันจะรองรับแขกได้สูงสุด 300 ท่าน เหมาะสำหรับงานที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ



รูปที่ 2.20 Jamjuree Ballroom

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/meetings/jamjuree-ballroom.html>

2.5.2 Jamjuree 1-2

ห้องจามจรี 1 และจามจรี 2 สามารถรองรับแขกได้สูงสุด 150 ท่าน ห้องจามจรีเปิดให้บริการบนชั้น M



รูปที่ 2.21 Jamjuree 1-2

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/meetings/jamjuree-1-2.html>

2.5.3 Executive Junction

ห้องเอ็กsekคิวทีฟ จังค์ชั่น ออกแบบมาพร้อมกับความสะดวกสำหรับการจัดเลี้ยง ที่ครบครันมีพื้นที่ครัวพร้อมให้บริการ สามารถรองรับแขกได้ไม่เกิน 120 ท่าน



รูปที่ 2.22 Executive Junction

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/meetings/executive-junction.html>

2.5.4 Pisa

ห้องป๊อซ่า ห้องสัมมนาสไตล์อิตาลีรองรับแขกได้ไม่เกิน 30 ท่าน เปิดให้บริการ ที่ชั้น 8 ของโรงแรม



รูปที่ 2.23 Pisa

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/meetings/pisa.html>

2.5.5 Outdoor Space

ห้องจัดงานบริเวณภายนอก “วิสตา เทอเรซ (Vista Terrace) ” เปิดให้บริการอยู่ที่ชั้น 8 ให้บรรยากาศความเป็นส่วนตัวและสามารถมองเห็นวิวความสวยงามของกรุงเทพมหานครได้เหมาะสำหรับการจัดงานแต่งงาน งานปาร์ตี้ และงานต้อนรับ



รูปที่ 2.24 Outdoor Space

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/meetings/outdoor-space.html>



รูปที่ 2.25 Outdoor Space

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/meetings/outdoor-space.html>

2.5.6 Club Lounge

คลับเลานจ์ เปิดให้แขกทุกท่านเข้ามาพักผ่อนภายในในบรรยากาศที่เงียบสงบและเป็นส่วนตัว โดยคลับเลานจ์จะเปิดให้บริการอยู่ที่ชั้น G



รูปที่ 2.26 Club Lounge

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/business/club-lounge.html>

2.5.7 Business Center

Business Center ชั้น 2 ของโรงแรม ครอบคลุมด้วยอุปกรณ์ระดับพรีเมียมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัย มีบริการเลขาส่วนตัว บริการแปลและอื่น ๆ ในสภาพแวดล้อมที่มีความเป็นส่วนตัวและสะดวกสบาย ตอบโจทย์สำหรับนักธุรกิจ



รูปที่ 2.27 Business Center

ที่มา : <https://www.pprincess.com/meetings-conferences/business/business-center.html>

2.6 สิ่งอำนวยความสะดวก

2.6.1 The Olympic Club

ดิ โอลิมปิก คลับ เป็นศูนย์ฟิตเนสที่พร้อมด้วยอุปกรณ์เพื่อการออกกำลังกายที่หลากหลายมากกว่า 100 ชนิด และหลากหลายกิจกรรมกีฬา เช่น ปั่นจักรยานในร่ม วิ่ง แอโรบิก มวยไทย เทนนิส แบดมินตัน บาสเก็ตบอล พร้อมทั้งมีเทรนเนอร์ผู้เชี่ยวชาญคอยให้ความช่วยเหลือ มีห้องอาบน้ำแยกชายหญิงและล็อกเกอร์ส่วนตัว ศูนย์ฟิตเนสนี้เปิดให้บริการในชั้นที่ 8



รูปที่ 2.28 The Olympic Club

ที่มา : <https://th.readme.me/p/37260>

2.6.2 Swimming Pool

สระว่ายน้ำระบบเกลือขนาด 25 เมตร ความลึก 1.30 เมตร เปิดให้บริการที่ชั้น 8



รูปที่ 2.29 Swimming Pool

ที่มา : <https://www.pprincess.com/wellness.html>

2.6.3 Bangkok Spa

บังกอกสปา ฟิ้นฟูจิตใจเพิ่มความผ่อนคลายด้วยการนวดโดยหมอนวดมืออาชีพ เปิดให้บริการชั้นที่ 8



รูปที่ 2.30 Bangkok Spa

ที่มา : <https://www.pprincess.com/wellness/bangkok-spa.html>

2.6.4 Bangkok Anti-Aging Center (B.A.A.C)

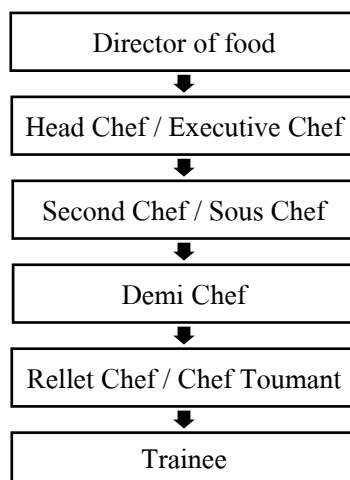
Bangkok Anti-Aging Center ศูนย์ดูแลและฟื้นฟูสุขภาพแบบครบวงจร รักษาแบบ มุ่งเน้นการหาสาเหตุของความเจ็บป่วยมากกว่าการรักษาตามอาการ เปิดให้บริการที่ชั้น 8



รูปที่ 2.31 Bangkok Anti-Aging Center (B.A.A.C)

ที่มา : <https://www.pprincess.com/wellness.html>

2.7 รูปแบบการจัดการองค์การและการบริหารงานของแผนกครัว



รูปที่ 2.32 รูปแบบการจัดการองค์การและการบริหารงานของแผนกครัว

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

2.8 ตำแหน่งงานที่ได้รับมอบหมาย



รูปที่ 2.33 นักศึกษาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

- ชื่อผู้ปฏิบัติงาน : นางสาวกัญญารัตน์ น้อยประชา
 ตำแหน่ง : นักศึกษาฝึกงานหน่วยปฏิบัติงานแผนกครัว
 ระยะเวลาปฏิบัติงาน : ระหว่างวันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565

2.9 ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย

ลักษณะงานที่ผู้จัดทำได้รับมอบหมาย มีดังนี้

- 1) งานส่วนแรกที่ได้รับมอบหมายคือ การปรุงไข่ออมเล็ต (Omelette) และการเติมไลน์อาหารบุฟเฟต์ เช่น ข้าวต้ม ข้าวผัด ผัดซีอิ้ว แกงมัสมั่น ขนมปัง สลัด ผักและผลไม้
- 2) งานส่วนที่สองที่ได้รับมอบหมายคือ การช่วยเตรียมอาหารและหั่นผักหรือผลไม้เตรียมไว้สำหรับการปรุงอาหารและการทำข้าวกล่องไว้สำหรับผู้ป่วยที่ติดโควิด-19 ที่มาพักฟื้นภายในโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ในทุกมื้ออาหารคือ มื้ออาหารเช้า มื้ออาหารกลางวัน และมื้ออาหารเย็น
- 3) งานส่วนที่สามที่ได้รับมอบหมายคือ การเตรียมเครื่องหั่นชนิดผัก เช่น มะเขือเทศ หั่นเต๋า เห็ดหั่นเต๋า หัวหอมหั่นเต๋า ซีอิ๊วชนิดมอสซาเรลล่า เตรียมไว้สำหรับขึ้นไลน์อาหารเช้าในวันต่อไป

2.10 ชื่อและตำแหน่งพนักงานที่ปรึกษา



รูปที่ 2.34 พนักงานที่ปรึกษา

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

ชื่อพนักงานที่ปรึกษา : คุณจิรายุทธ วิจารณ์
ตำแหน่ง : เดมี เชฟ (Demi chef)
แผนก : ครีวเมน

2.11 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ระยะเวลาในการปฏิบัติงานระหว่างวันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565

2.11.1 ปรีกษาและขอคำแนะนำจากที่ปรีกษา

ผู้จัดทำได้ขอคำปรีกษาในด้านการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาและการปฏิบัติในโครงการและผู้จัดทำได้ขอคำแนะนำจากพนักงานที่ปรีกษาเรื่องการวัดจุดบดต่าง ๆ ความเหมาะสมและการเตรียมพร้อมในการทำผลิตภัณฑ์ เป็นต้น

2.11.2 คิดหัวข้อโครงการ

ผู้จัดทำได้คิดหัวข้อโครงการจากการเล็งเห็นถึงปัญหาที่พบระหว่างการปฏิบัติงานมีการนำปัญหานี้ไปขอคำปรีกษาจากพนักงานที่ปรีกษาและอาจารย์ที่ปรีกษา จึงได้เกิดเป็นหัวข้อโครงการคือ ซอสรากูสับประรด

2.11.3 ศึกษาค้นคว้าข้อมูลและดำเนินการตามหัวข้อที่นำเสนอ

หลังจากที่ผู้จัดทำได้นำเสนอหัวข้อโครงการแล้วได้ทำการศึกษาค้นคว้าข้อมูลและการดำเนินการจากอินเทอร์เน็ตเพื่อนำมาทดลองทำผลิตภัณฑ์และการจัดทำรูปเล่มโครงการ

2.11.4 ทดลองทำผลิตภัณฑ์

ผู้จัดทำเตรียมวัสดุ อุปกรณ์รวมถึงวัตถุดิบที่ใช้ภายในโครงการนี้จากแผนกครัวภายในโรงแรม และผู้จัดทำทดลองทำผลิตภัณฑ์จากการศึกษาค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ต และได้รับคำแนะนำจากพนักงานที่ปรีกษาและอาจารย์ที่ปรีกษา

2.11.5 นำผลิตภัณฑ์ที่ได้ไปทดลองใช้

พนักงานที่ปรีกษาได้ให้คำแนะนำในการนำซอสรากูสับประรดไปทดลองปรุงอาหารและผู้จัดทำได้ทดลองทำมาให้พนักงานลองทานเพื่อเกิดข้อเสนอแนะและข้อติชม และนำไปใช้ในการประเมินทำแบบสอบถาม

2.11.6 จัดทำแบบสอบถามเกี่ยวกับโครงการ

จัดทำแบบสอบถามเกี่ยวกับโครงการเพื่อประเมินความพึงพอใจของพนักงานที่ได้ทดลองทานผลิตภัณฑ์ว่าเป็นอย่างไร และนำข้อมูลที่ได้รวบรวมนำมาจัดทำรูปเล่มโครงการ

2.11.7 จัดทำรูปเล่มโครงการ

ผู้จัดทำรวบรวมข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ต จากการทดลองทำผลิตภัณฑ์ การประเมินแบบสอบถามนำมาเรียบเรียงและสรุปผล

2.11.8 ส่งรูปเล่มและนำเสนอโครงการต่ออาจารย์ที่ปรึกษา

ผู้จัดทำนำรูปเล่มส่งให้อาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อทำการตรวจสอบความถูกต้องเรียบร้อยของรูปเล่มโครงการ ได้นำข้อแนะนำและข้อแก้ไขจากอาจารย์ที่ปรึกษาจัดทำเป็นรูปเล่มโครงการที่เสร็จสมบูรณ์พร้อมส่ง

2.12 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ขั้นตอนการดำเนินงาน	มกราคม 2565	กุมภาพันธ์ 2565	มีนาคม 2565	เมษายน 2565	พฤษภาคม 2565
1. ปรึกษาและขอคำแนะนำจากที่ปรึกษา	←→				
2. คิดหัวข้อโครงการ	←→				
3. ศึกษาค้นคว้าข้อมูลและดำเนินการตามหัวข้อที่นำเสนอ			←→		
4. ทดลองทำผลิตภัณฑ์				←→	
5. นำผลิตภัณฑ์ที่ได้ไปทดลองใช้				←→	
6. จัดทำแบบสอบถามเกี่ยวกับโครงการ				←→	
7. จัดทำรูปเล่มโครงการ				←→	
8. ส่งรูปเล่มและนำเสนอโครงการต่ออาจารย์ที่ปรึกษา					←→

ตารางที่ 2.1 แสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของโครงการ

2.13 สรุปผลการดำเนินงานสหกิจศึกษา

หลังจากที่ได้เข้าปฏิบัติงานสหกิจศึกษาภายในโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส (Pathumwan Princess Hotel) แผนกครัวเป็นระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ ผู้จัดทำจึงได้เรียนรู้กระบวนการในการปฏิบัติงานที่เป็นระบบและเป็นขั้นตอน เรียนรู้การปฏิบัติงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในแผนกครัวและแผนกอื่น ๆ ภายในโรงแรม สิ่งที่ได้รับจากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ นำมาพัฒนาความรู้และความสามารถในการประกอบอาหาร อีกทั้งยังสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปพัฒนาตนเองให้มีความพร้อมในการทำงานในอนาคตต่อไปได้อีกด้วย

2.14 ปัญหาและข้อเสนอแนะการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

2.14.1 ปัญหาที่พบ

2.14.1.1 จากสถานการณ์โควิด 19 ทำให้เกิดปัญหาเรื่องบุคลากรในการปฏิบัติงานไม่เพียงพอ อีกทั้งรายละเอียดงานไม่ชัดเจนจึงทำให้ประสิทธิภาพการทำงานนั้นลดลง

2.14.1.2 นักศึกษามีตารางการทำงานที่ไม่แน่นอน ทำให้ไม่สามารถบริหารจัดการเวลาได้

2.14.2 ข้อเสนอแนะ

2.14.2.1 ด้านการปฏิบัติงานควรมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ รอบคอบและมีสติอยู่เสมอเพื่อลดความผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติงาน

2.14.2.2 หากมีปัญหาระหว่างการปฏิบัติงานหรือมีข้อปัญหาที่สงสัยให้ขอคำแนะนำจากพนักงานที่ปรึกษา จำคำแนะนำและนำไปปรับใช้ในการปฏิบัติงาน

2.14.2.3 ควรพัฒนาและฝึกตนเองตลอดเวลาให้ทำงานได้สำเร็จตามที่ได้รับมอบหมายจากพนักงานที่ปรึกษา



บทที่ 3

บททวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การจัดทำโครงการงานซอสรากุสับประรด (Pineapple Ragu Sauce) จากผลไม้ที่เหลือใช้ของ โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส (Pathumwan Princess Hotel) ทางผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร บทความวรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยมีการเสนอเป็นลำดับ ดังนี้

3.1 ซอสรากุ

3.2 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำซอสรากุ

3.2.1 สับประรด

3.2.2 มะเขือเทศ

3.2.3 หอมหัวใหญ่

3.2.4 แครอท

3.2.5 เนื้อหมู

3.2.6 น้ำมันมะกอก

3.2.7 เกลือบริโภค

3.2.8 พริกไทย

3.2.9 น้ำส้มสายชู

3.2.10 กานพลู

3.3 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

3.1 ซอสรากุ

ซอสรากุ หรือ ซอสโบลองนีส หมายถึง ซอสเนื้อ เกิดขึ้นที่เมืองโบลัญญา นิยมเสิร์ฟกับพาสต้าโฮมเมดเนื้อนุ่มอย่างเช่นตาลียาเทลเล่หรือลาซันญา คำรับซอสโบลองนีสแต่ละที่ต่างกันออกไปบางสูตรใช้เนื้อวัวกับเนื้อหมู แพนเซตต้า เบคอนหรือตับไก่เพื่อเพิ่มความเข้มข้นของซอส หัวใจสำคัญของซอสนี้อยู่ที่รสชาติของเนื้อเป็นหลัก มะเขือเทศและผักอื่น ๆ เป็นตัวปรุงให้ซอสกลมกล่อมขึ้นเท่านั้น (ฉวรา เปลียนบุญเลิศ, 2561)

ซอสโบลองเนส (Bolognese Sauce) เป็นซอสยอดนิยมนิยมนำเนื้อมีสันกำเนิดที่เมืองโบลัญญา นิยมรับประทานกับเส้นดกเกลียดะเล่ (Tagliatelle) และใช้เป็นส่วนประกอบของลาซานญา ในปัจจุบัน คนรับประทานซอสโบลองเนส กับเส้นพาสต้าแทบจะทุกประเภท (พล ตันทเสถียร, 2557)



รูปที่ 3.1 ซอสรากู

ที่มา : <https://www.wandercooks.com/martas-rustic-pork-beef-ragu/>

3.2 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำซอสรากู

3.2.1 สับปะรด

สับปะรด เป็นผลไม้เพื่อสุขภาพอีกชนิดหนึ่ง โดยประโยชน์ของสับปะรดนั้นมีอยู่หลากหลาย เพราะอุดมไปด้วยแร่ธาตุและวิตามินต่าง ๆ จำนวนมาก ซึ่งได้แก่ คาร์โบไฮเดรต วิตามินซี วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 วิตามินบี 5 วิตามินบี 6 กรดโฟลิก ธาตุแคลเซียม ธาตุโพแทสเซียม ธาตุแมกนีเซียม ธาตุแมงกานีส ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก ธาตุสังกะสี เป็นต้น ซึ่งเหล่านี้ถือว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายและสุขภาพเราเป็นอย่างมาก และสรรพคุณสับปะรดทางสมุนไพรนั้น ก็ช่วยรักษาอาการต่าง ๆ ได้อย่างหลากหลายเช่นกัน เช่น โรคบิด โรคนี้่ว ช่วยบรรเทาอาการแผลเป็นหนอง ขับปัสสาวะ เป็นต้น (MedThai, 2560)

สับปะรดเป็นผลไม้เขตร้อนที่อุดมไปด้วยวิตามิน แร่ธาตุ โยอาหาร และมี เอนไซม์บรอมีเลน (bromelain) ซึ่งเป็นสารสำคัญที่มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาที่น่าสนใจหลายอย่าง ปัจจุบันนอกจากการนำสับปะรดมาบริโภคในรูปแบบของผลไม้สดและใช้เป็นส่วนประกอบในอาหารและขนมต่าง ๆ แล้ว ยังมีการนำสับปะรดมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ได้หลายชนิด เช่น สับปะรดกระป๋อง สับปะรดอบแห้ง สับปะรดแช่แข็ง น้ำผลไม้ น้ำส้มสายชู ไวน์สับปะรด อุตสาหกรรมเบียร์ อุตสาหกรรมอาหาร อุตสาหกรรมอาหารสัตว์ และการใช้ในผลิตภัณฑ์เครื่องสำอาง ซึ่งช่วยเพิ่มมูลค่าทางการตลาดให้กับสับปะรดได้เป็นอย่างดี (กฤติยาไชนอก, 2561)

3.2.1.1 ประโยชน์และสรรพคุณของสับปะรด

ผลของสับปะรดมีสรรพคุณในการขับเหงื่อ ห้ามเลือด แก้ทางปัสสาวะ ขับพยาธิ ฆ่าพยาธิ แก้โลหิตระดู บำรุงโลหิต แก้นิ่ว แก่ระดูขาว เป็นยาระบาย แก้หนองใน ทำให้

แห้ง ช่วยย่อยอาหาร แก้ปัสสาวะพิการ (ปัสสาวะขัด) ขับปัสสาวะ กัดเสมหะในลำคอ แก้เสมหะเหนียว ขับเสมหะ แก้ไอ ระงับการอักเสบและบวม ทำให้แผลหายเร็ว (กฤติยา ไชยนอก, 2561)



รูปที่ 3.2 สับปะรด

ที่มา : <http://www.freshfoodsukk.com/product/pineapple-สับปะรด/>

3.2.2 มะเขือเทศ

มะเขือเทศ (Tomato) เป็นพืชชนิดหนึ่งที่อุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร มะเขือเทศขนาดปานกลางจะมีปริมาณวิตามินซีครึ่งหนึ่งของส้มโอทั้งผล มะเขือเทศผลหนึ่งจะมีวิตามินเอราว 1 ใน 3 ของวิตามินเอที่ร่างกายต้องการในหนึ่งวัน นอกจากนี้มะเขือเทศยังมีโปแตสเซียม ฟอสฟอรัส แมกนีเซียมและแร่ธาตุอื่น ๆ อีกหลายชนิด ลักษณะเป็นพืชล้มลุกอายุเพียง 1 ปี ลำต้นตั้งตรง มีลักษณะเป็นพุ่ม มีขนอ่อน ๆ ปกคลุม ใบเป็นใบประกอบ ออกสลับกัน ใบย่อยมีขนาดไม่เท่ากัน บางใบเล็กสีเขียว บางใบกลมใหญ่ ปลายใบแหลม ขอบใบเป็นหยักลึกคล้ายฟันเลื่อยมีขนอ่อน ๆ ออกดอกเป็นช่อหรือดอกเดี่ยว บริเวณซอกใบ ดอกมีสีเหลือง มีกลีบเลี้ยงสีเขียวประมาณ 5-6 กลีบ ผลเป็นผลเดี่ยว มีขนาดรูปร่างและสีต่างกัน ซึ่งมีขนาดเล็กประมาณ 3 เซนติเมตร จนถึงใหญ่ประมาณ 10 เซนติเมตร รูปร่างมีทั้งกลม กลมแบน หรือกลมรี ผิวนอกกลีบเป็นมัน ผลดิบมีสีเขียวหรือเขียวอมเทา เมื่อสุกจะมีสีเหลือง สีส้ม หรือสีแดง เนื้อภายในน้ำด้วยน้ำมีรสเปรี้ยว เมล็ดมีเป็นจำนวนมาก มะเขือเทศมีหลายพันธุ์ เช่น พันธุ์สีดำ พันธุ์โรมาเรดเพียร์ เป็นต้น (thananyacby, 2557)

3.2.2.1 ประโยชน์และสรรพคุณของมะเขือเทศ

- เพิ่มความสดชื่น และช่วยเสริมภูมิคุ้มกันของร่างกาย
- มีวิตามินเอซึ่งช่วยในการบำรุงสายตา
- มีเบตาแคโรทีนและฟอสฟอรัสอยู่ปริมาณมาก
- บำรุงผิวพรรณให้เต่งตึงสดใสไม่แห้งกร้าน ชะลอการเกิดของริ้วรอย
- ช่วยในการรักษาผิว โดยการนำมาพอกผิวบริเวณใบหน้า

- ป้องกันการเปลี่ยนของสีผมจากการว่ายน้ำ โดยการใช้อนุสมะเขือเทศหมักผม
- นำมาทำเป็นน้ำผลไม้ และอาหารได้หลากหลายเมนู
- นำมาขัดเครื่องประดับเงินให้มีความเงางาม

3.2.2.2 การทำอนุสมะเขือเทศ (monkeytan, 2560)

การทำอนุสมะเขือเทศ มีขั้นตอนการทำดังนี้

- 1) ล้างมะเขือเทศแล้วปอกเปลือกมะเขือเทศ
- 2) นำมะเขือเทศไปลวก เสร็จแล้วก็นำมาหั่นในกระชอน
- 3) ต้มหอมใหญ่และพริกชี้ฟ้าแดงเมื่อทั้งสองสุกดีแล้วให้นำไปยี้กับกระชอนเหมือนเดิมกรองเอาแต่น้ำ
- 4) นำน้ำที่ได้จากมะเขือเทศ หอมใหญ่ และพริกชี้ฟ้าแดงมาผสมกัน
- 5) ปรงรสด้วยเกลือ น้ำตาล น้ำส้มสายชู อบเชย และ กานพลู
- 6) นำส่วนผสมไปเคี่ยวให้ข้นขึ้น
- 7) ตักเก็บใส่ขวดโหลแล้วนำไปแช่ตู้เย็นไว้ใช้



รูปที่ 3.3 มะเขือเทศ

ที่มา : <https://hipowershot.com/tomato-extract-สารสกัดจากมะเขือเทศ/>

3.2.3 หอมหัวใหญ่

หอมหัวใหญ่ (Onion) เป็นพืชล้มลุก อยู่วงศ์ตระกูลเดียวกับกระเทียม เป็นหอมชนิดหนึ่งมีหัวอยู่ใต้ดิน ลำต้นจะถูกห่อหุ้มด้วยกาบใบโดยรอบ ๆ ดอกออกเป็นช่อ แทงออกมาจากตรงกลางลำต้น หัวมีลักษณะทรงกลมแป้น หรือทรงกลมรี หัวอ่อนมีเปลือกกาบใบห่อหุ้มหลายๆ ชั้นสีขาว หัวแก่มีเปลือกด้านนอกแห้งมีสีน้ำตาลอ่อน มีกลิ่นฉุน รสชาติเผ็ดร้อน มีถิ่นกำเนิดในทวีปเอเชียกลาง เป็นที่นิยมปลูกกันทั่วไป ในหลายประเทศทั่วโลก เป็นพืชสมุนไพรไทยที่มีมาแต่

โบราณ ในประเทศไทยมีปลูกหลายสายพันธุ์ มีประโยชน์และสรรพคุณ ทางยาหลายอย่าง นำมาประกอบอาหาร เมนูต่าง ๆ ได้หลายเมนู (JOM, 2560)



รูปที่ 3.4 หอมหัวใหญ่

ที่มา : <https://www.disthai.com/17105170/หอมหัวใหญ่>

3.2.4 แครอท

แครอท (Carrot) เป็นพืชผักสมุนไพร เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก ลำต้นสั้น ๆ เชื่อมอยู่ระหว่างรากกับใบ มีลักษณะกลมๆ เป็นข้อสั้น ๆ ใบแทงออกบริเวณตรง โคนของลำต้น มีก้านใบยาว ออกเรียงสลับรอบ ๆ มีใบย่อยออกเป็นคู่ มีลักษณะฝอยเล็ก ๆ มีสีเขียว มีรากแก้วที่พองโตเรียกว่าหัว ใต้เก็บสะสมอาหาร มีหัวขนาดเล็กหรือขนาดใหญ่ ตามสายพันธุ์ มีลักษณะทรงกลมยาวเรียว มีสีส้ม สีม่วง สีเหลือง สีแดง สีดำ สีขาว ตามสายพันธุ์ แทะลงในดิน มีรากฝอยเล็ก ๆ ออกรอบ ๆ หัวเล็กน้อย มีเปลือกบางผิวเรียบ มีเนื้อแน่นฉ่ำน้ำ รสชาติหวานกรอบ สามารถรับประทานสดได้ ทำเครื่องดื่มได้ นำมาประกอบอาหารเมนูต่าง ๆ ได้หลายเมนู แครอทแบ่งเป็นสองชนิด ได้แก่ แครอทบ้าน และแครอทป่า ในประเทศไทยมีปลูกหลายสายพันธุ์ (JOM, 2560)



รูปที่ 3.5 แครอท

ที่มา : <https://www.girlsallaround.com/food-fix-skin-problem/carrot-fb/>

3.2.5 เนื้อหมู

เนื้อหมู (pork) หรือเนื้อสุกร คือส่วนเนื้อที่มาจากหมู เนื้อหมูเป็นสารอาหารหลักหมูที่ 1 ประเภทโปรตีน และภายในเนื้อหมูนั้นอุดมไปด้วยสารอาหารต่าง ๆ มากมาย เช่น โปรตีน กรดไขมัน กรดอะมิโน วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 3 ฟอสฟอรัส และคอเลสเตอรอล โภชนาการของเนื้อหมูปริมาณ 100 กรัม มีพลังงาน 84 กิโลแคลอรีและโปรตีน 21 กรัม เนื้อหมูเป็นที่นิยมอย่างมากในการนำมาเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารซึ่งส่วนต่าง ๆ ของเนื้อหมูให้ประเภทสารอาหารที่ต่างกันขึ้นอยู่กับวิธีการเลือกใช้อาหาร เนื้อหมูส่วนที่ได้รับปริมาณโปรตีนสูงคือส่วนสันใน เนื้อหมูส่วนที่มีไขมันมากคือส่วนสามชั้น ส่วนคอ และซี่โครง น้อยลงตามลำดับ ถึงแม้เนื้อหมูจะเป็นวัตถุดิบที่นิยมบริโภคแต่ก็เป็นสิ่งต้องห้ามในบางศาสนาเช่น ศาสนาอิสลาม และศาสนาฮินดู

เนื้อหมู คือ วัตถุดิบที่ถูกจัดอยู่ในกลุ่มเนื้อสัตว์ ซึ่งให้โปรตีนต่อร่างกายอันส่งผลไปถึงการเจริญเติบโตของอวัยวะ เนื้อเยื่อ โดยร่างกายจะนำเอาไปซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ หรือเข้าสู่กระบวนการสร้างเนื้อเยื่อใหม่ขึ้นมาทดแทนในส่วนที่ขาดหายไป ควบคุมการทำงานให้กับอวัยวะ พร้อมทั้งสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย เพิ่มกล้ามเนื้อ ช่วยให้มีสุขภาพแข็งแรงมากยิ่งขึ้นกว่าเดิม รักษาระดับน้ำตาลในเลือด และมีประโยชน์ต่อระบบการสืบพันธุ์อย่างมาก (กินใหม่, 2564)



รูปที่ 3.6 เนื้อหมู

ที่มา : <https://www.freshfoodsukk.com/product/pork-fillets/>

3.2.5 การแปรรูปเป็นหมูสับ

หมูสับคือ เนื้อที่ใช้จะเป็นเนื้อแดงหรือเนื้อติดมันก็ได้ เนื้อสัมผัสจะหยาบกว่า หมูบด หมูเค็ม เมื่อนำมาทำให้สุก เนื้อที่ได้จะร่วน ส่วนความนุ่มหรือแข็งก็ขึ้นอยู่กับมันหมูที่ใช้ผสม (พิชชามัทกรู๊ป, 2565)



รูปที่ 3.7 หมูสับ

ที่มา : <https://www.kasethub.co.th/เนื้อหมูปด-เนื้อหมูสับ-คุณภาพคัดพิเศษขายส่งจากฟาร์ม.html>

3.2.6 น้ำมันมะกอก

น้ำมันมะกอก (Olive Oil) คือ น้ำมันธรรมชาติที่เกิดจากการนำเอาผลแก่ของต้นมะกอกโอลิฟมาสกัดเอาน้ำมัน ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มของน้ำมันพืช ลักษณะของน้ำมันมะกอกจะมีสีเขียวใส สีเหลืองใสหรือใสไม่มีสี ขึ้นอยู่กับวิธีการที่นำมาผลิตน้ำมันมะกอก สำหรับผู้ที่รักสุขภาพแล้ว นิยมน้ำมันมะกอกนำมาใช้ในการประกอบอาหาร เพราะมีผลการวิจัยทางวิทยาศาสตร์และทางการแพทย์บ่งบอกว่าน้ำมันมะกอกเป็นน้ำมันที่ดีที่สุดสุขภาพ เมื่อรับประทานเข้าไปจะไม่ก่อโทษในร่างกาย สามารถนำน้ำมันมะกอกมาใช้ปรุงอาหารรับประทานได้ทุกประเภท นอกจากนั้นยังมีการใช้น้ำมันมะกอกเป็นสารตั้งต้นในการผลิตสบู่ พลาสติก วัสดุอุดฟัน น้ำมันสำหรับนวดเพราะว่าน้ำมันมะกอกนั้นซึมเข้าสู่ผิวได้อย่างรวดเร็วและไม่ทิ้งความมันบนผิว จึงนิยมนำไปเป็นส่วนประกอบของเครื่องสำอาง ครีมบำรุงผิว ครีมแต้มนิ้วและครีมบำรุงผิวหน้าอีกด้วย (ampro_content, 2561)

3.2.6.1 ประเภทของน้ำมันมะกอก

ประเภทของน้ำมันมะกอกแบ่งออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้

- 1) น้ำมันมะกอกเอ็กซ์ตราเวอร์จิ้น (extra virgin) คือน้ำมันมะกอกที่ได้จากการบีบสด ทำให้มีสารอาหารสูง เหมาะสำหรับการทานสด หรือนำไปผสมกับซอสต่าง ๆ โดยไม่ต้องผ่านความร้อน
- 2) น้ำมันมะกอกเวอร์จิ้น (virgin) คือน้ำมันมะกอกที่ได้จากการบีบสด แต่จะใช้ผลมะกอกที่แก่กว่า
- 3) น้ำมันมะกอกแบบผ่านกรรมวิธี (Light Olive Oil) คือน้ำมันมะกอกที่ผ่านกรรมวิธีการเพิ่มคุณค่าทางสารอาหารจึงได้น้ำมันมะกอกที่มีสารอาหารใกล้เคียงแบบเอ็กซ์ตราเวอร์จิ้น แต่มีคุณสมบัติสามารถทนความร้อนสูงได้

4) น้ำมันมะกอกแบบผสม (olive oil หรือ pure olive oil) คือน้ำมันมะกอกที่มีส่วนผสมระหว่างแบบเอ็กซ์ตราเวอร์จิ้นและแบบผ่านกรรมวิธีจึงทนทานความร้อนได้ดี

แต่ไม่เหมาะกับการประกอบอาหารด้วยความร้อนนาน

5) น้ำมันกากมะกอก (olive pomace oil) คือน้ำมันที่ได้จากการสกัดกากมะกอกแล้วนำไปผ่านกรรมวิธีทางเคมี และผ่านความร้อน



รูปที่ 3.8 น้ำมันมะกอก

ที่มา : <https://www.fitterminal.com/น้ำมันมะกอก-แบบไหนดี/>

3.2.7 เกลือบริโภค

เกลือบริโภค (table salt) คือเกลือโซเดียมคลอไรด์ (sodium chloride) ที่เป็นผงละเอียดสีขาว ใช้สำหรับปรุงอาหารเสริมไอโอดีนเพื่อเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการ ป้องกันการเกิดโรคคอพอกและมีส่วนผสมของสารที่ทำให้ไอโอดีนคงตัว (stabilizers for the iodine) และ สารป้องกันการจับตัวเป็นก้อน (anticaking agent) เพื่อป้องกันการดูดน้ำ ทำให้แห้งง่าย ไม่จับตัวกันเป็นก้อน (พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และนิธิยา รัตนานพนนท์, ม.ป.ป.)

3.2.7.1 ประโยชน์และสรรพคุณของเกลือ (honestdocs, 2563)

- เกลือเป็นยาสมุนไพรโบราณที่มีฤทธิ์เย็น ช่วยถอนพิษ และทำให้เลือดเย็น
- ช่วยบรรเทาอาการอาเจียน และช่วยระบาย
- นำมาใช้เป็นส่วนประกอบของตำรับยาอย่างหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นการรักษาอาการท้องผูก แก้เหงื่อออกมา ผสมเป็นเกลือแร่ตอนท้องเสีย
- นำมาใช้บรรเทาอาการคัดจมูกและอาการอักเสบ ด้วยการนำเอาน้ำเกลือมาผ่านการเจือจาง แล้วเทใส่ขวดน้ำเกลือเพื่อดำงูม จะช่วยให้จมูกโล่งและฆ่าเชื้อได้
- ลดอาการคอแห้งด้วยการดื่มน้ำผสมเกลือเล็กน้อย

- ช่วยขับพิษด้วยการเร่งให้อาเจียน ในกลุ่มคนที่รับประทานอาหารเป็นพิษด้วยการดื่มน้ำเกลือเข้มข้นเข้าไปแล้วกระตุ้นให้อาเจียนออกมา

- รักษาโรคกระเพาะอาหาร ด้วยการใช้เกลือ 1 ช้อนชาผสมน้ำเปล่า 1 แก้ว ดื่มหลังตื่นนอนทุกเช้า จะทำให้อาการค่อย ๆ ดีขึ้น



รูปที่ 3.9 เกลือบริโภค

ที่มา : <https://www.sanook.com/women/47869/>

3.2.8 พริกไทย

พริกไทย (Pepper) เป็นหนึ่งในเครื่องเทศที่มีการใช้ปรุงอาหารมากที่สุดชนิดหนึ่งของโลก พริกไทยนั้นเป็นสมุนไพรเครื่องปรุงกลิ่นรสอาหารที่มีกลิ่นหอมฉุน รสชาติเผ็ดร้อน สามารถใช้เป็นสารกันเสียได้เนื่องจากมีฤทธิ์ต่อต้านจุลินทรีย์ พริกไทยมีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า Piper Nigrum มีแหล่งกำเนิดจากภาคตะวันออกเฉียงใต้ของอินเดีย ในสมัยก่อนนั้นเป็นสินค้าที่มีค่าสูงมากราวกับทองคำ มีแต่ชนชั้นสูงเท่านั้นที่สามารถเข้าถึงได้ ปัจจุบันเป็นพืชเศรษฐกิจในประเทศอากาศร้อน เช่น เวียดนาม ไทย อินโดนีเซีย และบราซิล ลำต้นพริกไทยเป็นลักษณะเถาวัลย์เลื้อยเป็นไม้ยืนต้นพร้อม มีรากเล็ก ๆ ขอนไซตามลำต้นช่วยในการยึดเกาะขึ้นด้านบน และมีรากหาอาหารเลี้ยงลำต้นในพื้นดินเหมือนต้นไม้ทั่วไป ส่วนใบคล้ายใบพลูปลายแหลม ขอบใบเรียบมัน มีดอกเป็นช่อนิยมปลูกในโรงเรือน หรือทำพื้นที่ยึดเกาะเอาไว้ พริกไทยเป็นพืชที่ปลูกง่าย ชอบดินที่ระบายน้ำ และชอบอากาศอุ่นชื้นเป็นหลักจะทำให้เจริญเติบโตได้ดี และนำส่วนผลที่เรียงตัวแน่นบนแกนมาตากแห้งเพื่อใช้เป็นเครื่องเทศปรุงรส (clonklang, 2562)

3.2.8.1 ประโยชน์และสรรพคุณของพริกไทย

พริกไทยช่วยเพิ่มรสชาติ หอม เผ็ด กลมกล่อม ของอาหาร ช่วยต้านเชื้อจุลินทรีย์ ป้องกันไม่ให้อาหารเน่าเสียได้ รวมทั้งมีสรรพคุณทางยา ช่วยขับลม แก้อืดท้องเฟ้อ กระตุ้นการไหลเวียนเลือด ช่วยลดไข้ ฯลฯ การรับประทานพริกไทยควรทานแต่พอดี ไม่

ควรรับประทานพริกไทยติดต่อกันจำนวนมาก อาจทำให้ปวดแสบท้องได้เพราะสามารถทำให้ลำไส้ และกระเพาะอาหารระคายเคือง (clonklang, 2562)

3.2.8.2 ประเภทของพริกไทย

ประเภทของพริกไทยแบ่งออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้

- 1) พริกไทยเขียว คือผลพริกไทยอ่อนที่นำมาผ่านกรรมวิธีการทำให้แห้งโดยใช้ความเย็น
- 2) พริกไทยดำ คือผลพริกไทยที่แก่จัดหรือสุกจนเป็นสีแดงนำไปแช่ในน้ำ จากนั้นลอกเปลือกออก แล้วจึงนำไปตากแดดจนกระทั่งแห้งสนิท
- 3) พริกไทยขาว คือผลพริกไทยแก่เต็มที่แต่ยังไม่สุก นำไปตากจนพอแห้ง แล้วนำมาผัดเพื่อให้ผลหลุดออกจากก้าน และนำเมล็ดที่ได้ไปตากแดด
- 4) พริกไทยชมพู คือผลเบอร์รี่ตากแห้งชนิดหนึ่งของต้นมะตูมแขก
- 5) พริกไทยแดง คือผลพริกไทยที่สุกแดงนำไปผ่านการทำให้แห้งโดยใช้ความเย็น นิยมใช้ประดับจานอาหารเพื่อความสวยงาม



รูปที่ 3.10 พริกไทย

ที่มา : <https://www.samunpri.com/kitchendrugs/พริกไทยดำ/>

3.2.9 น้ำส้มสายชู

น้ำส้มสายชูเป็นเครื่องปรุงรสอาหารที่มีประจำทุกครัวเรือน เพื่อเพิ่มรสเปรี้ยวหรือแต่งกลิ่น มีกรดอินทรีย์ชนิดหนึ่งคือกรดน้ำส้ม เป็นองค์ประกอบสำคัญนอกจากนี้อาจมีกรดอินทรีย์และสารอื่น ๆ ปนอยู่ด้วยเป็นส่วนน้อย เช่น กรดมาลิก กรดแลคติก เอสเทอร์ แอลกอฮอล์ อัลดีไฮด์ ฯลฯ ซึ่งเกิดขึ้นจากธรรมชาติของการผลิตน้ำส้มด้วยวิธีหมัก (ควั่น ขาวหนู, ม.ป.ป.)

3.2.9.1 ประเภทของน้ำส้มสายชู

- 1) น้ำส้มสายชูหมัก คือน้ำส้มสายชูที่ได้จากการหมักเมล็ดธัญพืช ผลไม้ น้ำตาล โดยต้องหมักด้วยยีสต์ให้เกิดเป็นแอลกอฮอล์ และหมักต่อให้เกิดเป็นกรดแอซิกติก

2) **น้ำส้มสายชูกลั่น** คือน้ำส้มสายชูที่ได้จากการนำน้ำส้มสายชูหมักมา
กลั่น น้ำส้มสายชูกลั่นต้องสีใส ไม่มีตะกอน และมีปริมาณกรดน้ำส้มไม่น้อยกว่า 4%

3) **น้ำส้มสายชูเทียม** คือน้ำส้มสายชูที่ได้จากการนำเอากรดน้ำส้ม
ซึ่งสังเคราะห์ขึ้นทางเคมี มาเจือจางจนได้ปริมาณกรดน้ำส้ม 4-7% สี ไม่มีสี



รูปที่ 3.11 น้ำส้มสายชู

ที่มา : <https://www.tops.co.th/th/heinz-distilled-white-vinegar-473ml-0013000008525>

3.2.10 กานพลู

กานพลูเป็นสมุนไพรชนิดหนึ่งที่น่าสนใจ มีสรรพคุณทางยาหลากหลาย มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว เป็นสมุนไพรไทยที่มีรสเผ็ด โดยมีการเพาะปลูกและเก็บเกี่ยวมากที่สุดในประเทศอินโดนีเซีย อินเดีย ปากีสถาน และศรีลังกา เป็นต้น กานพลูนำมาใช้ประโยชน์ได้หลายส่วน ไม่ว่าจะเป็นดอกตูม ผล ต้น เปลือก ใบ รวมไปถึงน้ำมันหอมระเหย ในบัญชียาสมุนไพร ตามประกาศคณะกรรมการแห่งชาติด้านยา (ฉบับที่ 5) มีการใช้กานพลูเป็นยารักษาอาการทางระบบไหลเวียนโลหิต (แก้ลม) โดยปรากฏอยู่ในตำรับยาหลายชนิด ได้แก่ ยาหอมเทพจิตร ยาหอมนวโกฐ ซึ่งจะมีส่วนประกอบของกานพลูร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่น ๆ อยู่ด้วย มีสรรพคุณช่วยแก้ลม วิงเวียน อาการหน้ามืดตาลาย ใจสั่น คลื่นไส้ อาเจียน และยังมีการใช้กานพลูเป็นยารักษา กลุ่มอาการทางระบบอาหาร ซึ่งประกอบไปด้วย ภาวะอุจจาระร่วง ยาประสะกานพลู ซึ่งจะช่วยแก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ จุกเสียด อาหารไม่ย่อย เป็นต้น (MedThai, 2560)



รูปที่ 3.12 กานพลู

ที่มา : <https://www.samunpri.com/healthcare/กานพลู/>

3.3 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

นริศญา ขามานนท์ และคณะ (2562) ได้ศึกษาค้นเมนูสลัดน้ำสลัดสับปะรด ไก่ชอสมะละกอ และวุ้นฝรั่งพริกเกลือ จากการนำผลไม้ต่าง ๆ ที่เหลือจากการสำรองลงไลน์อาหารช่วงเช้าและกลางวันในโรงแรม ได้ผลลัพธ์จากการสำรวจแบบสอบถามอยู่ในเกณฑ์ที่น่าพึงพอใจ พบว่าในส่วนของด้านเพศนั้น เป็นเพศชายมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 56.66 และเป็นเพศหญิงน้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 43.33 ในส่วนของด้านอายุคือกลุ่มของตัวอย่างที่มีอายุ 40- 49 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 33.33 และกลุ่มที่มีอายุ 20-29 ปี น้อยที่สุดคิดเป็นร้อยละ 16.66 และ จากตารางของค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการ ชุดเมนูพิเศษ: สลัดชอสสับปะรด ไก่ชอสมะละกอ และวุ้นฝรั่งพริกเกลือ (Special MenuSet: Pineapple Dressing Salad, Papaya Cream Sauce with Chicken, Chili Salt and Guava Jelly) นั้นอยู่ในระดับความพึงพอใจมากที่ค่าเฉลี่ย 3.87

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงาน

4.1 รายละเอียดการปฏิบัติงาน

หลังจากที่ได้เข้าปฏิบัติในแผนกครัว ทางผู้จัดทำได้ทำการสังเกตว่ามีผลไม้บางชนิดที่เหลือทิ้งในแต่ละวัน ซึ่งมะเขือเทศและสับปะรดนั้นก็เป็นหนึ่งในผลไม้ที่มีการเหลือทิ้งมากผู้จัดทำจึงนำมาแปรรูปเป็นซอสราгу โดยมีวัตถุดิบและขั้นตอนการทำ ดังนี้

4.2 วัตถุดิบและอุปกรณ์การทำซอสราгуสับปะรด

4.2.1 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำซอสราгуสับปะรด

4.2.1.1 มะเขือเทศย่าง	500	กรัม
4.2.1.2 สับปะรดหั่นเต๋า	300	กรัม
4.2.1.3 หัวหอมหั่นเต๋า	100	กรัม
4.2.1.4 แครอทหั่นเต๋า	100	กรัม
4.2.1.5 หมูสับ	250	กรัม
4.2.1.6 น้ำเปล่า	500	มิลลิลิตร
4.2.1.7 น้ำส้มสายชู	15	มิลลิลิตร
4.2.1.8 น้ำมันมะกอก	13	มิลลิลิตร
4.2.1.9 เกลือปริ โภค	2	กรัม
4.2.1.10 พริกไทย	2	กรัม
4.2.1.11 น้ำตาล	2	กรัม
4.2.1.12 กานพลู	1	กรัม

4.2.2 อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำซอสราгуสับปะรด

4.2.2.1 ถ้วยสำหรับใส่วัตถุดิบ	8	ใบ
4.2.2.2 หม้อ	2	ใบ
4.2.2.3 ช้อน	2	คัน
4.2.2.4 แก้ว	1	ใบ
4.2.2.5 กระจอน	1	ใบ
4.2.2.6 ตะหลิว	1	อัน
4.2.2.7 เครื่องชั่ง	1	เครื่อง

4.3 ขั้นตอนการทำซอสรากูสับประรด

4.3.1 ทำซอสมะเขือเทศโดยการนำมะเขือเทศมายีในกระชอนให้ได้น้ำ หรือใช้เครื่องปั่นปั่นมะเขือเทศให้ละเอียด



รูปที่ 4.1 ใช้เครื่องปั่นยีมะเขือเทศ

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.3.2 ปรับรสด้วยเกลือ น้ำตาล น้ำส้มสายชู กานพลู ชิมรสตามชอบใจ



รูปที่ 4.2 ปรับรสด้วยเกลือ น้ำตาล น้ำส้มสายชู กานพลู

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.3.3 เปิดไฟกลางและนำซอสมะเขือเทศไปเคี่ยวให้งวดขึ้น แล้วพักไว้ให้เย็น



รูปที่ 4.3 นำไปเคี่ยวให้งวดขึ้น

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.3.4 เปิดไฟกลาง ใส่น้ำมันมะกอกลงไปในหม้อตามด้วยสับปะรด แครอท หัวหอม และหมูสับที่เตรียมไว้ ผัดเรื่อยๆ จนค่อนข้างสุก ระวังอย่าให้หมูสับติดหม้อ



รูปที่ 4.4 ผัดสับปะรด แครอท หัวหอม และหมูสับ จนค่อนข้างสุก

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.3.5 ใส่ซอสมะเขือเทศที่ได้ทำเตรียมไว้ลงไป



รูปที่ 4.5 ใส่ซอสมะเขือเทศที่ได้ทำเตรียมไว้ลงไป

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.3.6 เมื่อผัดจนเข้ากันแล้ว ปรับรสด้วยเกลือและพริกไทยจากนั้นปิดฝาหม้อและตุ๋นไว้จนกว่าจะไม่มีน้ำหลงเหลืออยู่ใช้ระยะเวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง



รูปที่ 4.6 ผัดส่วนผสมทั้งหมดจนเข้ากัน

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.4 รายการต้นทุนการทำซอสรากุสับปะรด

วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้	ราคา	ต้นทุน
มะเขือเทศ	500 กรัม	30 บาท / 1 กก.	15 บาท
สับปะรด	300 กรัม	19 บาท / 1 กก.	5.7 บาท
หัวหอม	100 กรัม	20 บาท / 1 กก.	2 บาท
แครอท	100 กรัม	25 บาท / 1 กก.	2.5 บาท
เนื้อหมู	250 กรัม	100 บาท / 1 กก.	25 บาท
น้ำเปล่า	500 มิลลิลิตร	30 บาท / 1 ลิตร	15 บาท
น้ำส้มสายชู	15 มิลลิลิตร	10 บาท / 700 มิลลิลิตร	0.21 บาท
น้ำมันมะกอก	13 มิลลิลิตร	160 บาท / 250 มิลลิลิตร	8.32 บาท
เกลือปริ โภค	2 กรัม	7 บาท / 500 กรัม	0.03 บาท
พริกไทย	2 กรัม	25 บาท / 60 กรัม	0.83 บาท
น้ำตาล	2 กรัม	22 บาท / 1 กก.	0.44 บาท
กานพลู	1 กรัม	145 บาท / 250 กรัม	0.58 บาท
รวมต้นทุนทั้งหมด (ปริมาณ 500 กรัม)			75.61 บาท

ตารางที่ 4.1 การคำนวณต้นทุนซอสรากุสับปะรด

จากตารางที่ 4.1 พบว่าต้นทุนทั้งหมดของซอสรากุสับปะรดเป็นจำนวน 75.61 บาท เมื่อเทียบกับซอสรากุทั่วไปที่มีน้ำหนัก 500 กรัม ราคา 189 บาท ซึ่งซอสรากุสับปะรดมีต้นทุนที่ต่ำและช่วยประหยัดต้นทุนให้กับโรงแรมได้ตรงตามวัตถุประสงค์ถึง 113.39 บาท และสามารถเสิร์ฟกับเมนูพาสต้าเพนเน่ได้ถึง 4 งานในปริมาณ 500 กรัม

4.5 สรุปข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้จัดทำโครงการซอสรากุ ได้ทำการสำรวจความคิดเห็นหลังจากการทำซอสรากุสับปะรดแล้วนำไปให้กลุ่มตัวอย่างได้ทดลองชิม เพื่อทำแบบประเมินความพึงพอใจในแบบสอบถามจาก Google Forms และเก็บรวบรวมข้อมูลโดยให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 ชุด ตอบแบบสอบถามซึ่งได้ทำการเก็บข้อมูลดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตรวจแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความพึงพอใจของซอสรากุสับปะรด (Pineapple Ragu Sauce)

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

4.5.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	10	40.00
หญิง	15	60.00
รวม	25	100.00

ตารางที่ 4.2 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

จากตารางที่ 4.2 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 60.00 และรองลงมาเป็นเพศชายร้อยละ 40.00

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่า 20 ปี	1	4.00
21 - 40 ปี	21	84.00
41 - 60 ปี	3	12.00
60 ปีขึ้นไป	0	0.00
รวม	25	100.00

ตารางที่ 4.3 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

จากตารางที่ 4.3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามคือผู้ที่มีอายุ 21 - 40 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 84.00 และรองลงมาคือผู้ที่มีอายุ 41 - 60 ปี คิดเป็นร้อยละ 12.00

ระดับการศึกษาสูงสุด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ประถมศึกษา	0	0.00
มัธยมศึกษา / เทียบเท่า	8	32.00
ปริญญาตรี	17	68.00
สูงกว่าปริญญาตรี	0	0.00
รวม	25	100.00

ตารางที่ 4.4 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษาสูงสุด

จากตารางที่ 4.4 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามคือระดับการศึกษา มัธยมศึกษา / เทียบเท่า มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 68.00

แผนงาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ครัวเรือน	7	28.00
ครัวเย็น	4	16.00
ครัวไทย	6	24.00
ครัวเกาหลี	5	20.00
ครัวเบเกอรี่	1	4.00
ครัวบุชเชอร์	2	8.00
รวม	25	100.00

ตารางที่ 4.5 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแผนงาน

จากตารางที่ 4.5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามคือผู้ที่ปฏิบัติงานแผนงานครัวเรือนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 28.00 และรองลงมาคือผู้ที่ปฏิบัติงานแผนงานครัวไทยคิดเป็นร้อยละ 20.00

4.5.2 กำหนดระดับค่าเฉลี่ยเกณฑ์การตัดสินใจ

ในการสำรวจความพึงพอใจที่มีต่อโครงการชอสรากูสับประรด ให้การวัดระดับความพึงพอใจ 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคิร์ต Likert,R. (1932) ได้จัดลำดับค่าเฉลี่ยและช่วงคะแนน (ชานินทร์ ศิลป์จารุ, 2553) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.21 – 5.00 หมายถึง ความพึงพอใจในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.41 – 4.20 หมายถึง ความพึงพอใจในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 2.61 – 3.40 หมายถึง ความพึงพอใจในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.81 – 2.60 หมายถึง ความพึงพอใจในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.80 หมายถึง ความพึงพอใจในระดับน้อยที่สุด

หัวข้อการประเมินของขอสรภูสัประด	ค่าเฉลี่ย	S.D	ระดับความพึงพอใจ
ปริมาณของขอสเหมาะสม	4.52	0.64	มากที่สุด
ลักษณะโดยรวมของขอส	4.64	0.48	มากที่สุด
มีความคิดสร้างสรรค์และแปลกใหม่	4.12	0.91	มาก
ช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริง	4.60	0.63	มากที่สุด
ประยุกต์ใช้เทคนิคการคิดต้นทุนอย่างเหมาะสม	4.44	0.64	มากที่สุด
สามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้	4.84	0.37	มากที่สุด
รวม	4.53	0.61	มากที่สุด

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการ

จากตารางที่ 4.6 จากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจของพนักงานโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ที่มีต่อขอสรภูสัประดพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในโครงการขอสรภูสัประด หากพิจารณาหัวข้อการประเมินพบว่าปริมาณของขอสเหมาะสม มีความพึงพอใจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 4.52 ลักษณะโดยรวมของขอส มีความพึงพอใจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 4.64 มีความคิดสร้างสรรค์และแปลกใหม่ มีความพึงพอใจมาก คิดเป็นร้อยละ 4.12 ช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริงมีความพึงพอใจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 4.60 ประยุกต์ใช้เทคนิคการคิดต้นทุนอย่างเหมาะสม มีความพึงพอใจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 4.44 และสามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้ มีความพึงพอใจมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 4.84 ตามลำดับ จากตารางค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการขอสรภูสัประด มีระดับความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 4.53

4.5.3 สรุปแบบสอบถามเพิ่มเติม

ผลสรุปจากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจของพนักงานโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซสที่มีต่อขอสรภูสัประดพบว่าหัวข้อการประเมินที่ได้รับคะแนนค่าเฉลี่ยสูงสุดคือหัวข้อ “สามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้” คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.84 รองลงมาคือหัวข้อการประเมิน “ลักษณะโดยรวมของขอส” คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.64 และหัวข้อการประเมิน “ช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริง” คิดเป็นค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.60

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการจัดทำโครงการงานสหกิจศึกษา

5.1.1 สรุปโครงการ

หลังจากที่ได้เข้าปฏิบัติสหกิจศึกษาตั้งแต่วันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565 รวมระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ ในแผนกครัวของโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ในการปฏิบัติงานภายในแผนกครัวเป็นอย่างมาก ทั้งในเรื่องการแก้ไขปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ รวมไปถึงการสังเกตเห็นถึงปัญหาว่าในแต่ละวันจะมีผลไม้บางชนิดที่เหลือทิ้ง ซึ่งมะเขือเทศและสับปะรดนั้นก็เป็นหนึ่งในผลไม้ที่มีการเหลือทิ้งมากที่สุดผู้จัดทำจึงนำมาแปรรูปเป็นซอสรา구 ที่เป็นซอสที่มีความสร้างสรรค์ใหม่ให้กับโรงแรม มีประโยชน์ในการช่วยลดปัญหาวัตถุดิบเน่าเสียที่ก่อให้เกิดเป็นปัญหาขยะในภายหลังอีกทั้งช่วยลดต้นทุนให้ทางโรงแรมเป็นอย่างมาก

จากการที่ได้ทดลองปรุงอาหารและทดลองทำมาให้นักงานในโรงแรมลองทานเพื่อให้เกิดข้อเสนอแนะและผู้จัดทำได้ทำการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจโดยประเมินจากแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างเป็นจำนวน 25 คน ผลของแบบสอบถามที่มีต่อซอสรา구สับปะรดพบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 มีอายุระหว่าง 21 – 40 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 84.00 ระดับการศึกษาปริญญาตรี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 68.00 และแผนกงานครัวร้อนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 28.00 ซึ่งผลสรุปจากตารางค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการซอสรา구สับปะรด มีระดับความพึงพอใจรวมอยู่ในระดับมากที่สุดคิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 4.53

หากพิจารณาแต่ละหัวข้อพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจมากที่สุดกับหัวข้อ “สามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้” ได้รับความคะแนนเฉลี่ย 4.84 รองลงมาคือหัวข้อ “ลักษณะโดยรวมของซอส” ได้รับความคะแนนเฉลี่ย 4.64 และหัวข้อ “ช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริง” ได้รับความคะแนนเฉลี่ย 4.60

5.1.2 ปัญหาที่พบในโครงการ

5.1.2.1 มีข้อจำกัดในด้านของการค้นคว้าหาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับซอสรา구 เนื่องจาก เจอข้อมูลเกี่ยวกับสูตรการทำซอสมากกว่าข้อมูลทั่วไป ยังไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับซอสมากนัก

5.1.2.2 ด้านการทดลองทำวัสดุบิซอสมะเขือเทศครั้งแรก ใช้ไฟที่แรงจนเกินไปในการเคียวทำให้บิซอสมะเขือเทศไหม้

5.1.3 การแก้ปัญหาและข้อเสนอแนะในการทำโครงการ

5.1.3.1 เรียบเรียงข้อมูลจากหลายแหล่ง ทดลองค้นหาจากบทความภาษาอังกฤษ แล้วนำมาแปลเรียบเรียงใหม่หรือฟังคำอธิบายจากคลิปวิดีโอการทำซอสรากุ

5.1.3.2 ทดลองทำอีกครั้งโดยการเปลี่ยนไปใช้ไฟปานกลางในการเคียว

5.1.3.3 นอกจากซอสรากุสับประดจะนำไปเป็นส่วนผสมของเมนูพาสต้าเพนเน่หรือพิซซ่า ซอสรากุสับประดสามารถเสิร์ฟพร้อมกับเมนูอื่นได้ อาทิ ลาซานญา เบอ์เกอร์ และสามารถแปรรูปเป็นซอสขนมหวานได้โดยการปรับเปลี่ยนสูตรเพียงเล็กน้อย



บรรณานุกรม

- กฤติยา ไชยนอก. (2561). *สับประรด : ผลไม้รักษาโรค*. เข้าถึงได้จาก <https://pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/429/สับประรด-อาหารไม่ย่อย-ขัดเบา/>
- กินไหม. (2564). *ประโยชน์ของเนื้อหมู มีดีมากกว่าที่คิดเอาไว้เยอะ*. เข้าถึงได้จาก <https://ginmaifood.com/the-benefits-of-pork/>
- ค้วน ขาวหนู. (ม.ป.ป.). *น้ำส้มสายชู (vinegar)*. เข้าถึงได้จาก <https://www.healthcarethai.com/น้ำส้มสายชู-vinegar/>
- ณวรา เปลี่ยนบุญเลิศ. (2561). *ตาลิยาเตลเล่โบลองนีส*. เข้าถึงได้จาก <https://krua.co/recipe/ตาลิยาเตลเล่โบลองนีส/>
- นริญา ยามานนท์, วรศักดิ์ สกุนดี และสรลณี รัตนานนท์. (2562). *ชุดเมนูพิเศษ: สลัดซอสสับประรดไก่ขอสมะละกอ และ วุ้นฝรั่งพริกเกลือ*. (สหกิจศึกษา). กรุงเทพฯ: คณะศิลปศาสตรมหาวิทาลัยสยาม.
- พล ตันทเสถียร. (2557). *Pasta Bolognese (พาสต้าโบโลเนส)*. เข้าถึงได้จาก <https://www.pholfoodmafia.com/recipe/pasta-bolognese-พาสต้าโบโลเนส/>
- พิชชามีทกรู๊ป. (2565). *หมูบด หมูเค็ง หมูสับ ต่างกันอย่างไร*. เข้าถึงได้จาก <https://www.pitchameat.com/different-ground-minced-bouncy-pork/>
- พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และนิชชา รัตนานนท์. (ม.ป.ป.). *Vinegar / น้ำส้มสายชู*. เข้าถึงได้จาก <https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/1183/vinegar-น้ำส้มสายชู>
- โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส. (ม.ป.ป.). *โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส*. เข้าถึงได้จาก <https://www.expedia.co.th/Bangkok-Hotels-Pathumwan-Princess-Hotel.h47254.Hotel-Information>
- admin_akforever. (ม.ป.ป.). *เกลือหิมาลัย vs เกลือสินเธาว์*. เข้าถึงได้จาก <https://akforeveryoung.com/2020/09/11/เกลือหิมาลัย-vs-เกลือ/>
- ampro_content. (2561). *น้ำมันมะกอกมีคุณประโยชน์อย่างไร (Olive Oil)*. เข้าถึงได้จาก <https://amprohealth.com/magazine/olive-oil/>
- clonklang. (2562). *พริกไทย รู้จักกับพริกไทยชนิดต่างๆ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.chonklang.com/th/บทความ/พริกไทย+รู้จักกับพริกไทยชนิดต่างๆ-33/>
- Disthai. (ม.ป.ป.). *พริกไทย ประโยชน์ดีๆ สรรพคุณเด่นๆ และข้อมูลงานวิจัย*. เข้าถึงได้จาก <https://www.disthai.com/16488254/พริกไทย>

- Dusit. (ม.ป.ป.). *Pathumwan Princess Hotel*. เข้าถึงได้จาก <https://www.dusit.com/dusitprincess-pathumwanmbkcentrebangkok/th/>
- honestdocs. (2563). รู้จักกับ "เกลือ" ขั้นตอนการผลิต และการนำมาใช้ประโยชน์. เข้าถึงได้จาก <https://hd.co.th/salt-production-and-benefits>
- JOM. (2559). *มะเขือเทศ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.thai-thaifood.com/th/มะเขือเทศ/>
- JOM. (2560). *หอมหัวใหญ่*. เข้าถึงได้จาก <https://www.thai-thaifood.com/th/หอมหัวใหญ่/>
- Julie Italy. (2562, 23 กันยายน). *ซอสเนื้อ|รากุ|Ragu|อาหารอิตาเลียน|ซอสสำหรับลาซานญา|Julie Italy* [Video]. เข้าถึงได้จาก <https://www.youtube.com/watch?v=Bv3qUocNVWY>
- Jurairat N.. (2562). “น้ำมันมะกอก” ชนิดไหนใช้ทอด ผัด หรือทานกับสลัด?. เข้าถึงได้จาก <https://www.sanook.com/health/4537/>
- MBK Group. (ม.ป.ป.). *โรงแรมปทุมวัน ปริ้นเซส*. เข้าถึงได้จาก <https://www.mbkgroup.co.th/th/business/hotel/pathumwan>
- MedThai. (2560). *กานพลู สรรพคุณและประโยชน์ของกานพลู 39 ข้อ!*. เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/กานพลู/>
- MedThai. (2560). *พริกไทย สรรพคุณและประโยชน์ของพริกไทยดำ พริกไทยอ่อน 50 ข้อ !*. เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/พริกไทย/>
- MedThai. (2560). *มะเขือเทศ สรรพคุณและประโยชน์ของมะเขือเทศ 28 ข้อ !*. เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/มะเขือเทศ/>
- MedThai. (2560). *สับปะรด สรรพคุณและประโยชน์ของสับปะรด 32 ข้อ !*. เข้าถึงได้จาก <https://medthai.com/สับปะรด/>
- MGR Online. (2551). “หอมใหญ่” ประโยชน์เพียบ ลดเสี่ยงโรค ป้องไข่มันเกาะผนังเส้นเลือด. เข้าถึงได้จาก <https://mgronline.com/qol/detail/9510000030023>
- monkeytan. (2560). *วิธีทำซอสมะเขือเทศโฮมเมด สูตรน้ำตาลน้อยไร้สารกันบูด*. เข้าถึงได้จาก <https://food.mthai.com/food-recipe/124512.html>
- Mr. Jerky. (2561). *เนื้อหมู คุณค่าทางโภชนาการ และผลกระทบต่อสุขภาพ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.bangkokjerky.com/pork-nutrition-facts-and-health-effects/>
- Pobpad. (ม.ป.ป.). *แครอทกับประโยชน์ต่อสุขภาพ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.pobpad.com/แครอทกับประโยชน์ต่อสุขภาพ>
- Pprincess. (ม.ป.ป.). *Pathumwan Princess*. เข้าถึงได้จาก <https://www.pprincess.com/>

Rinsa Yoyolive. (ม.ป.ป). *ปทุมวัน ปรีนเชส กิน เที้ยว ซ้อป แพ็คเก็จคุ้ม พักแถมนวด*. เข้าถึงได้จาก <https://th.readme.me/p/37260>

RosalynTH. (ม.ป.ป). *พาสต้าโบโลเนส Pasta Bolognese รสชาตินุ่มชุ่มซอสอร่อย ทำง่ายมาก*. เข้าถึงได้จาก <https://www.rosalynth.com/home/2022/02/16/พาสต้าโบโลเนส-pasta-bolognese/>

Tanhai Partikornwong. (2563). *เปิดตำรา “โลกของพริกไทย” ราชาแห่งเครื่องเทศ สุดยอด เครื่องปรุงระดับโลก*. เข้าถึงได้จาก <https://www.wongnai.com/food-tips/type-of-peppers>

THANANYACBY. (2557). *บทความเรื่องมะเขือเทศ*. เข้าถึงได้จาก <https://thananyacby.wordpress.com/2014/08/06/บทความเรื่องมะเขือเทศ/>

YINGNOI. (2554). *รีวิว คี โอลิมปิก คลับ*. เข้าถึงได้จาก <http://www.painaidii.com/review/11681/the-olympic-club-10330/lang/th/>





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
ภาพการปฏิบัติงาน



เตรียมทำไข่ออมเมล็ดสำหรับไลน์อาหารเช้า



ทำขนมมัพฟินที่ครัวเบเกอรี่



แพ็คข้าวและน้ำซุปลงถ้วย เตรียมไว้สำหรับผู้ป่วยที่ติดโควิด-19



จัดเตรียมไลน์อาหารเช้า



ทำพิซซ่าให้แขกที่สั่งจาก Room Service



จัดเตรียมอาหารเบรคสำหรับแขกที่เข้ามาฟังสัมมนา



ภาคผนวก ข

แบบสอบถามประเมินความพึงพอใจ

แบบการประเมินสอบถามความพึงพอใจโครงการสหกิจ
เรื่อง ซอสรากุสับปะรด (Pineapple Ragu Sauce)

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ () ต่ำกว่า 20 ปี () 21-40 ปี () 41-60 ปี () 60 ปีขึ้นไป
3. ระดับการศึกษาสูงสุด () ประถมศึกษา () มัธยมศึกษา / เทียบเท่า
() ปริญญาตรี () สูงกว่าปริญญาตรี
4. แผนกงาน () ครั้วร้อน () ครั้วเย็น () ครั้วไทย
() ครั้วเกาหลี () ครั้วบุชเชอร์

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความพึงพอใจของซอสรากุสับปะรด (Pineapple Ragu Sauce)

เกณฑ์การประเมินความพึงพอใจ ระดับ 5 หมายถึง ชอบมากที่สุด ระดับ 4 หมายถึง ชอบมาก ระดับ 3 หมายถึง ชอบปานกลาง ระดับ 2 หมายถึง ชอบน้อยระดับ 1 หมายถึง ชอบน้อยที่สุด

โปรดประเมินความพึงพอใจโดยใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องระดับความพึงพอใจ

หัวข้อการประเมิน ของซอสรากุสับปะรด (Pineapple Ragu Sauce)	เกณฑ์การประเมิน				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. ปริมาณของซอสเหมาะสม					
2. ลักษณะโดยรวมของซอส					
3. มีความคิดสร้างสรรค์และแปลกใหม่					
4. ช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริง					
5. ประยุกต์ใช้เทคนิคการคิดต้นทุนอย่างเหมาะสม					
6. สามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้					

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....



ภาคผนวก ค

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

โครงการนี้มีประโยชน์ต่อสถานประกอบอย่างไรบ้าง

จากการสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษาเกี่ยวกับโครงการ พนักงานที่ปรึกษามีความเห็นว่าการโครงการซอสรากุสับประรด (Pineapple Ragu Sauce) ได้เห็นประโยชน์ของการนำวัตถุดิบที่มาใช้แต่ละวันนำมาประกอบอาหารใหม่ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อโรงแรมในการลดต้นทุนอาหาร ซึ่งวัตถุดิบที่เหลือคือสับประรดและมะเขือเทศย่าง นักศึกษาฝึกงานได้เห็นว่านำมาประกอบอาหารใหม่จะลดต้นทุนได้ มีการคิดต่อยอดต่อ 2 เมนูคือพาสต้ากับพิซซ่า ซึ่งน้องได้มีการเสนอทำเป็นซอสกุหลาบผัดกับเพนเน่กลายเป็นพาสต้าและพิซซ่า จะช่วยให้โรงแรมได้ประหยัดต้นทุนเนื่องจากนำอาหารที่เหลือจากบุฟเฟต์ตอนเช้ามาทำเป็นซอสสองตัวนี้

.....พนักงานที่ปรึกษา

(คุณจิรายุทธ วิจารณ์)





ภาคผนวก ง
บทความวิชาการ

ขอสร้ากูสับปะรด

Pineapple Ragu Sauce

นางสาวกัญญารัตน์ น้อยประชา

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

38 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร 10160

Email: kanyaratr.noy@siam.edu

บทคัดย่อ

โครงการสหกิจศึกษาเรื่องขอสร้ากูสับปะรด จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการลดต้นทุนการผลิตและเพื่อสร้างสรรค่นำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

ผู้จัดทำได้ทำการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจโดยประเมินจากแบบสอบถามกับพนักงานภายในโรงแรมเป็นจำนวน 25 คน ผลของแบบสอบถามที่มีต่อขอสร้ากูสับปะรดพบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 มีอายุระหว่าง 21 – 40 ปี คิดเป็นร้อยละ 84.00 ระดับการศึกษาปริญญาตรีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 68.00 และแผนกงานครัวร้อนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 28.00 ซึ่งผลสรุปจากตารางค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการขอสร้ากูสับปะรด มีระดับความพึงพอใจรวมอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 4.53 โดยคะแนนหัวข้อสามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้ ได้รับคะแนนความพึงพอใจระดับมากที่สุดในคะแนนเฉลี่ย 4.84 รองลงมาคือหัวข้อลักษณะโดยรวมของขอสร้ากูสับปะรดมีความพึงพอใจระดับมากที่สุดในคะแนนเฉลี่ย 4.64 และลำดับถัดมาคือหัวข้อช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริงความพึงพอใจระดับมากที่สุด ในคะแนนเฉลี่ย 4.60

คำสำคัญ : ขอสร้ากู / สับปะรด / มะเขือเทศ

Abstract

The Cooperative Education Project of Pineapple Ragu Sauce was created to use the leftover raw materials for benefits, reduce production costs, and create products for the Pathumwan Princess Hotel.

The author surveyed opinions and satisfaction assessed from a questionnaire with 25 hotel staff. The results of the questionnaire on pineapple ragu sauce found that most were female, 15 people, representing 60.00 percent, aged between 21 and 40 accounted for 84.00 percent, with a bachelor's degree at 68.00 percent, and mostly worked in the hotel kitchen department, accounting for 28.00 percent. The results from the table of mean and standard deviation of satisfaction showed that the pineapple ragu sauce project had the highest overall satisfaction level, representing an overall average of 4.53. Then, the amount of waste generated in the kitchen department received the highest level of satisfaction with an average score of 4.84, followed by the overall characteristics of the sauce, the highest level of satisfaction with an average score of 4.64, and truly reducing internal costs or expenses, the highest level of satisfaction with an average score of 4.60.

Keywords: ragu sauce, pineapple, tomato

ที่มาของปัญหา

โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส (Pathumwan Princess Hotel) ตั้งอยู่ที่ใจกลางเมืองกรุงเทพมหานคร ภายในห้องพักของโรงแรมมีการตกแต่งแบบทันสมัยและมีบรรยากาศความเป็นไทยผสมผสานกันอย่างมีเอกลักษณ์ บริเวณโรงแรมอยู่ติดกับศูนย์การค้าเอ็มบีเคเซ็นเตอร์ ซึ่งเป็นศูนย์การค้าขนาดใหญ่ และอยู่ใกล้กับศูนย์การค้าอีกหลายแห่ง อาทิ สยามพารากอน สยามสแควร์ เซ็นทรัล เวิร์ด อีกทั้งยังใกล้เคียงกับสถานที่ท่องเที่ยว สถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์และศาสนา ทำให้โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ได้รับความสนใจและมีผลการตอบรับที่ดีจากนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างชาติ

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้าไปปฏิบัติสหกิจศึกษาที่โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ในแผนกครัว ในระยะเวลาหนึ่งนั้นทางผู้จัดทำได้สังเกตเห็นปัญหาในแผนกคือ ในแต่ละวันทางโรงแรมได้มีการทำอาหารเพื่อนำไปบริการให้กับลูกค้า แต่หลังจากที่นำไปบริการให้กับลูกค้าแล้วยังคงมีวัตถุดิบคงเหลือเช่น สับปะรดหลงเหลือเป็นจำนวนมาก และมะเขือเทศที่ย่างเหลือใช้และทางโรงแรมเองจะไม่นำของที่เหลือไปบริการให้ลูกค้าซ้ำ หากปล่อยทิ้งไว้นานวัตถุดิบจะเน่าเสีย และทำให้เกิดเป็นขยะได้

ผู้จัดทำได้ปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาว่ามีความสนใจจะนำเอาสับปะรดและมะเขือเทศที่ย่างเหลือมาพัฒนาและแปรรูปเป็นซอสรากู หรือซอสโบโลเนสให้มีความน่าสนใจ โดยการแปรรูปมะเขือเทศย่างเป็นซอสมะเขือเทศสำหรับการทำเป็นซอสรากู และเพิ่มความแปลกใหม่ทางเนื้อสัมผัสของซอสที่โดยการใส่สับปะรดเป็นตัวช่วย

ซึ่งการจัดทำโครงการนี้สามารถนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ภายในแผนกครัวมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่เพื่อไม่ให้เกิดขยะเพิ่มขึ้น และอีกทั้งยังเป็นการลดต้นทุนของแผนกครัวได้อีกด้วย

บททวนวรรณกรรม

1. ซอสรากู

ซอสรากู หรือ ซอสโบลองนีส หมายถึง ซอสเนื้อเกิดขึ้นที่เมืองโบลัญญา นิยมเสิร์ฟกับพาสต้าโฮมเมดเนื้อนุ่มอย่างเช่นดาลียาเทลเลหรือลาซานญา คำรับซอสโบลองนีสแต่ละที่ต่างกันออกไปบางสูตรใช้เนื้อวัวกับเนื้อหมู แปนเซตต้า เบคอนหรือตับไก่เพื่อเพิ่มความเข้มข้นของซอส หัวใจสำคัญของซอสนี้อยู่ที่รสชาติของเนื้อเป็นหลัก มะเขือเทศและผักอื่น ๆ เป็นตัวปรุงให้ซอสกลมกล่อมขึ้นเท่านั้น (ฉวรา เปลี่ยนบุญเลิศ, 2561)

ซอสโบลองเนส (Bolognese Sauce) เป็นซอสยอดนิยมนำต้นกำเนิดที่เมืองโบลัญญา นิยมรับประทานกับเส้นดกเล็กเตละเล่ (Tagliatelle) และใช้เป็นส่วนประกอบของลาซานญา ในปัจจุบันคนรับประทานซอสโบลองเนส กับเส้นพาสต้าแทบจะทุกประเภท (พล ศัฒนเสถียร, 2557)

วัตถุดิบที่ใช้ในการทำซอสรากู

1. สับปะรด

สับปะรด เป็นผลไม้เพื่อสุขภาพอีกชนิดหนึ่ง โดยประโยชน์ของสับปะรดนั้นมีอยู่หลากหลาย เพราะอุดมไปด้วยแร่ธาตุและวิตามินต่าง ๆ จำนวนมาก ซึ่งได้แก่ คาร์โบไฮเดรต วิตามินซี วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 วิตามินบี 5 วิตามินบี 6 กรดโฟลิก ธาตุแคลเซียม ธาตุโพแทสเซียม ธาตุแมกนีเซียม ธาตุแมงกานีส ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก ธาตุสังกะสี เป็นต้น ซึ่งเหล่านี้ถือว่ามีประโยชน์ต่อร่างกายและสุขภาพเราเป็นอย่างมาก และสรรพคุณสับปะรดทางสมุนไพรนั้น ก็ช่วย

รักษาอาการต่าง ๆ ได้อย่างหลากหลายเช่นกัน เช่น โรคบิด โรคนี้ช่วยบรรเทาอาการแผล เป็นหนอง ขับปัสสาวะ เป็นต้น (MedThai, 2560)

สับปะรดเป็นผลไม้เขตร้อนที่อุดมไปด้วยวิตามิน แร่ธาตุ โยอาหาร และมีเอนไซม์บรอมีเลน (bromelain) ซึ่งเป็นสารสำคัญที่มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาที่น่าสนใจหลายอย่าง ปัจจุบันนอกจากการนำ สับปะรดมาบริโภคในรูปแบบของผลไม้สดและใช้ เป็นส่วนประกอบในอาหารและขนมต่าง ๆ แล้ว ยัง มีการนำสับปะรดมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ได้ หลายชนิด เช่น สับปะรดกระป๋อง สับปะรดอบแห้ง สับปะรดแช่แข็ง น้ำผลไม้ น้ำส้มสายชู ไวน์ สับปะรด อุตสาหกรรมเบียร์ อุตสาหกรรมอาหาร อุตสาหกรรมอาหารสัตว์ และการใช้ในผลิตภัณฑ์ เครื่องสำอาง ซึ่งช่วยเพิ่มมูลค่าทางการตลาดให้กับ สับปะรดได้เป็นอย่างดี (กฤติยาไชยนอก, 2561)

2. มะเขือเทศ

มะเขือเทศ (Tomato) เป็นพืชชนิดหนึ่งที่อุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร มะเขือเทศขนาดปานกลางจะมีปริมาณวิตามินซีครึ่งหนึ่งของส้มโอทั้งผล มะเขือเทศผลหนึ่งจะมีวิตามินเอราว 1 ใน 3 ของ วิตามินเอที่ร่างกายต้องการในหนึ่งวัน นอกจากนี้ มะเขือเทศยังมีโปแตสเซียม ฟอสฟอรัส แมกนีเซียม และแร่ธาตุอื่น ๆ อีกหลายชนิด ลักษณะเป็นพืช สลิมลูกอายุเพียง 1 ปี ลำต้นตั้งตรง มีลักษณะเป็นพุ่ม มีขนอ่อน ๆ ปกคลุม ใบเป็นใบประกอบ ออก สลับกัน ใบย่อยมีขนาดไม่เท่ากัน บางใบเล็กเรียวยาว บางใบกลมใหญ่ ปลายใบแหลม ขอบใบเป็นหยัก ลึกคล้ายฟันเลื่อยมีขนอ่อน ๆ ออกดอกเป็นช่อหรือ ดอกเดี่ยว บริเวณซอกใบ ดอกมีสีเหลือง มีกลีบเลี้ยง สีเขียวประมาณ 5-6 กลีบ ผลเป็นผลเดี่ยว มีขนาด รูปร่างและสีต่างกัน ซึ่งมีขนาดเล็กประมาณ 3 เซนติเมตร จนถึงใหญ่ประมาณ 10 เซนติเมตร รูปร่างมีทั้งกลม กลมแบน หรือกลมรี ผิวนอกสี

เป็นมัน ผลดิบมีสีเขียว หรือเขียวอมเทา เมื่อสุกจะมี สีเหลือง สีส้ม หรือสีแดง เนื้อภายในน้ำด้วยน้ำมีรส เปรี้ยว เมล็ดมีเป็นจำนวนมาก มะเขือเทศมีหลาย พันธุ์ เช่น พันธุ์สีดา พันธุ์โรมาเรเดเพียร์ เป็นต้น (thananyacby, 2557)

3. หอมหัวใหญ่

หอมหัวใหญ่ (Onion) เป็นพืชล้มลุก อยู่วงศ์ตระกูล เดียวกับกระเทียม เป็นหอมชนิดหนึ่งมีหัวอยู่ใต้ดิน ลำต้น จะถูก ห่อหุ้มด้วยกาบใบ โดยรอบ ๆ ดอกออกเป็นช่อ แทงออกมาจากตรงกลางลำต้น หัว มีลักษณะทรงกลมแบน หรือทรงกลมรี หัวอ่อนมี เปลือกกาบใบห่อหุ้มหลายๆชั้นสีขาว หัวแก่มี เปลือกด้านนอกแห้งมีสีน้ำตาลอ่อน มีกลิ่นฉุน รสชาติเผ็ดร้อน มีถิ่นกำเนิดในทวีปเอเชียกลาง เป็น ที่นิยมปลูกกันทั่วไป ในหลายประเทศทั่วโลก เป็น พืชสมุนไพรไทยที่มีมาแต่โบราณ ในประเทศไทยมี ปลูกหลายสายพันธุ์ มีประโยชน์และสรรพคุณ ทางยาหลายอย่าง นำมาประกอบอาหาร เมนูต่าง ๆ ได้หลายเมนู (JOM, 2560)

4. แครอท

แครอท (Carrot) เป็นพืชผักสมุนไพร เป็นพืชล้มลุก ขนาดเล็ก ลำต้นสั้น ๆ เชื่อมอยู่ระหว่างรากกับใบ มีลักษณะกลมๆ เป็นข้อสั้น ๆ ใบแทงออกบริเวณ ตรงโคนของลำต้น มีก้านใบยาว ออกเรียงสลับรอบ ๆ มีใบย่อยออกเป็นคู่ มีลักษณะฝอยเล็ก ๆ มีสีเขียว มีรากแก้วที่พองโต เรียกว่าหัว ใต้เก็บสะสมอาหาร มีหัวขนาดเล็กหรือขนาดใหญ่ ตามสายพันธุ์ มีลักษณะทรงกลมยาวเรียว มีสีส้ม สีม่วง สีเหลือง สีแดง สีดำ สีขาว ตามสายพันธุ์ แทงลงในดิน มีราก ฝอยเล็ก ๆ ออกรอบ ๆ หัวเล็กน้อย มีเปลือกบางผิว เรียบ มีเนื้อแน่นฉ่ำน้ำ รสชาติหวานกรอบ สามารถ รับประทานสดได้ ทำเครื่องดื่มได้ นำมาประกอบ อาหารเมนูต่าง ๆ ได้หลายเมนู แครอทแบ่งเป็นสอง

ชนิด ได้แก่ แครอทบ้าน และแครอทป่า ในประเทศไทยมีปลูกหลายสายพันธุ์ (JOM, 2560)

5. เนื้อหมู

เนื้อหมู (pork) หรือเนื้อสุกร คือส่วนเนื้อที่มาจากหมู เนื้อหมูเป็นสารอาหารหลักหมู่ที่ 1 ประเภทโปรตีน และภายในเนื้อหมูนั้นอุดมไปด้วยสารอาหารต่าง ๆ มากมาย เช่น โปรตีน กรดไขมัน กรดอะมิโน วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 3 ฟอสฟอรัส และคอเลสเตอรอล โภชนาการของเนื้อหมูปริมาณ 100 กรัม มีพลังงาน 84 กิโลแคลอรีและโปรตีน 21 กรัม เนื้อหมูเป็นที่นิยมอย่างมากในการนำมาเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารซึ่งส่วนต่างๆ ของเนื้อหมูให้ประเภทสารอาหารที่ต่างกันขึ้นอยู่กับวิธีการเลือกใช้ อาทิ เนื้อหมูส่วนที่ได้รับปริมาณโปรตีนสูงคือส่วนสันใน เนื้อหมูส่วนที่มีไขมันมากคือส่วนสามชั้น ส่วนคอ และซี่โครง น้อยลงตามลำดับ ถึงแม้เนื้อหมูจะเป็นวัตถุดิบที่นิยมบริโภคแต่ก็เป็นสิ่งต้องห้ามในบางศาสนาเช่นศาสนาอิสลาม และศาสนาฮินดู เนื้อหมูคือ วัตถุดิบที่ถูกจัดอยู่ในกลุ่มเนื้อสัตว์ ซึ่งให้โปรตีนต่อร่างกายอันส่งผลไปถึงการเจริญเติบโตของอวัยวะ เนื้อเยื่อ โดยร่างกายจะนำเอาไปซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ หรือเข้าสู่กระบวนการสร้างเนื้อเยื่อใหม่ขึ้นมาทดแทนในส่วนที่ขาดหายไป ควบคุมการทำงานให้กับอวัยวะ พร้อมทั้งสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย เพิ่มกล้ามเนื้อ ช่วยให้มีความสุขแข็งแรงมากยิ่งขึ้นกว่าเดิม รักษาระดับน้ำตาลในเลือด และมีประโยชน์ต่อระบบการสืบพันธุ์อย่างมาก (กินไหม, 2564)

6. น้ำมันมะกอก

น้ำมันมะกอก (Olive Oil) คือ น้ำมันธรรมชาติที่เกิดจากการนำเอาผลแก่ของต้นมะกอกโอลิฟมาสกัดเอาน้ำมัน ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มของน้ำมันพืช ลักษณะของน้ำมันมะกอกจะมีสีเขียวใส สีเหลืองใส

หรือใสไม่มีสี ขึ้นอยู่กับวิธีการที่นำมาผลิตน้ำมันมะกอก สำหรับผู้ที่รักสุขภาพแล้วนิยมน้ำมันมะกอกนำมาใช้ในการประกอบอาหาร เพราะมีผลการวิจัยทางวิทยาศาสตร์และทางการแพทย์บ่งบอกว่าน้ำมันมะกอกเป็นน้ำมันที่ดีต่อสุขภาพ เมื่อรับประทานเข้าไปจะไม่ก่อโทษในร่างกาย สามารถนำน้ำมันมะกอกมาใช้ปรุงอาหารรับประทานได้ทุกประเภท นอกจากนั้นยังมีการใช้น้ำมันมะกอกเป็นสารตั้งต้นในการผลิตสบู่ พลาสติก วัสดุอุดฟัน น้ำมันสำหรับนวดเพราะว่าน้ำมันมะกอกนั้นซึมเข้าสู่ผิวได้อย่างรวดเร็วและไม่ทิ้งความมันบนผิว จึงนิยมนำไปเป็นส่วนประกอบของเครื่องสำอาง ครีมบำรุงผิว ครีมแฉับผิวและครีมบำรุงผิวน้ำอีกด้วย (ampro_content, 2561)

7. เกลือบริโภค

เกลือบริโภค (table salt) คือเกลือโซเดียมคลอไรด์ (sodium chloride) ที่เป็นผงละเอียดสีขาว ใช้สำหรับปรุงอาหารเสริมไอโอดีนเพื่อเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการ ป้องกันการเกิดโรคคอพอกและมีส่วนผสมของสารที่ทำให้ไอโอดีนคงตัว (stabilizers for the iodine) และ สารป้องกันการจับตัวเป็นก้อน (anticaking agent) เพื่อป้องกันการดูดน้ำ ทำให้เทง่าย ไม่จับตัวกันเป็นก้อน (พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และนิธิยา รัตนานพนธ์, ม.ป.ป.)

8. พริกไทย

พริกไทย (Pepper) เป็นหนึ่งในเครื่องเทศที่มีการใช้ปรุงอาหารมากที่สุดชนิดหนึ่งของโลก พริกไทยนั้นเป็นสมุนไพรเครื่องปรุงกลิ่นรสอาหารที่มีกลิ่นหอม รสชาติเผ็ดร้อน สามารถใช้เป็นสารกันเสียได้ เนื่องจากมีฤทธิ์ต่อต้านจุลินทรีย์ พริกไทยมีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า Piper Nigrum มีแหล่งกำเนิดจากภาคตะวันออกเฉียงใต้ของอินเดีย ในสมัยก่อนนั้นเป็นสินค้าที่มีค่าสูงมากราวกับทองคำ มีแต่ชนชั้นสูงเท่านั้นที่สามารถเข้าถึงได้ ปัจจุบันเป็นพืช

เศรษฐกิจในประเทศอาเซียน เช่น เวียดนาม ไทย อินโดนีเซีย และบราซิล ลำต้นพริกไทยเป็นลักษณะ เถาวัลย์เลื้อย เป็นไม้ยืนต้นพร้อม มีรากเล็ก ๆ ขอน ไซตามลำต้นช่วยในการยึดเกาะขึ้นด้านบน และมี รากหาอาหารเลี้ยงลำต้นในพื้นที่ดินเหมือนต้นไม้ ทั่วไป ส่วนใบคล้ายใบพลูปลายแหลม ขอบใบเรียบ มีดอกเป็นช่อนิยมปลูกในโรงเรือน หรือทำ พื้นที่ยึดเกาะเอาไว้ พริกไทยเป็นพืชที่ปลูกง่าย ชอบ ดินที่ระบายน้ำ และชอบอากาศอุ่นชื้นเป็นหลักจะ ทำให้เจริญเติบโตได้ดี และนำส่วนผลที่เรียงตัวแน่น บนแกนมาตากแห้งเพื่อใช้เป็นเครื่องเทศปรุงรส (clonklang, 2562)

9. น้ำส้มสายชู

น้ำส้มสายชูเป็นเครื่องปรุงรสอาหารที่มีประจำ ทุกครัวเรือน เพื่อเพิ่มรสเปรี้ยวหรือแต่งกลิ่น มีกรด อินทรีย์ชนิดหนึ่งคือกรดน้ำส้ม เป็นองค์ประกอบ สำคัญนอกจากนี้อาจมีกรดอินทรีย์และสารอื่น ๆ ปนอยู่ด้วยเป็นส่วนน้อย เช่น กรดมาลิก กรดแลคติก เอสเทอร์ แอลกอฮอล์ อัลดีไฮด์ ฯลฯ ซึ่งเกิดขึ้นจาก ธรรมชาติของการผลิตน้ำส้มด้วยวิธีหมัก (ล้วน ขาวหนู, ม.ป.ป.)

10. กานพลู

กานพลูเป็นเป็น สมุนไพรชนิดหนึ่งที่น่าสนใจ มีสรรพคุณทางยาหลากหลาย มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว เป็นสมุนไพรไทยที่มีรสเผ็ด โดยมีการเพาะปลูก และเก็บเกี่ยวมากที่สุดในประเทศอินโดนีเซีย อินเดีย ปากีสถาน และศรีลังกา เป็นต้น กานพลู นำมาใช้ประโยชน์ได้หลายส่วน ไม่ว่าจะเป็นดอก ตุม ผล ต้น เปลือก ใบ รวมไปถึงน้ำมันหอมระเหย ในบัญชียาสมุนไพร ตามประกาศคณะกรรมการ แห่งชาติด้านยา (ฉบับที่ 5) มีการใช้กานพลูเป็นยา รักษาอาการทางระบบไหลเวียนโลหิต (แก้ลม) โดยปรากฏอยู่ในตำรับยาหลายชนิด ได้แก่ ยาหอม เทพจิตร ยาหอมนวโกฐ ซึ่งจะมีส่วนประกอบของ

กานพลูร่วมกับสมุนไพรชนิดอื่น ๆ อยู่ด้วย มีสรรพคุณช่วยแก้ลม วิงเวียน อาการหน้ามืดตาลาย ใจสั่น คลื่นไส้อาเจียน และยังมีการใช้กานพลูเป็น ยารักษาอาการทางระบบอาหาร ซึ่งประกอบ ไปด้วย ยาธาตุบรรจบ ยาประสะกานพลู ซึ่งจะช่วย แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ จุกเสียด อาหารไม่ย่อย เป็นต้น (MedThai, 2560)

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

นริญา ขามานนท์ และคณะ (2562)

ได้ศึกษาค้นเมนูสลัดน้ำสลัดสับปะรด ไข่ชอส มะละกอ และวุ้นฝรั่งเกลือ จากการนำผลไม้ต่าง ๆ

ที่เหลือจากการตำรองลงไลน์อาหารช่วงเช้าและ กลางวันในโรงแรม ได้ผลลัพธ์จากการสำรวจ แบบสอบถามอยู่ในเกณฑ์ที่น่าพึงพอใจ พบว่า ในส่วนของด้านเพศนั้น เป็นเพศชายมากที่สุดคิด เป็นร้อยละ 56.66 และเป็นเพศหญิงน้อยที่สุดคิด เป็นร้อยละ 43.33 ในส่วนของด้านอายุคือกลุ่มของ ตัวอย่างที่มีอายุ 40- 49 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 33.33 และกลุ่มที่มีอายุ 20-29 ปี น้อยที่สุดคิดเป็น ร้อยละ 16.66 และ จากตารางของค่าเฉลี่ยและ ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อ โครงการ ชุดเมนูพิเศษ: สลัดชอสสับปะรด ไข่ชอส มะละกอ และวุ้นฝรั่งเกลือ (Special MenuSet: Pineapple Dressing Salad, Papaya Cream Sauce with Chicken, Chili Salt and Guava Jelly) นั้นอยู่ใน ระดับความพึงพอใจมากที่ค่าเฉลี่ย 3.87

วัตถุประสงค์

1. เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และ ลดต้นทุนการผลิต
2. เพื่อสร้างสรรค์นำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับ สถานประกอบการ

ขอบเขตของโครงการงาน

1. ขอบเขตด้านพื้นที่

โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส (Pathumwan Princess Hotel) แผนกครัว

2. ขอบเขตด้านประชากร

การเลือกกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลในครั้งนี้เป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงโดยใช้กลุ่มตัวอย่างพนักงานภายในโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส และผู้ใช้บริการหรือลูกค้าภายในโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

3. ขอบเขตด้านเวลา

เก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินงานตั้งแต่วันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565 รวมระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์

4. ขอบเขตด้านข้อมูลเนื้อหา

ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการแปรรูปอาหารให้เป็นซอสราгу โดยทำการศึกษาขั้นตอนการถนอมอาหารรวมถึงวิธีการทำว่ามีขั้นตอนอย่างไรจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งงานวิจัย หนังสือบทความ และสื่อออนไลน์

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ช่วยลดรายจ่ายในกระบวนการผลิต และนำวัตถุดิบมาสร้างสรรค์
2. สามารถใช้วัตถุดิบที่เหลือใช้มาเป็นส่วนประกอบอาหารรายการอื่น ๆ ได้
3. นำมาต่อ ยอดเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับสถานประกอบการได้

ข้อมูลวัตถุดิบ

วัตถุดิบที่ใช้ในการทำซอสราгуสับประรด มีดังนี้

1. มะเขือเทศย่าง	500	กรัม
2. สับประรดหั่นเต๋า	300	กรัม
3. หัวหอมหั่นเต๋า	100	กรัม

4. แครอทหั่นเต๋า

100	กรัม
-----	------

5. หมูสับ

250	กรัม
-----	------

6. น้ำเปล่า

500	มิลลิลิตร
-----	-----------

7. น้ำส้มสายชู

15	มิลลิลิตร
----	-----------

8. น้ำมันมะกอก

13	มิลลิลิตร
----	-----------

9. เกลือบริโภค

2	กรัม
---	------

10. พริกไทย

2	กรัม
---	------

11. น้ำตาล

2	กรัม
---	------

12. กานพลู

1	กรัม
---	------

วิธีการดำเนินการ

1. ทำซอสมะเขือเทศโดยการนำมะเขือเทศมายีในกระชอนให้ได้น้ำ หรือใช้เครื่องปั่นปั่นมะเขือเทศให้ละเอียด

2. ปิ้งรสด้วยเกลือ น้ำตาล น้ำส้มสายชู กานพลู ชิมรสตามชอบใจ

3. เปิดไฟกลางและนำซอสมะเขือเทศไปเคี่ยวให้งวดขึ้น แล้วพักไว้ให้เย็น

4. เปิดไฟกลาง ใส่ น้ำมันมะกอกลงไปนหม้อตามด้วยสับประรด แครอท หัวหอม และหมูสับที่เตรียมไว้ ผัดเรื่อย ๆ จนค่อนข้างสุก ระวังอย่าให้หมูสับติดหม้อ

5. ใส่ซอสมะเขือเทศที่ได้ทำเตรียมไว้ลงไป

6. เมื่อผัดจนเข้ากันแล้ว ปิ้งรสด้วยเกลือและพริกไทยจากนั้นปิดฝาหม้อและตุ๋นไว้จนกว่าจะไม่มีน้ำหลงเหลืออยู่ใช้ระยะเวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง

สรุปผลโครงการงาน

หลังจากที่ได้เข้าปฏิบัติสหกิจศึกษาตั้งแต่วันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565 รวมระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ ในแผนกครัวของโรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ในการปฏิบัติงานภายในแผนกครัวเป็นอย่างมาก ทั้งในเรื่องการแก้ไขปัญหาและ

สถานการณ์ต่างๆ รวมไปถึงการสังเกตเห็นถึงปัญหาว่าในแต่ละวันจะมีผลไม้บางชนิดที่เหลือทิ้งซึ่งมะเขือเทศและสับปะรดนั้นก็เป็นหนึ่งในผลไม้มันที่มีการเหลือทิ้งมากผู้จัดทำจึงนำมาแปรรูปเป็นซอสราгу ที่เป็นซอสที่มีความสร้างสรรค์ใหม่ให้กับโรงแรม มีประโยชน์ในการช่วยลดปัญหาวัตถุดิบเน่าเสียที่ก่อให้เกิดเป็นปัญหาขยะในภายหลังอีกทั้งช่วยลดต้นทุนให้ทางโรงแรมเป็นอย่างมาก

จากการที่ได้ทดลองปรุงอาหารและทดลองทำมาให้พนักงานในโรงแรมลองทานเพื่อให้เกิดข้อเสนอแนะและผู้จัดทำได้ทำการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจโดยประเมินจากแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างเป็นจำนวน 25 คน ผลของแบบสอบถามที่มีต่อซอสราгуสับปะรด พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 มีอายุระหว่าง 21 – 40 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 84.00 ระดับการศึกษาปริญญาตรี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 68.00 และแผนกงานครัวร้อนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 28.00 ซึ่งผลสรุปจากตารางค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจที่มีต่อโครงการซอสราгуสับปะรด มีระดับความพึงพอใจรวมอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 4.53

หากพิจารณาแต่ละหัวข้อพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจมากที่สุดกับหัวข้อ “สามารถลดปริมาณขยะให้กับแผนกครัวได้” ได้รับคะแนนเฉลี่ย 4.84 รองลงมาคือหัวข้อ “ลักษณะโดยรวมของซอส” ได้รับคะแนนเฉลี่ย 4.64 และหัวข้อ “ช่วยลดต้นทุนหรือค่าใช้จ่ายภายในได้อย่างแท้จริง” ได้รับคะแนนเฉลี่ย 4.60

ข้อเสนอแนะในการต่อยอดโครงการ

นอกจากซอสราгуสับปะรดจะนำไปเป็นส่วนผสมของเมนูพาสต้าเพนเน่ หรือพิซซ่า ซอสราгу

สับปะรดสามารถเสิร์ฟพร้อมกับเมนูอื่นได้ อาทิ ลาซานญา เบอร์เกอร์ และสามารถแปรรูปเป็นซอสขนมหวานได้โดยการปรับเปลี่ยนสูตรเพียงเล็กน้อย

กิตติกรรมประกาศ

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรมปทุมวัน ปริ้นเซส ตั้งแต่วันที่ 17 มกราคม 2565 ถึงวันที่ 6 พฤษภาคม 2565 เป็นช่วงเวลาที่ทำให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ มากมาย สำหรับโครงการสหกิจศึกษาลบนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่าย ดังนี้

1. คุณจิรายุทธ วิจารย์ ตำแหน่ง พนักงานที่ปรึกษา
2. อาจารย์ยุวริน ศรีปาน ตำแหน่ง อาจารย์ที่ปรึกษาและบุคลากรท่านอื่น ๆ ที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำและช่วยเหลือในการจัดทำรายงานผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและความเข้าใจกับชีวิตของการทำงานจริงซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

บรรณานุกรม

- กฤติยา ไชยนอก. (2561). สับปะรด : ผลไม้รักษาโรค. เข้าถึงได้จาก <https://pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/429/สับปะรด-อาหารไม่ย่อย-จัดเบา/>
- กินไหม. (2564). ประโยชน์ของเนื้อหมู มีดีมากกว่าที่คิดเอาไว้เยอะ. เข้าถึงได้จาก <https://ginmaifood.com/the-benefits-of-pork/>
- ก้วน ขาวหนู. (ม.ป.ป.). น้ำส้มสายชู (vinegar). เข้าถึงได้จาก

- <https://www.healthcarethai.com/>
น้ำส้มสายชู-vinegar/
ฉวรา เปลี่ยนบุญเลิศ. (2561). *คาลิยาเตลเล่โบลอง*
นีส. เข้าถึงได้จาก <https://krua.co/recipe/>
คาลิยาเตลเล่โบลองนีส/
นริญา ยามานนท์, วรศักดิ์ สกุนี และสราลี รัตนานนท์. (2562). *ชุดเมนูพิเศษ: สลัดซอส*
สับปะรด ไก่ซอสมะละกอ และ วุ้นฝรั่ง
พริกเกลือ. (สหกิจศึกษา). กรุงเทพฯ:
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม.
พล ตันหาเสถียร. (2557). *Pasta Bolognese (พาสต้า*
โบโลเนส). เข้าถึงได้จาก
<https://www.pholfoodmafia.com/recipe/pasta-bolognese-พาสต้าโบโลเนส/>
พิชชาMITK. (2565). *หมูบด หมูเค็ม หมูสับ*
ต่างกันอย่างไร. เข้าถึงได้จาก
<https://www.pitchameat.com/different-ground-minced-bouncy-pork/>
พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และนิธิยา รัตนานนท์.
(ม.ป.ป.). *Vinegar / น้ำส้มสายชู*.
เข้าถึงได้จาก
<https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/1183/vinegar-น้ำส้มสายชู>
โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส. (ม.ป.ป.). *โรงแรมปทุมวัน*
ปริ๊นเซส. เข้าถึงได้จาก
https://www.expedia.co.th/Bangkok-Hotels-Pathumwan-Princess-Hotel.h47254.Hotel-Information-admin_akaforever. (ม.ป.ป.). *เกลือหิมาลัย vs เกลือ*
สินเธาว์. เข้าถึงได้จาก
<https://akaforeveryoung.com/2020/09/11/เกลือหิมาลัย-vs-เกลือ/>
ampro_content. (2561). *น้ำมันมะกอกมี*
คุณประโยชน์อย่างไร (Olive Oil).
เข้าถึงได้จาก
<https://amprohealth.com/magazine/olive-oil/>
clonklang. (2562). *พริกไทย รู้จักกับพริกไทยชนิด*
ต่างๆ. เข้าถึงได้จาก
<https://www.chonklang.com/th/บทความ/พริกไทย+รู้จักกับพริกไทยชนิดต่างๆ-33/>
Disthai. (ม.ป.ป.). *พริกไทย ประโยชน์ดีๆ สรรพคุณ*
เด่นๆ และข้อมูลงานวิจัย. เข้าถึงได้จาก
<https://www.disthai.com/16488254/>
พริกไทย
Dusit. (ม.ป.ป.). *Pathumwan Princess Hotel*.
เข้าถึงได้จาก
<https://www.dusit.com/dusitprincess-pathumwanmbkcentrebangkok/th/honestdocs>. (2563). *รู้จักกับ "เกลือ" ขั้นตอนการ*
ผลิต และการนำมาใช้ประโยชน์. เข้าถึง
ได้จาก <https://hd.co.th/salt-production-and-benefits>
JOM. (2559). *มะเขือเทศ*. เข้าถึงได้จาก
<https://www.thai-thaifood.com/th/มะเขือเทศ/>
JOM. (2560). *หอมหัวใหญ่*. เข้าถึงได้จาก
<https://www.thai-thaifood.com/th/หอมหัวใหญ่/>
Julie Italy. (23 กันยายน 2562). *ซอสเนื้อ|รา*
กู|Ragu| อาหารอิตาเลียน|ซอสสำหรับลา
ซานญา|Julie Italy [Video]. เข้าถึงได้จาก
<https://www.youtube.com/watch?v=Bv3qUocNVWY>
Jurairat N.. (2562). *“น้ำมันมะกอก” ชนิดไหนใช้*
ทอด ผัด หรือทานกับสลัด?. เข้าถึงได้จาก
<https://www.sanook.com/health/4537/>
MBK Group. (ม.ป.ป.). *โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส*.

- เข้าถึงได้จาก
<https://www.mbkgroup.co.th/th/business/hotel/pathumwan>
- MedThai. (2560). *กานพลู สรรพคุณและประโยชน์ของกานพลู 39 ข้อ!*. เข้าถึงได้จาก
<https://medthai.com/กานพลู/>
- MedThai. (2560). *พริกไทย สรรพคุณและประโยชน์ของพริกไทยดำ พริกไทยอ่อน 50 ข้อ !*. เข้าถึงได้จาก
<https://medthai.com/พริกไทย/>
- MedThai. (2560). *มะเขือเทศ สรรพคุณและประโยชน์ของมะเขือเทศ 28 ข้อ !*. สืบค้นจาก <https://medthai.com/มะเขือเทศ/>
- MedThai. (2560). *สับปะรด สรรพคุณและประโยชน์ของสับปะรด 32 ข้อ !*. สืบค้นจาก <https://medthai.com/สับปะรด/>
- MGR Online. (2551). “หอมใหญ่” ประโยชน์เพียบ ลดเสี่ยงโรค ป้องกันไขมันเกาะผนังเส้นเลือด. เข้าถึงได้จาก
<https://mgronline.com/qol/detail/9510000030023>
- monkeytan. (2560). *วิธีทำซอสมะเขือเทศโฮมเมด สูตรน้ำตาลน้อย ไร้สารกันบูด*. เข้าถึงได้จาก <https://food.mthai.com/food-recipe/124512.html>
- Mr. Jerky. (2561). *เนื้อหมู คุณค่าทางโภชนาการ และผลกระทบต่อสุขภาพ*. เข้าถึงได้จาก
<https://www.bangkokjerky.com/pork-nutrition-facts-and-health-effects/>
- Pobpad. (ม.ป.ป.). *แครอทกับประโยชน์ต่อสุขภาพ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.pobpad.com/แครอทกับประโยชน์ต่อสุขภาพ>
- Pprincess. (ม.ป.ป.). *Pathumwan Princess*. เข้าถึงได้จาก <https://www.pprincess.com/>
- Rinsa Yoyolive. (ม.ป.ป.). *ปทุมวัน ปรี๊นเซส กินเที่ยว ซุป แพ็คเก็จคุ้ม พักแถมนวด*. เข้าถึงได้จาก
<https://th.readme.me/p/37260>
- RosalynTH. (ม.ป.ป.). *พาสต้าโบโลเนส Pasta Bolognese* รสชาตินุ่มชุ่มซอสอร่อย ทำง่ายมาก. เข้าถึงได้จาก
<https://www.rosalynth.com/home/2022/02/16/พาสต้าโบโลเนส-pasta-bolognese/>
- Tanthai Partikornwong. (2563). *เปิดตำรา “โลกของพริกไทย” ราชานแห่งเครื่องเทศ สุดยอดเครื่องปรุงระดับโลก*. เข้าถึงได้จาก
<https://www.wongnai.com/food-tips/type-of-peppers>
- THANANYACBY. (2557). *บทความเรื่องมะเขือเทศ*. เข้าถึงได้จาก
<https://thananyacby.wordpress.com/2014/08/06/บทความเรื่องมะเขือเทศ/>
- YINGNOI. (2554). *รีวิว คี โอลิมปิก คลับ*. เข้าถึงได้จาก
<http://www.painaidii.com/review/11681/the-olympic-club-10330/lang/th>



ภาคผนวก จ
โปสเตอร์



ซอสราгуสับประรด (Pineapple Ragu Sauce)

ผู้จัดทำ นางสาวกัญญารัตน์ น้อยประชา
 ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยงและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม
อาจารย์ที่ปรึกษา : อาจารย์อุรวริน ศรีปิ่น
พนักงานที่ปรึกษา : คุณจิราวุฑฒ วิจาวณ์
สถานประกอบการ : โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้าไปปฏิบัติสหกิจศึกษาที่โรงแรมปทุมวัน ปริ๊นเซส ในแผนกครัว ได้สังเกตเห็นปัญหาในแผนกคือในแต่ละวันยังคงมีวัตถุดิบหลงเหลือจากการนำไปบริการให้ลูกค้า เช่น สับประรดและมะเขือเทศที่ยังหลงเหลือเป็นจำนวนมากและทางโรงแรมเองจะไม่นำของที่เหลือไปบริการให้ลูกค้าซ้ำ หากปล่อยทิ้งไว้วันน วัตถุดิบจะเน่าเสีย และทำให้เกิดเป็นขยะได้

ผู้จัดทำได้ปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษานำมีความสนใจจะนำเอาสับประรดและมะเขือเทศอย่างมาพัฒนาและแปรรูปเป็นซอสราгу ให้มีความน่าสนใจ โดยการแปรรูปมะเขือเทศยังเป็นซอสมะเขือเทศสำหรับการทำเป็นซอสราгу และเพิ่มความแปลกใหม่ทางเนื้อสัมผัสของซอสที่โดดเด่นใช้สับประรดเป็นตัวชูโรง ซึ่งการจัดทำโครงการนี้สามารถนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ภายในแผนกครัวมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่เพื่อไม่ทำให้เกิดขยะเพิ่มขึ้น และอีกทั้งยังเป็นการลดต้นทุนของแผนกครัวได้อีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และลดต้นทุนการผลิต
2. เพื่อสร้างสรรค่นำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับสถานประกอบการ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ช่วยลดขยะในกระบวนการผลิต และนำวัตถุดิบมาสร้างสรรค
2. สามารถใช้วัตถุดิบที่เหลือใช้มาเป็นส่วนประกอบอาหารรายการอื่น ๆ ได้
3. นำมาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ให้กับสถานประกอบการ ได้

ข้อมูลวัตถุดิบ

1. มะเขือเทศต่าง	500	กรัม
2. สับประรดหั่นเต๋า	300	กรัม
3. หัวหอมหั่นเต๋า	100	กรัม
4. มะกรูดหั่นเต๋า	100	กรัม
5. พริกไทย	250	กรัม
6. น้ำมัน	500	มิลลิลิตร
7. น้ำมันสวางขุ	15	มิลลิลิตร
8. น้ำมันมะกอก	13	มิลลิลิตร
9. เกลือป่น	2	กรัม
10. พริกไทย	2	กรัม
11. น้ำมัน	2	กรัม
12. กานพลู	1	กรัม

วิธีการดำเนินการ

1. ทำซอสมะเขือเทศโดยการนำมะเขือเทศมาหั่นในกระชอนให้ได้น้ำ หรือใช้เครื่องปั่นปั่นมะเขือเทศให้ละเอียด
 2. ปิ้งรสหัวหอมกลีบ น้ำมัน น้ำมันสวางขุ กานพลู ซิตรสดตามชอบใจ
 3. เปิดไฟกลางและนำซอสมะเขือเทศไปเคี่ยวให้งวดขึ้น แล้วพัดไว้ไว้ให้เย็น
 4. เปิดไฟกลาง ใส่น้ำมันมะกอกลงไปให้พรมทั่วด้วยสับประรด แครอท หัวหอม และหมูสับที่ควีนไว้ ผัดเรื่อยๆ จนเกือบแห้งสุก ระวังอย่าให้หมูสับติดหม้อ
 5. ใส่มะเขือเทศที่ได้น้ำที่เตรียมไว้ลงไป
 6. เมื่อผัดจนเข้ากันแล้ว ปิ้งรสหัวหอมกลีบและพริกไทย
- จากนั้นเปิดไฟอ่อนและตุ๋นไว้จนกว่าจะไม่มีน้ำหลงเหลืออยู่ใช้ระยะเวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง



สรุปผลโครงการ

จากการทดลองทำซอสราгуสับประรด นำซอสราгуสับประรดไปผสมอยู่ในเมนูต่าง ๆ และได้รับรวบรวมข้อมูลจากแบบประเมินความพึงพอใจ พบว่าสามารถช่วยลดต้นทุนให้กับแผนกครัวได้จริงและได้รับความพึงพอใจในระดับมากที่สุด





ภาคผนวก ฉ
ประวัติผู้จัดทำ

ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อ - นามสกุล : กัญญารัตน์ น้อยประชา

รหัสนักศึกษา : 6004400154

คณะ : ศิลปศาสตร์

สาขาวิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

ที่อยู่ : 141/3 หมู่ที่ 1 หมู่บ้านศาลายา 2 ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม 73170

