



รายงานการปฏิบัติงานโครงการสหกิจศึกษา

แยมสามสหાય (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

Three Comrades Jam (Dragon fruit Pineapple and Pomelo)



นางสาวพรลภัส กัดัดเจริญ 5804420004

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา 116-495 สหกิจศึกษา

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและบริการ


คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2564

หัวข้อโครงการ แคมสามสหાય (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)
 Three Comrades Jam (Dragon fruit Pineapple and Pomelo)
รายชื่อผู้จัดทำ นางสาวพรภัสร์ กลัดเจริญ
ภาควิชา อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและบริการ
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์จินต์จุฑา ไชยศรีษะ

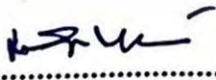
อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ภาควิชาอุตสาหกรรม
การท่องเที่ยวและบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2564

คณะกรรมการการสอนโครงการ


.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์จินต์จุฑา ไชยศรีษะ)


.....พนักงานที่ปรึกษา
(คุณ โชนัน)


.....กรรมการกลาง
(อาจารย์พิมพ์พิชชา เลิศสกุลผาสุข)


.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักงานสหกิจศึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มารุจ ติมปะวัฒนา)

ชื่อโครงการ	: แยมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)
หน่วยกิต	: 5 หน่วยกิต
ผู้จัดทำ	: นางสาวพรลภัส กลัดเจริญ
อาจารย์ที่ปรึกษา	: อาจารย์จินต์จุฑา ไชยศรีษะ
ระดับการศึกษา	: ปริญญาตรี
สาขาวิชา	: การโรงแรม
คณะ	: ศิลปศาสตร์
ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา	: 3/2564

บทคัดย่อ

เนื่องจากสถานการณ์ปัจจุบันยังมีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 อย่างต่อเนื่อง จึงทำให้ระยะเวลาที่ผ่านมาทางโรงแรมเรอเนอว็อลซ์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา มีจำนวนลูกค้าเข้ามาใช้บริการน้อยลงเป็นจำนวนมาก ส่งผลให้ทางแผนกครัวมีปริมาณวัตถุดิบจำพวกผลไม้เหลือใช้ค่อนข้างมาก ซึ่งผลไม้บางชนิดไม่สามารถเก็บไว้ได้นาน เนื่องจากเป็นของสด เมื่อนำไปใช้แล้วจะไม่สามารถนำมาใช้เมื่อถัดไปได้อีก ผู้จัดทำเล็งเห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจึงได้ค้นคว้าหาวิธีถนอมอาหารโดยนำผลไม้ที่เหลือมาทำเป็นแยม โดยการจัดทำโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ ซึ่งวัตถุประสงค์ของโครงการคือ 1) เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้ของโรงแรมมาทำเป็นเมนูใหม่ 2) เพื่อลดปริมาณขยะประเภทผลไม้เหลือใช้ 3) เพื่อนำผลไม้เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด เป็นการพัฒนามenuใหม่ให้กับสถานประกอบการ

ผู้จัดทำได้ทำการสำรวจความพึงพอใจของแยมสามสหาย โดยการนำไปแจกกลุ่มตัวอย่างคือ พนักงานในโรงแรมเรอเนอว็อลซ์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา จำนวน 30 คน ทดลองชิม เพื่อให้ทราบถึงผลของโครงการ พบว่าพนักงานมีความพึงพอใจในด้านของรสชาติของแยม ความสะอาดของแยม เนื้อสัมผัสของแยม และปริมาณของแยมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก รองลงมาคือ สีกลิ่นและกลิ่นของแยมอยู่ในระดับพึงพอใจปานกลาง ดังนั้นจึงสรุปภาพรวมได้ว่า โครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอมีระดับการสำรวจความพึงพอใจอยู่ที่ระดับความพึงพอใจมาก

คำสำคัญ : แก้วมังกร สับปะรด ส้มโอ

Project Title : Sam Sahai Jam (Dragon Fruit Pineapple and Pomelo)
Credits : 5
By : Ms. Phonlaphod Katcharoen
Advisor : Ms. Jinjuta Chairsisa
Degree : Bachelor of Arts
Major : Hotel
Faculty : Liberal Arts
Semester / Academic Year : 3/2021

Abstract

Due to Covid-19, very few customers are coming to the Rueangwan Riverside Resort & Spa. As a result, the kitchen department has a large amount of raw materials and some fruit. Some fruits can't be kept for a long time because they are fresh. The researcher saw the problem and searched for ways to recycling the leftover fruit to make jam. The researcher created a project of Sam Sahai Jam from dragon fruit, pomelo, and pineapple. The objectives of the project were 1) to use the hotel's leftover fruit as a new menu item. 2) to reduce the amount of leftover fruit ; 3) to maximize the use of leftover fruit as a new menu item development for businesses.

The researcher surveyed the satisfaction of Sam Sahai Jam, a sample of 30 employees at the Rueangwan Riverside Resort & Spa. The results showed that the staff were satisfied with the taste, cleanliness of the jam, and the amount of jam, at highly agreeable level, followed by the color and aroma, at middle agreeable level. As a result, it was concluded that the Sam Sahai Jam from dragon fruit, pineapple, and pomelo was at a highly agreeable level of satisfaction.

Keywords: fruit, jam, Rueangwan Riverside Resort & Spa

Approved by
.....

กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา ตั้งแต่วันที่ 1 มิถุนายน 2565 ถึงวันที่ 9 กันยายน 2565 ได้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ด้วยดี ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้ ประสบการณ์การทำงานต่าง ๆ และความเข้าใจในชีวิตการทำงานจริงที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน และสามารถนำความรู้ประสบการณ์ที่ได้ไปใช้ในการประกอบอาชีพในอนาคต ด้วยความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจาก โรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปาที่ให้โอกาสผู้จัดทำเข้ามาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา กรุณาเสียสละเวลาอบรม สอนงาน และช่วยเหลือด้านต่าง ๆ ตลอดระยะเวลาในการปฏิบัติสหกิจศึกษาในครั้งนี้ จึงขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ ที่นี้ จากการสนับสนุนหลายฝ่ายดังนี้

1. คุณ โชนี ตำแหน่ง พนักงานที่ปรึกษา (Cook 1)
2. อาจารย์จินต์จุฑา ไชยศรีษะ อาจารย์ที่ปรึกษาสหกิจศึกษา

และบุคคลที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำในการจัดทำรายงานสหกิจศึกษานับนี้เสร็จสมบูรณ์

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อ โรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา และผู้สนใจปฏิบัติสหกิจศึกษาของโรงแรม เพื่อเป็นแนวทางเบื้องต้นในการทำความเข้าใจและพัฒนาโครงการต่อไป รวมทั้งในการค้นคว้าของผู้สนใจทั่วไปด้วย หากรายงานฉบับนี้มีข้อผิดพลาดประการใดผู้จัดทำขออภัยมา ณ ที่นี้

ผู้จัดทำ

นางสาวพรลภัส กัตต์เจริญ

14 ธันวาคม 2565

สารบัญ

หน้า

จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	2
1.3 ขอบเขตของโครงการ	2
1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	2
บทที่ 2 รายละเอียดการปฏิบัติงานในสถานประกอบการ	
2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ	3
2.2 แผนที่ของโรงแรมเรือนเคียววัลย์ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา	4
2.3 ลักษณะการประกอบการ การให้บริการหลักขององค์กร	4
2.4 รูปแบบการจัดการองค์กรและการบริหารงานองค์กร	12
2.5 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย	12
2.6 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา	13
2.7 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน	13
2.8 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	13
2.9 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	14
2.10 ปัญหาและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการทำงาน	14
บทที่ 3 การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับแยม	17
3.2 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในการทำแยม	19
3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	33

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 4 รายละเอียดของโครงการ

- 4.1 วัตถุประสงค์และอุปกรณ์การทำแอมสามสายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ 36
- 4.2 รายการต้นทุนการทำแอมสามสายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ 42
- 4.3 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจของแอมสามสายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ 42

บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ

- 5.1 สรุปผลการจัดทำโครงการสหกิจศึกษา 45

บรรณานุกรม

ภาคผนวก ก ภาพการปฏิบัติงาน

ภาคผนวก ข แบบสอบถาม

ภาคผนวก ค บทความวิชาการ

ภาคผนวก ง ไปสเตอร์

ภาคผนวก จ บันทึกการปฏิบัติงาน

ประวัติผู้จัดทำ



สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 2.1 แสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของโครงการ.....	14
ตารางที่ 4.1 วัสดุที่ใช้ทำแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ.....	36
ตารางที่ 4.2 อุปกรณ์ที่ใช้ทำแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ.....	36
ตารางที่ 4.3 การคำนวณต้นทุนแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ.....	42
ตารางที่ 4.4 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ.....	43
ตารางที่ 4.5 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ.....	43
ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจและค่าเฉลี่ย เบี่ยงเบนมาตรฐานที่มีต่อโครงการ.....	44



สารบัญรูปรูปภาพ

หน้า

รูปที่ 2.1 โรงแรมเรือนเครื่องวัลย์ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา.....	3
รูปที่ 2.2 แผนที่โรงแรมเรือนเครื่องวัลย์ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา.....	4
รูปที่ 2.3 เรือนไทยประยุกต์ริมน้ำ.....	5
รูปที่ 2.4 ห้องพักริมน้ำ (River View).....	5
รูปที่ 2.5 ห้องพักริมสวน (Garden View).....	6
รูปที่ 2.6 โรงแรมไทยสมัยนิยม	6
รูปที่ 2.7 เรือนไทยหมู่บริเวณภายใน	7
รูปที่ 2.8 เรือนไทยหมู่บริเวณภายนอก	7
รูปที่ 2.9 ห้องอาหารเรือนเครื่องวัลย์.....	8
รูปที่ 2.10 ห้องกาแฟริมฝั่งน้ำ.....	8
รูปที่ 2.11 ห้องจัดเลี้ยงริมน้ำ	9
รูปที่ 2.12 ห้องจัดเลี้ยงเรือนไทยประยุกต์.....	9
รูปที่ 2.13 ห้องสปาแกมด้วยธรรมชาติ	10
รูปที่ 2.14 ห้องนวดเพื่อสุขภาพ.....	10
รูปที่ 2.15 ห้องนวดเพื่อสุขภาพ.....	11
รูปที่ 2.16 ห้องนวดเพื่อสุขภาพ.....	11
รูปที่ 2.17 ผังบริหารงาน.....	12
รูปที่ 2.18 นักศึกษาศึกษาทฤษฎีศึกษา นางสาวพรลภัส กัดัดเจริญ.....	12
รูปที่ 2.19 พนักงานที่ปรึกษา คุณ โชนี.....	13
รูปที่ 3.1 แยม.....	17
รูปที่ 3.2 ประเภทของแยม.....	18
รูปที่ 3.3 สัมไอ.....	19
รูปที่ 3.4 สับประรด.....	22
รูปที่ 3.5 แก้วมังกร	24
รูปที่ 3.6 น้ำผึ้ง.....	27
รูปที่ 3.7 เจลาติน	28
รูปที่ 3.8 เกลลี่.....	31

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

หน้า

รูปที่ 3.9 น้ำตาล.....	32
รูปที่ 4.1 หั่นผลไม้เป็นชิ้น ๆ	37
รูปที่ 4.2 ชั่งวัตถุดิบ	37
รูปที่ 4.3 สับปรด ส้ม โอ และแก้วมังกรที่ปั่นละเอียด	38
รูปที่ 4.4 สับปรด ส้ม โอ และแก้วมังกรที่ปั่นละเอียด	38
รูปที่ 4.5 ผสมแก้วมังกร สับปรด และส้มโอ เคี้ยวไฟอ่อน	39
รูปที่ 4.6 เทน้ำตาลกับน้ำผึ้ง เคี้ยวต่ออีก 20 นาที	39
รูปที่ 4.7 เคี้ยวต่ออีก 40 นาที ใส่ผงเจลาตินและเกลือ.....	40
รูปที่ 4.8 เช็ควัสดุของแยม	40
รูปที่ 4.9 การสเตอริไลซ์ขวดเพื่อเตรียมบรรจุ	41
รูปที่ 4.10 นำแยมเก็บใส่ในวัสดุที่เตรียมไว้.....	41



บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรงแรมเรือนเครือวัลย์ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา ได้ก่อสร้างและตกแต่งแบ่งออกเป็นสามยุคสมัยยุคแรก ได้สร้างบ้านทรงไทยภาคกลางแบบเรือนหมุ่คหบดีอูริมแม่น้ำนครชัยศรีออกแบบโดยศิลปินแห่งชาติ และก่อสร้างด้วยช่างฝีมือจากอยุธยา โดยผู้รับเหมาได้นำต้นซุงเก่าเป็นไม้สักทองมาแปรรูปสร้างด้วยวิธีการเข้าสลักไม้ตอกยึดติดกันทั้งหลัง โดยไม่ใช้ตะปู มีห้องพัก 51 ห้อง สามารถให้บริการอยู่พักแรมได้ทั้งระยะสั้น และระยะยาว (Long Stay) การเดินทางมาที่พักเพียงไม่กี่นาทีจากกรุงเทพฯ จะได้พบกับสถานที่พักผ่อนตั้งอูริมแม่น้ำนครชัยศรี จ.นครปฐม โรงแรมเรือนเครือวัลย์ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา มีสภาพแวดล้อมเต็มไปด้วยธรรมชาติที่งดงาม บรรยากาศสงบร่มรื่น เป็นส่วนตัว ณ ที่แห่งนี้สามารถเดินทางมาได้หลายช่องทาง จะเดินทางด้วยรถไฟโดยขึ้นจากสถานีรถไฟศาลาฯ กรุงเทพฯ ใช้เวลาในการเดินทางขั้บรถโดยประมาณ 13 นาที ต่อ 11.3 กิโลเมตร หากเดินทางจากสถานีรถไฟศาลาฯ กรุงเทพฯ ใช้เวลาในการเดินทางขั้บรถโดยประมาณ 18 นาที ต่อ 17.3 กิโลเมตร และถ้าหากเดินทางจากสถานีรถไฟชุมทางคลองจั่น กรุงเทพฯ ใช้เวลาในการเดินทางขั้บรถโดยประมาณ 23 นาที ต่อ 24.3 กิโลเมตร นอกจากนี้ในบริเวณใกล้เคียงโรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา ยังมีสถานที่ให้ท่องเที่ยวอีกมากมายไม่ว่าจะเป็น พิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไทย Woodland Museum ภูเขาดินแดนเมืองไม้ และเจษฎา เทคนิค มิวเซียม ในอำเภอนครชัยศรี เหมาะกับการทำบุญ และยังมีสถานที่สำคัญของจังหวัดนครปฐม คือ พระปฐมเจดีย์ในอำเภอเมืองนครปฐม และยังมีวัดไร่จิง อำเภอสสามพราน ตลาดน้ำทุ่งบัวแดง ณ บางเลน อำเภอบางเลน เป็นต้น

จากที่ผู้จัดทำโครงการได้ไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา ผู้จัดทำอยู่ในแผนกครัว (Kitchen Department) โดยมีหน้าที่จัดเตรียมวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารหรือผู้ช่วยก๊วก (Assistant Cook) เพื่อนำไปรับประทานในไลน์บุฟเฟต์ในตอนกลางวัน และเย็น ในแต่ละวันต้องใช้วัตถุดิบในการประกอบอาหารเป็นจำนวนมาก ทำให้บางครั้งต้องมีการสั่งวัตถุดิบมาในปริมาณมากเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวหรือลูกค้าที่เข้ามาใช้บริการ ซึ่งในแต่ละมือนั้นจะมีผลไม้เหลือเป็นจำนวนมาก ผลไม้ที่เหลือเก็บมาแต่ละมือไม่สามารถนำมาเก็บไว้และเอาไปออกไลน์บุฟเฟต์ครั้งต่อไปได้ จึงต้องนำไปทิ้งทั้งหมด

ดังนั้น ผู้จัดทำโครงการเล็งเห็นปัญหานี้ จึงได้ทำการสำรวจว่ามีผลไม้ชนิดใดที่สามารถนำมาแปรรูปใหม่ได้โดยไม่ต้องทิ้ง พบว่า แก้วมังกร ส้มโอ และสับปะรด มีเหลือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำคิดที่จะนำมาแปรรูป โดยทำการศึกษาและหาข้อมูลของแก้วมังกร ส้มโอ และสับปะรด ซึ่งพบว่า แก้วมังกรมีรสหวาน และส้มโอกับสับปะรดเป็นผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวหวาน จึงได้นำเอาผลไม้ทั้งสาม

ชนิดมาทำเป็นแยมในรูปแบบใหม่ เพื่อใช้สำหรับทานคู่กับขนมปังในไลน์อาหารมือเช้าให้กับลูกค้าที่มาใช้บริการของทางโรงแรม นอกจากนี้ยังเป็นการช่วยลดการทิ้งขยะสดจำพวกผลไม้ที่ค้างสต็อก อีกทั้งยังได้ใช้วัตถุดิบที่มีอยู่แล้วมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป และเป็นการช่วยลดต้นทุนในการสั่งซื้อแยมให้กับทางโรงแรมได้อีกทางหนึ่งด้วย

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1.2.1 เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้จากไลน์บุฟเฟต์ของโรงแรมมาทำให้เป็นเมนูใหม่
- 1.2.2 เพื่อลดปริมาณขยะประเภทผลไม้ที่เหลือใช้
- 1.2.3 เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด

1.3 ขอบเขตของโครงการ

- 1.3.1 ขอบเขตด้านสถานที่ : โรงแรมเรอเนอว็อลซ์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา แพนทคริว
- 1.3.2 ขอบเขตด้านประชากร : พนักงานแพนทคริว ของโรงแรมเรอเนอว็อลซ์ ริเวอร์ไซด์ - รีสอร์ท & สปา และบุคคลทั่วไป จำนวน 30 คน
- 1.3.3 ขอบเขตด้านเวลา : ระหว่างวันที่ 1 มิถุนายน 2565 ถึงวันที่ 9 กันยายน 2565

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.4.1 สามารถนำวัตถุดิบจากผลไม้ที่เหลือใช้มาดัดแปลงเป็นเมนูใหม่ได้
- 1.4.2 สามารถลดปริมาณของขยะประเภทผลไม้โดยเปล่าประโยชน์
- 1.4.3 ช่วยลดต้นทุนในการซื้อแยม

บทที่ 2

รายละเอียดการปฏิบัติงานในสถานประกอบการ

2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ



รูปที่ 2.1 โรงแรมเรือนเคียววัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/contactus.html>

สถานประกอบการ : โรงแรมเรือนเคียววัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา
ที่ตั้ง : 99 หมู่ 4 ต.ไทยवास อ.นครชัยศรี จ.นครปฐม 73120
โทรศัพท์ : 0-3410-9299
E-mail : rkresortandspa@gmail.com
Homepage : <http://www.rkresortandspa.com>

2.2 แผนที่ของโรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา



รูปที่ 2.2 แผนที่โรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/contactus.html>

2.3 ลักษณะการประกอบการ การให้บริการหลักขององค์กร

โรงแรมเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา เป็นโรงแรมระดับ 5 ดาว ตั้งอยู่บนถนน พุทธรณทลสาย 6 ริมแม่น้ำนครชัยศรี ต.ไทยवास อ.นครชัยศรี จ.นครปฐม เรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา มีร้านอาหาร ห้องอาหาร และสวนสำหรับผู้ที่ต้องการพักผ่อนหย่อนใจ มีห้องชานาอีกทั้งยังได้ผ่อนคลายกับวาริบำบัด บริการนวด หรือ อโรมาเธอราพี อิ่มอร่อยกับอาหารไทยที่ห้องอาหาร ภายในที่พัก มี Wi-Fi ฟรีในห้องพัก พร้อมด้วยอุปกรณ์ซักกรีดและบาร์ สิทธิประโยชน์อื่น ๆ ได้แก่ สระว่ายน้ำกลางแจ้ง ที่จอดรถฟรี อาหารเช้า (คิดค่าบริการ) กล่องนินภัยที่ฝ้ายต้อนรับ และที่ฝากกระเป๋าเดินทาง ทางโรงแรมยังมีห้องจัดเลี้ยง พนักงานเปิดประตู ยกกระเป๋า และลิฟต์ ผู้เข้าพักต่างมีความคิดเห็นที่ดีเกี่ยวกับตัวเลือกร้านอาหาร อาหารเช้า และความคุ้มค่าโดยรวม ในส่วนของสิ่งอำนวยความสะดวกในห้องพักทั้งหมดของเรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา มีจุดเด่นด้านสิทธิพิเศษ เช่น เครื่องปรับอากาศ เสื้อคลุมอาบน้ำ และตู้นินภัย สิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มเติมภายในห้องพักได้แก่ ของใช้ในห้องพักน้ำฟรีและไดร์เป่าผม ที่วีจอบน 42 นิ้ว พร้อม ช่องเกเบิล ตู้เย็น กาต้มน้ำไฟฟ้า และบริการทำความสะอาดทุกวัน ที่พักแห่งนี้ได้รับการทำความสะอาดฆ่าเชื้อด้วยเครื่องฟ่นสเปรย์ฆ่าเชื้อบริเวณพื้นผิวที่มีการสัมผัสบ่อยได้รับการทำความสะอาด และฆ่าเชื้อผ้าปูที่นอนและผ้าเช็ดตัวซักด้วยน้ำร้อนอุณหภูมิไม่ต่ำกว่า 60°C หลังทำความสะอาด ห้องพักจะได้รับการทำความสะอาดที่เคร่งครัดไม่ให้ใครเข้ายึดแนวทางปฏิบัติการทำความสะอาดและการฆ่าเชื้อโรคของ Safety and Health Safety and Health Administration (ไทย) และยึดแนวทางปฏิบัติการทำความสะอาดและการฆ่าเชื้อโรคของ Ecolab (ผู้เชี่ยวชาญภายนอก - ทั่วโลก) ลูกค้ำที่เข้าใช้บริการสามารถวางใจได้ในเรื่องของการปลอดภัยทางสุขอนามัย

2.3.1 ประเภทของห้องพักภายในโรงแรม

2.3.1.1 เรือนไทยประยุกต์ริมน้ำ



รูปที่ 2.3 เรือนไทยประยุกต์ริมน้ำ

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/accommodation.html>

เป็นอาคาร 4 ชั้น ตั้งอยู่ริมฝั่งแม่น้ำนครชัยศรีใกล้ชิดธรรมชาติ พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน ภายในห้องได้รับการตกแต่งอย่างประณีต ด้วยศิลปะไทยร่วมสมัย และมีการแบ่งสัดส่วนภายในห้องพักอย่างลงตัว

2.3.1.2 ห้องพักริมน้ำ (River View)



รูปที่ 2.4 ห้องพักริมน้ำ (River View)

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/accommodation.html>

ห้องเดี่ยวขนาดใหญ่ เหมาะสำหรับลูกค้าที่ชื่นชอบบรรยากาศริมน้ำ แต่ละห้องมีพื้นที่กว้างขวาง และมีระเบียงนั่งเล่นติดริมแม่น้ำทุกห้อง เพื่อใช้เป็นที่พักผ่อนสูดอากาศบริสุทธิ์

2.3.1.3 ห้องพักริมสวน (Garden View)



รูปที่ 2.5 ห้องพักริมสวน (Garden View)

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/accommodation.html>

มีทั้งแบบห้องเดี่ยวและห้องคู่ ทุกห้องเพียบพร้อมด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวางเหมาะสำหรับการพักผ่อนทุกโอกาส

2.3.1.4 โรงแรมไทยสมันนิคม

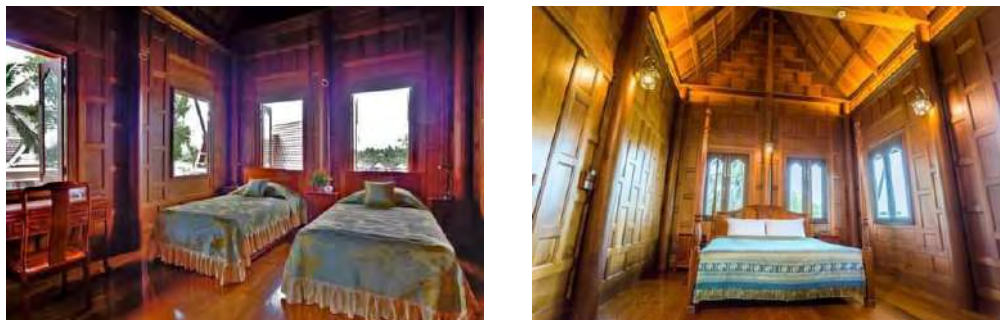


รูปที่ 2.6 โรงแรมไทยสมันนิคม

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/accommodation.html>

เป็นอาคาร 5 ชั้น ประกอบด้วยห้องพัก 51 ห้องทั้งห้องเดี่ยว ห้องคู่ และห้อง VIP ทุกห้องได้รับการตกแต่งอย่างประณีต พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกห้องพักทุกห้องหันออกสู่แม่น้ำนครชัยศรีและมีระเบียงนั่งเล่น

2.3.1.5 เรือนไทยหมู่บริเวณภายใน



รูปที่ 2.7 เรือนไทยหมู่บริเวณภายใน

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/reonthai.html>

เป็นเรือนไทยภาคกลาง แบบเรือนหมู่คหบดีประกอบด้วยเรือนประธาน และเรือนลูกอีก 2 หลังตกแต่งด้วยเครื่องเรือน สลักเสลาด้วยลายไทยอย่างวิจิตร พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกครบครันและระบบอินเทอร์เน็ตไร้สาย

2.3.1.6 เรือนไทยหมู่บริเวณภายนอก



รูปที่ 2.8 เรือนไทยหมู่บริเวณภายนอก

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/reonthai.html>

บนเรือนไทยยังมีห้องนั่งหรือหอกกลาง ซึ่งมีพื้นที่กว้างขวางเหมาะสำหรับการจัดพิธีต่าง ๆ แบบไทย โดยเฉพาะพิธีมงคลสมรสบริเวณ โถงล่างใต้เรือนไทย ได้รับการตกแต่งแบบร่วมสมัยซึ่งออกแบบมาเพื่อการจัดเลี้ยงโดยเฉพาะ

2.3.2 สิ่งอำนวยความสะดวกภายในบริเวณโรงแรม

2.3.2.1 ห้องอาหารเรือนเครือวัลย์



รูปที่ 2.9 ห้องอาหารเรือนเครือวัลย์

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/restaurant.html>

ห้องอาหารริมน้ำ บรรยากาศแบบไทยประยุกต์ ตั้งอยู่บริเวณชั้น 1 และชั้น 2 ของเรือนไทยประยุกต์คัดสรรตามหลักโภชนาการถูกสุขอนามัย เปิดให้บริการทุกวันตั้งแต่เวลา 11:00 – 22:00 น. นอกจากนี้ยังให้บริการจัดเลี้ยง ประชุม-สัมมนา หรือจัดงานต่าง ๆ

2.3.2.2 ห้องกาแฟริมฝั่งน้ำ



รูปที่ 2.10 ห้องกาแฟริมฝั่งน้ำ

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/restaurant.html>

เป็นห้องกาแฟตั้งอยู่บริเวณชั้น 1 ของเรือนไทยประยุกต์ริมน้ำ พร้อมให้บริการทั้งภายในอาคารและบริเวณสวนริมน้ำเหมาะสำหรับการพักผ่อนแบบสบาย ๆ ไม่เร่งรีบหรือการประชุมกลุ่มย่อย ที่ต้องการความเป็นส่วนตัว

2.3.2.3 ห้องจัดเลี้ยงริมน้ำ



รูปที่ 2.11 ห้องจัดเลี้ยงริมน้ำ

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/functroom.html>

ห้องจัดเลี้ยงเรือนกระจกขนาดใหญ่ พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน รองรับแขกได้ประมาณ 60 ท่าน เหมาะสำหรับจัดเลี้ยงทั่วไป หรือประชุม-สัมมนาในรูปแบบต่าง ๆ

2.3.2.4 ห้องจัดเลี้ยงเรือนไทยประยุกต์

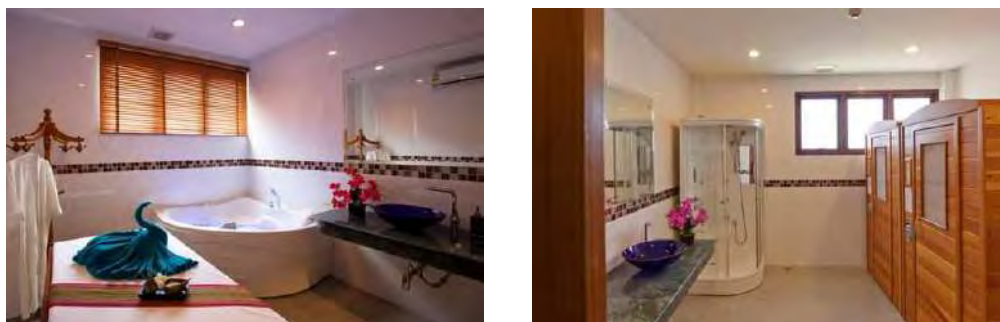


รูปที่ 2.12 ห้องจัดเลี้ยงเรือนไทยประยุกต์

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/functroom.html>

ห้องจัดเลี้ยงบนชั้น 4 อาคารเรือนเครือวัลย์ บรรยากาศริมฝั่งน้ำจากมุมสูง เหมาะสำหรับประชุม, สัมมนา, จัดเลี้ยง ฯลฯ

2.3.2.5 ห้องสปางามด้วยธรรมชาติ



รูปที่ 2.13 ห้องสปางามด้วยธรรมชาติ

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/functroom.html>

ให้บริการนวดกระชับรักษาสุขภาพ และนวดผ่อนคลายกล้ามเนื้อด้วยสปา (Aroma Therapy) แบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการนวดหน้า ขัดผิว พอกตัว พร้อมโปรแกรมชาวานาหรืออาบ น้ำแร่-แช่น้ำนมในอ่างจากุซซี่

2.3.2.6 ห้องนวดเพื่อสุขภาพ

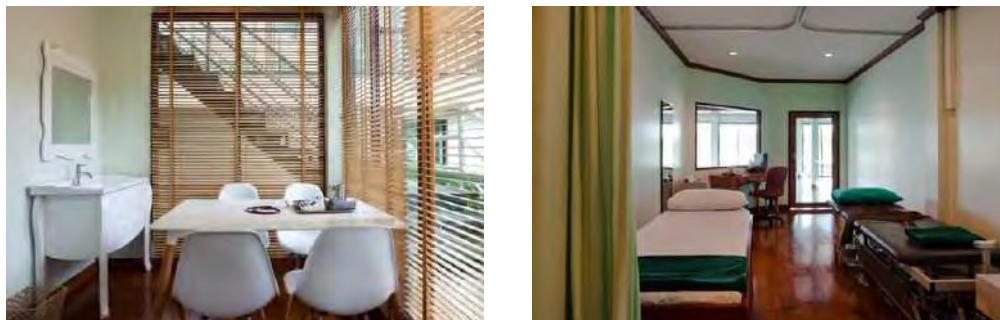


รูปที่ 2.14 ห้องนวดเพื่อสุขภาพ

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/functroom.html>

นวดเพื่อผ่อนคลายความเครียด ตั้งแต่ศีรษะ หลัง ไหล่ ฝ่ามือ ฝ่าเท้าจนถึงการนวด ประคบสมุนไพรโดยผู้ที่มีประสบการณ์ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น และเป็นกันเอง

2.3.2.7 กายภาพบำบัด



รูปที่ 2.15 ห้องนวดเพื่อสุขภาพ

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/clinic.html>

เสริมสร้างสุขภาพด้วยการออกกำลังกายที่เหมาะสม เพื่อลดอาการปวดและปรับบุคลิกภาพ ฟันฟุร่างกาย ด้วยกายภาพบำบัด เพื่อรักษาอาการเสื่อมของข้อต่อ และการบำบัด ด้วยเครื่องมือกระตุ้นอัลตราซาวด์ (Ultrasound therapy) และเครื่องดึงคอและหลัง (Lumbar traction & cervical traction) ทั้งนี้ โดยนักกายภาพบำบัดมืออาชีพที่เปี่ยมด้วยประสบการณ์

2.3.2.8 ธาราบำบัด

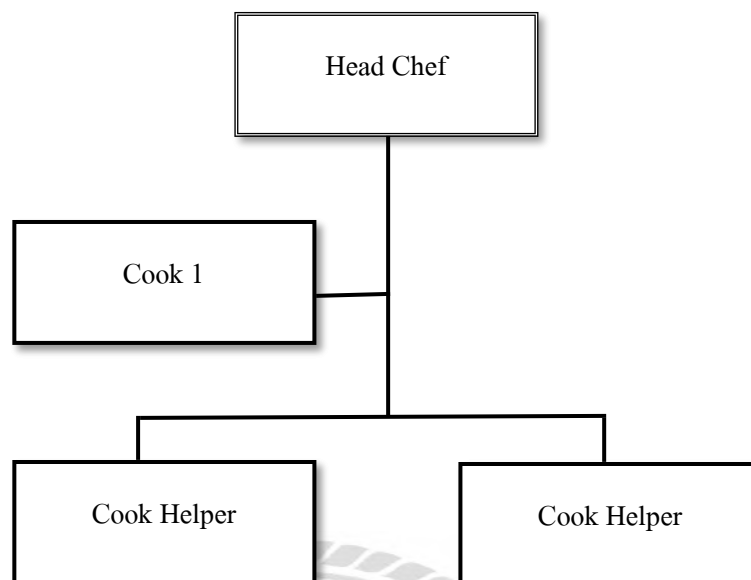


รูปที่ 2.16 ห้องนวดเพื่อสุขภาพ

ที่มา : <http://www.rkresortandspa.com/facilities/clinic.html>

การรักษาทางกายภาพบำบัดโดยใช้น้ำเป็นตัวกลางในการรักษาอาศัยคุณสมบัติของน้ำช่วยพยุงรองรับทุกส่วนของร่างกายให้เคลื่อนไหวอิสระ ลดแรงกระแทก บรรเทาความเจ็บปวด

2.4 รูปแบบการจัดการองค์กรและการบริหารงานองค์กร



รูปที่ 2.17 ผังบริหารงาน
ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

2.5 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย



รูปที่ 2.18 นักศึกษาสหกิจศึกษา นางสาวพรลภัส กลัดเจริญ
ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

ตำแหน่ง : ผู้ช่วยเชฟ

เวลาปฏิบัติงาน : 11:00-20:00

งานที่ได้รับมอบหมาย : (เชิง 2) จัดเตรียมวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารตามออเดอร์ของลูกค้าให้เชฟใหญ่ และจัดจานก่อนเสิร์ฟลูกค้า จัดเตรียมอาหาร ผลไม้ และงาน ซ้อนส้อมสำหรับไลน์บุฟเฟต์

2.6 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา



รูปที่ 2.19 พนักงานที่ปรึกษา คุณ โชนี่
ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

ชื่อพนักงานที่ปรึกษา : คุณ โชนี่

ตำแหน่ง : Cook 1

2.7 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ตั้งแต่วันที่ 1 มิถุนายน พ.ศ.2565 ถึงวันที่ 9 กันยายน พ.ศ.2565

2.8 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

- 2.8.1 ศึกษาข้อมูลปัญหาของสถานประกอบการ
- 2.8.2 กำหนดหัวข้อโครงการ และเขียน โครงร่าง โครงการ
- 2.8.3 ค้นคว้าศึกษาหาข้อมูลและปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษา และอาจารย์
- 2.8.4 ดำเนินการ โดยการนำส่วนผสมที่เหลือ ใ้เข้ามาแปรรูป
- 2.8.5 ทดลองทำแฮมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ
- 2.8.6 จัดทำแบบสอบถาม เก็บรวบรวม และวิเคราะห์ข้อมูล
- 2.8.7 นำข้อมูลเรียบเรียงเป็นรูปเล่มโครงการเพื่อให้อาจารย์ตรวจสอบความถูกต้องและ
แก้ไข
- 2.8.8 สักรูปเล่มและนำเสนอโครงการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	เดือน	เดือน	เดือน	เดือน
	มิถุนายน	กรกฎาคม	สิงหาคม	กันยายน
	2565	2565	2565	2565
1. ศึกษาข้อมูลปัญหาของสถานประกอบการ	←	→		
2. เขียนโครงร่างโครงการ	←	→		
3. ศึกษาและเก็บข้อมูล		←	→	
4. วิเคราะห์ข้อมูล			←	→
5. ทดลองทำ			←	→
6. จัดทำแบบสอบถาม			←	→
7. นำข้อมูลเรียบเรียงเป็นรูปเล่มโครงการ ตรวจสอบความถูกต้องและแก้ไข			←	→
8. ส่งรูปเล่ม และนำเสนอ			←	→

ตารางที่ 2.1 แสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของโครงการ

2.9 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

2.9.1 ประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติงาน

ประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติงานมีความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับอาหารมากขึ้นได้ความรู้และเทคนิคใหม่ ๆ ได้ประสบการณ์ในการฝึกงานแบบเต็มที่ได้ทำในสิ่งที่รับมอบหมายและได้ความรักความสามัคคีกันของเพื่อนร่วมงาน

2.10 ปัญหาและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการทำงาน

2.10.1 ปัญหาการทำงาน

1. ช่วงแรก ๆ จับอุปกรณ์ไม่ถนัดมือทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย
2. ทำงานกันหลายคนบางคนใช้อุปกรณ์และไม่เก็บทำให้เกิดปัญหาทำงานได้

ข้าง

2.10.2 ข้อเสนอแนะ

1. ควรฝึกฝนด้านการปฏิบัติงานในครัว หาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ให้มากขึ้น มีความรอบคอบและมีสติอยู่ตลอดเวลาเนื่องจากการปฏิบัติงานในครัวหลายสาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุขึ้นได้

2. การมีความรับผิดชอบต่อน้ำที่ในการปฏิบัติงานให้สำเร็จไปได้ด้วยดี ส่งผลให้งานมีข้อบกพร่องน้อยลงและการดำเนินงานเสร็จสิ้นรวดเร็วยิ่งขึ้น



บทที่ 3

การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การจัดทำโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ Three Comrades Jam (Dragon fruit Pineapple and Pomelo) จากผลไม้ที่เหลือใช้ของโรงแรมเรือนเครือวัลย์ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา (Ruen Kruewan Riverside Resort and Spa) ทางผู้จัดทำโครงการได้สืบค้นหาข้อมูล เอกสาร บทความวรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นการทบทวนเอกสารและทฤษฎีต่าง ๆ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับแยม

3.1.1 ความเป็นมาของแยม

3.1.2 ประเภทของแยม

3.2 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในการทำแยม

3.2.1 ส้มโอ

3.2.2 สับปะรด

3.2.3 แก้วมังกร

3.2.4 น้ำผึ้ง

3.2.5 เจลาติน

3.2.6 เกลือ

3.2.7 น้ำตาล

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับแยม



รูปที่ 3.1 แยม

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

3.1.1 ความเป็นมาของแยม

พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ (2566) กล่าวว่า แยม หมายถึงแยมเป็นผลิตภัณฑ์จากเนื้อผลไม้กับสารให้ความหวาน อาจผสมน้ำผลไม้หรือน้ำผลไม้เข้มข้น แล้วทำให้มีความข้นเหนียวเหมาะสำหรับใช้ทา (Spreadibility) มีสี กลิ่นรส ตามชนิดของผลไม้ที่ใช้ทำ อาจใช้ส่วนผสมอาหารที่ได้รับอนุญาตให้ใช้ในการปรุงแต่งสีได้ แยม คือผลิตภัณฑ์ที่ทำจากเนื้อผลไม้ผสมกับน้ำตาลซูโครสหรือน้ำผลไม้ หรือน้ำผลไม้เข้มข้น และมีความหนืดที่เหมาะสม โดยกำหนดว่าต้องมีส่วนผสมของเนื้อผลไม้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 ของน้ำหนัก แยมเป็นผลิตภัณฑ์แปรรูปจากจากผลไม้ ซึ่งอาจเป็นผลไม้ทั้งผลไม้เป็นชิ้นเนื้อผลไม้หรือผลไม้ปั่นผสมกับน้ำตาล หรือสารให้ความหวาน (Sweetener) ชนิดอื่นจะผสมน้ำผลไม้ หรือน้ำผลไม้เข้มข้นด้วยก็ได้มีลักษณะเป็นเจล (Gel) แยมมีลักษณะกึ่งเหลวมีความข้นเหนียวพอเหมาะ สามารถปาดหรือทาบนขนมปังได้ ส่วนมาร์มาเลด คือ แยมที่ทำจากผลไม้ตระกูลส้ม ซึ่งอาจเป็นผลไม้ทั้งผลไม้เป็นชิ้นเนื้อผลไม้หรือผลไม้ปั่นผสมกับเปลือกหรือเนื้อผลไม้ชิ้นบาง ๆ และน้ำตาลหรือจะผสมน้ำผลไม้ตระกูลส้มด้วยก็ได้การแปรรูปแยมเป็นการถนอมอาหาร โดยการใช้น้ำตาลความเข้มข้นสูงเพื่อลดค่าวอเตอร์แอกทิวิตี และมีค่า pH ต่ำ เพื่อป้องกันการเจริญของจุลินทรีย์จัดอยู่ในกลุ่ม Intermediate Moisture Food การเกิดเจล (Gel) ของแยมเกิดจากกรดน้ำตาลและเพกทิน ผสมกันในสัดส่วนที่เหมาะสม โดยกรดน้ำตาลและเพกทินเป็นส่วนประกอบที่มีอยู่แล้วในผลไม้แต่อาจมีสัดส่วนที่ไม่เหมาะสม

3.1.2 ประเภทของแยม



รูปที่ 3.2 ประเภทของแยม

ที่มา : <https://www.pholfoodmafia.com/category/food-fact/page/14/>

aksara99 (2566) กล่าวว่า แยมแบ่งเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ ดังนี้

แยมหวาน แยมชนิดนี้จะมียีสหวาน ตั้งแต่หวานมากจนกระทั่งหวานน้อย

- แยมผลไม้ เป็นแยมที่ได้มาจากการต้มผลไม้ชนิดต่าง ๆ กับน้ำตาล

- แยมสตอร์วเบอร์รี่ - เป็นแยมที่ทำจากสตอร์วเบอร์รี่ แยมชนิดนี้จะ

มีสีแดง

- แยมสับปะรด - เป็นแยมที่ทำมาจากสับปะรด เป็นแยมที่มีสีเหลือง

- แยมส้ม - แยมส้ม มีสีส้ม

- แยมองุ่น - เป็นแยมที่ผสมกับองุ่น มีสีม่วง

- แยมรสผลไม้รวม - เป็นแยมที่ได้มาจากการผสมผลไม้ทุกชนิดเข้า

ด้วยกัน

- แยมสารสังเคราะห์ - แยมชนิดนี้ทำมาจากสารสังเคราะห์แต่ยังไม่

แพร่หลายมากนัก

แยมที่ไม่หวาน เป็นแยมที่ไม่มีรสหวาน

- แยมธัญพืช - เป็นแยมที่ทำมาจากธัญพืชหรือเมล็ดพืชต่าง ๆ

3.2 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในการทำแยม

3.2.1 ส้มโอ



รูปที่ 3.3 ส้มโอ

ที่มา : <https://www.prd.go.th/th/content/category/detail/id/35/iid/113876>

กรมประชาสัมพันธ์ (2565) กล่าวว่า “ส้มโอ” หนึ่งในผลไม้ตระกูลซิตรีส และยังเป็นผลไม้ที่หารับประทานได้ง่ายในช่วงฤดูฝน เต็มไปด้วยประโยชน์ต่อร่างกาย อาทิ มีวิตามินซีสูง ลดน้ำหนัก บำรุงกระดูก เป็นต้น นอกจากนี้ยังสามารถนำไปทำอาหาร ของหวาน และเครื่องดื่มรสชาติดีได้อีกด้วย

3.2.1.1 พันธุ์ส้มโอ

- 1) พันธุ์ขาวทองดี ขั้วหัวมีจิบเล็กน้อย ไม่มีจุก ผิวเรียบหนังกลีบสีชมพู เนื้อกึ่งสีชมพู รสชาติหวาน น้ำน้ำ ขายได้ราคาดี มีแหล่งปลูกอยู่ที่จังหวัดนครปฐม สมุทรสาคร ราชบุรี
- 2) พันธุ์ขาวใหญ่ เป็นส้มโอที่ปลูกในดินสมุทรสงคราม ผลสีขาวอมเหลือง ผันกกลีบสีขาว เปลือกบาง กิ่งใหญ่ มีเมล็ดน้อย เนื้อนุ่มแต่ไม่แฉะ รสชาติหวานอมเปรี้ยว ให้ผลผลิตที่ดี ราคาจำหน่ายค่อนข้างดีใกล้เคียงกับพันธุ์ขาวทองดี มีแหล่งปลูกที่สำคัญอยู่ที่จังหวัดสมุทรสงคราม
- 3) พันธุ์ขาวแตงกวา ผันกกลีบสีขาว เปลือกบาง เนื้อกึ่งใหญ่สีขาวยาวแห้ง รสชาติหวานฉ่ำ ให้ผลดก เป็นที่ต้องการของตลาด มีแหล่งปลูกที่สำคัญอยู่ที่จังหวัดชัยนาท

4) พันธุ์ขาวน้ำผึ้ง เปลือกค่อนข้างหนา ไม่มีจุก ก้นเรียบ เนื้อกึ่งสีน้ำผึ้ง เนื้อแน่น น้ำหนักดี รสชาติหวานอมเปรี้ยวเล็กน้อย ให้ผลดก ขายได้ราคาดี มีแหล่งปลูกที่สำคัญอยู่ที่จังหวัด นครปฐม

5) พันธุ์ขาวพวง ผิวเปลือกเรียบสีเขียวอมเหลือง หัวจุกยาวคล้ายลูกน้ำเต้าเปลือก หนาปานกลาง กึ่งสีขาวอมเหลืองค่อนข้างแข็ง อัดกันไม่แน่น มีน้ำมากแต่ไม่แฉะ มีเมล็ดน้อย รสชาติหวานอมเปรี้ยว นิยมนำไปใช้ในเทศกาลไหว้เจ้าของทุกปี อีกทั้งยังเป็นส้มโอพันธุ์ที่มีการ ส่งออกไปขายในต่างประเทศมากที่สุดอีกด้วย มีแหล่งปลูกที่สำคัญอยู่ที่จังหวัดนครปฐม สมุทรสาคร ราชบุรี ปราจีนบุรี และสุราษฎร์ธานี

6) พันธุ์ขาวแป้น ส่วนผลคล้ายพันธุ์ขาวทองดี หัวไม่มีจุก มีจิบเล็กน้อย เปลือก ค่อนข้างบาง ผนังกลีบและเนื้อกึ่งสีขาว รสชาติหวานอมเปรี้ยว ให้ผลผลิตสูง

7) พันธุ์ขาวหอม เปลือกมีสีเขียวอมเหลืองอ่อนเล็กน้อยค่อนข้างบาง ไม่มีจุกและ จิบ ผนังกลีบสีขาว เนื้อกึ่งสีขาวอมเหลือง เนื้อนุ่มไม่แฉะน้ำ น้ำหนักดี รสชาติหวานนุ่ม มีกลิ่นหอม เป็นที่นิยมบริโภคมาก แหล่งปลูกที่สำคัญอยู่ที่จังหวัดนครปฐม

8) พันธุ์ทับทิมสยาม เปลือกผลบาง เนื้อนุ่มมีสีชมพูเข้มหรือสีแดงเข้มคล้ายทับทิม หัวเป็นจิบชัดเจน มีเมล็ดน้อย รสชาติหวานไม่มีรสขมเจือปน ผิวผลส้มโอมีขนอ่อนนุ่มปกคลุม

9) พันธุ์ท่าข่อย เนื้อส้มสีชมพูอ่อน เนื้อกึ่งนิ่มฉ่ำน้ำ เนื้อแน่นไม่มีเมล็ด รสชาติออก หวานอมเปรี้ยวกลมกลืนกัน ขายได้ราคาดี มีแหล่งปลูกที่สำคัญอยู่ที่จังหวัดพิจิตร

3.2.1.2 ประโยชน์และสรรพคุณส้มโอ

ชื่อสมุนไพร ส้มโอ

ชื่ออื่น ๆ / ชื่อท้องถิ่น มะโอ, มะขุน (ภาคเหนือ), บักส้มโอ (ภาคอีสาน), นาวโอ (ภาคใต้), ลิมาบาตี (มลายู), สังกู (กะเหรี่ยง), โกร๊ยะตะลอง (เขมร)

ชื่อวิทยาศาสตร์ Citrus maxima (Burm.) Merr.

ชื่อสามัญ Pomelo, Shaddock Pomelo

วงศ์ RUTACEAE

Disthai (2560) กล่าวว่า “ส้มโอ” ถือเป็นผลไม้สมุนไพรชนิดหนึ่ง ที่มีการนำมาทำ ประโยชน์ทั้งทางด้านอาหารและด้านสมุนไพรมาตั้งแต่ในอดีตแล้ว สำหรับในฐานะอาหารมีการใช้ ส้มโอเป็นผลไม้สำหรับรับประทานซึ่งจะนำ เนื้อผลมารับประทาน โดยจะให้น้ำจิ้มหวานหรือหวาน ออมเปรี้ยวหรือนำเนื้อผลนำมาแปรรูปเป็นน้ำปั่นหรือผสมทำไอศกรีม รวมถึงนำมาทำอาหาร เช่น ตำ

ส้มโอ, ข้าวย่ำ เป็นต้น หรือนำส่วนใยสีขาวจากเปลือกนำมาสับ และตากให้ ก่อนบดให้ละเอียดจน เป็นผงอีกครั้ง แล้วนำมาใช้เป็นส่วนผสมของขนมหวาน เช่น ขนมบ้าบิ่น นอกจากนี้ยังมีการใช้ ประโยชน์จากส่วนต่าง ๆ ของส้มโอ อีกเช่นเปลือกด้านนอกของส้มโอนำมาบดผสมสำหรับทำรูป หอม รูปไล่ยุง หรือนำเปลือกส้มโอชั้นในส่วนที่เป็นสีขาวมาผลิตเป็นผลิตภัณฑ์เครื่องสำอางต่าง ๆ เช่น สบู่เหลว สบู่ โลชั่นบำรุงผิว หรือ นำมาทำเป็นน้ำมันหอมระเหย เป็นต้น

- 1) ทำให้ผิวพรรณผุดผ่องตาเป็นประกายสวยงาม
- 2) แก้อึดผื่น ฝ้า หน้ามีด ตาตาย ใจสั้น
- 3) ช่วยขับลม ขับเสมหะ
- 4) แก้อึดอัด แก้อึดแน่นหน้าอก
- 5) แก้ไอ แก้อาเจียน
- 6) แก้ปวดท้องน้อยและไส้เลื่อน
- 7) แก้อึดในท้องลมป่วง แก้อึดในท้อง
- 8) แก้อึดเสียดแน่นเพื่อ
- 9) ใช้ต้มน้ำอาบแก้คัน
- 10) รักษาโรคผิวหนังจำพวกลมพิษ และปวดบวมจากแมลงสัตว์กัดต่อย
- 11) รักษาโรคถ้าใส่อีกเสบ

3.2.2 สับปะรด



รูปที่ 3.4 สับปะรด

ที่มา : <https://medthai.com/สับปะรด>

กฤติยา ไชยนอก (2565) กล่าวว่า สับปะรดเป็นผลไม้เขตร้อนที่อุดมไปด้วยวิตามิน แร่ธาตุ โยอาหาร และมีเอนไซม์บรอมีเลน (bromelain) ซึ่งเป็นสารสำคัญที่มีฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาที่น่าสนใจหลายอย่าง ปัจจุบันนอกจากการนำสับปะรดมาบริโภคในรูปแบบของผลไม้สดและใช้เป็นส่วนประกอบในอาหารและขนมต่าง ๆ แล้ว ยังมีการนำสับปะรดมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ

3.2.2.1 พันธุ์สับปะรด

- 1) พันธุ์ปัตตาเวีย หรือที่เรารู้จักกันดีในชื่อของสับปะรดศรีราชา นิยมปลูกกันทางจังหวัดเพชรบุรี ประจวบคีรีขันธ์ ชลบุรี ลำปาง และระยอง ซึ่งเป็นสายพันธุ์ที่มีขนาดใหญ่ที่สุดเมื่อเทียบกับสายพันธุ์อื่น ๆ มีรสชาติหวานฉ่ำ และนิยมปลูกเพื่อส่งออกตามโรงงานเพื่อนำแปรรูป
- 2) พันธุ์อินทรชิต เป็นสับปะรดที่มีความเก่าแก่มากตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา พันธุ์อินทรชิตมีขนาดใหญ่พอ ๆ กับพันธุ์ปัตตาเวีย แต่พันธุ์อินทรชิตนั้นมีรสชาติที่ไม่หวานมากนัก อีกทั้งยังมีเส้นใยมาก จึงไม่นิยมปลูกเท่าที่ควร
- 3) พันธุ์ข้าว นิยมปลูกทางอำเภอบางเค佬 จังหวัดฉะเชิงเทรา
- 4) พันธุ์ภูเก็ทหรือพันธุ์สวี นิยมปลูกกันทางภาคใต้ มีลักษณะเด่นคือผลเล็ก มีเปลือกหนา แต่มีเนื้อที่หวานกรอบอร่อยสีเหลืองเข้ม
- 5) พันธุ์นางแลหรือพันธุ์น้ำผึ้ง นิยมปลูกกันทางภาคเหนือที่จังหวัดเชียงราย ผลมีลักษณะกลม ตาบุ๋ม มีเปลือกที่บาง มีรสชาติหวานจัดด้วยเนื้อสีเหลืองเข้ม
- 6) พันธุ์ตราดสีทอง หรือที่เราเห็นผลสีเหลืองทอง ฉ่ำ ๆ นำกินกันตามท้องตลาดทั่วไป มีเนื้อและไส้กรอบ หวานหอม

7) พันธุ์กุแล มีต้นกำเนิดมาจากจังหวัดเชียงราย เป็นสับปะรดผลเล็กเท่ากำมือ แต่ให้รสชาติที่กรอบ หอม อร่อย จึงได้รับความนิยมมาก

8) พันธุ์ห้วยมุ่น ของดีจากจังหวัดอุดรดิตถ์ ตำบลห้วยมุ่น เป็นสับปะรดที่มีรสชาติ หอมหวาน อร่อย และไม่กัดลิ้น

9) พันธุ์เพชรบุรี เป็นสับปะรดที่มาสารพัดและออกมากินได้ โดยที่ไม่ต้องแกะเปลือก มีลักษณะเป็นผลย่อยติดกัน ไม่แน่นมาก มีรสชาติหวานอมเปรี้ยว

3.2.2.2 ประโยชน์และสรรพคุณสับปะรด

Maysylvie (2564) กล่าวว่า สับปะรด ถือเป็นผลไม้ชื่อดัง คุณประโยชน์เยอะ ภายในสับปะรด อุดมไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุต่างๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็น วิตามินซี วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 วิตามินบี 5 วิตามินบี 6 แร่ธาตุ ได้แก่ กรดโฟลิก ธาตุแคลเซียม ธาตุโพแทสเซียม ธาตุแมกนีเซียม ธาตุแมงกานีส ธาตุฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก ธาตุสังกะสี เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีเอนไซม์บรอมีเลน ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายมากมายอีกด้วย สับปะรดช่วยในการย่อยอาหารประเภทเนื้อและเสริมการดูดซึมอาหารได้ดี เพราะเอนไซม์บรอมีเลน (Bromelain) ที่มีอยู่ในสับปะรดนั้นถือเป็นแม่ทัพใหญ่แห่งการต่อสู้กับโรค มีฤทธิ์ช่วยในระบบย่อยอาหาร ดังนั้นหากกินเนื้อสัตว์มากเกินไป ให้กินหรือดื่มน้ำสับปะรดหลังอาหารจะช่วยลดอาการแน่นท้องได้ชะงัด ที่สำคัญยังช่วยในการยับยั้งเซลล์มะเร็ง ลดการจับตัวของเกล็ดเลือด และสลายไขมันในร่างกายได้ดี เมื่อบวกกับใยอาหารที่มีมากจึงเป็นผลไม้ที่ช่วยลดความอ้วนได้ดี

ผลของสับปะรดมีสรรพคุณในการขับเหงื่อ ห้ามเลือด แก้ทางปัสสาวะ ขับพยาธิ ฆ่าพยาธิ แก้โลหิตระดู บำรุงโลหิต แก้น้ำ แก้วระดูขาว เป็นยาระบาย แก้หนองใน ทำให้แห้ง ช่วยย่อยอาหาร แก้ปัสสาวะพิการ (ปัสสาวะขัด) ขับปัสสาวะ กัดเสมหะในลำคอ แก้เสมหะเหนียว ขับเสมหะ แก้ไอ ระงับการอักเสบและบวม ทำให้แผลหายเร็ว

3.2.3 แก้วมังกร



รูปที่ 3.5 แก้วมังกร

ที่มา : <https://www.kennydragonfruit.com/dragonfruit>

3.2.3.1 พันธุ์แก้วมังกร

KennyDragonfruit (2565) กล่าวว่า พันธุ์แก้วมังกร มีดังต่อไปนี้

1) แก้วมังกรพันธุ์เวียดนาม (เนื้อขาวเปลือกแดง) ประเทศไทยได้พันธุ์แก้วมังกรเนื้อสีขาวมาจากประเทศเวียดนามเป็นส่วนใหญ่ โดยบาทหลวงชาวเวียดนามและคนไทยที่ไปท่องเที่ยว หรือทำธุรกิจ แล้วย่นำกิ่งพันธุ์มาปลูกแบบสมัครเล่น หรือสั่งกิ่งพันธุ์จำนวนมากมาปักชำจำหน่าย กิ่งพันธุ์ที่นำเข้ามาขณะนั้นคงไม่มีการคัดเลือกพันธุ์ จนกระทั่งประมาณ พ.ศ. 2537-2541 สวนแก้วมังกรบ้านโป่ง ได้ศึกษาด้านแก้วมังกรที่มีอยู่ไม่น้อยกว่า 15 สายพันธุ์ โดยมีการรวบรวมจากแหล่งต่าง ๆ แล้วย่นำมาคัดพันธุ์ พบว่าสมาชิกในกลุ่มมีต้นแก้วมังกรพันธุ์เบอร์ 100 ซึ่งมีเนื้อสีขาว ต้นพันธุ์มีลักษณะดี ลำต้นแข็งแรงให้ผลผลิตต่อไร่ดี และหากให้การดูแลรักษาอย่างถูกต้องเหมาะสมจะได้ผลผลิตที่มีคุณภาพดี ทรงผลและผิวสวยรวมทั้งเนื้อมีรสชาติดี

- จุดเด่น

- เป็นที่นิยมของตลาด
- ติดผลง่าย มีผลตอแบนต่อไร่สูง อย่างไรก็ตามอาจออกดอกช้าและให้ผล

ผลิตเพียง 15 รอบ

- ผลโดยเฉลี่ยมีขนาดใหญ่กว่าพันธุ์อื่น
- เนื้อมีความกรอบกว่า
- เวลาในการปลูกโตได้รวดเร็วกว่าพันธุ์อื่น

- จุดค้อย

- ขาวรสชาติจะออกอมหวานอมเปรี้ยว
- เมล็ดมีกลิ่นเหม็นเขียวกว่า อ่อนแอกว่าพันธุ์อื่น ติดโรคได้ง่าย โดยเฉพาะโรคราสนิม เนื่องจากผลคกใหญ่เวลาออกผลในหน้าฝน
- โรคราสนิมเข้าทำลายได้ง่าย โดยเฉพาะในแปลงที่มีการระบาดอยู่แล้ว จะควบคุมโรคได้ยากกว่าแดงกับทอง

2) แก้วมังกรพันธุ์อิสราเอล (เนื้อขาวเปลือกเหลือง) แก้วมังกรชนิดนี้มีถิ่นกำเนิดจากประเทศอิสราเอล ถูกนำเข้ามาปลูกและขยายพันธุ์ในประเทศไทยบ้านเรานานหลายปีแล้ว ซึ่งแก้วมังกรของประเทศอิสราเอลจะมีหลายสายพันธุ์คือมี ทั้งเนื้อในเป็นสีแดงเข้ม สีชมพู และสีขาว ทุก ๆ สายพันธุ์ เนื้อในจะมีรสชาติหวานหอมแบบเฉพาะตัว แตกต่างจากเนื้อสุกของแก้วมังกรสายพันธุ์อื่น โดยเฉพาะแก้วมังกรผลสีเหลืองของประเทศอิสราเอลที่เนื้อในเป็นสีขาวจะมีรสชาติหวานหอมเหมือนกินหวานเย็น ให้ผลผลิตดียิ่งตลาดผลไม้ทั่วไปมีความต้องการสูง และราคาขายดีมาก

- จุดเด่น

- รสชาติหวาน มีกลิ่นหอมเฉพาะตัวคล้ายลิ้นจี่
- สายพันธุ์ใหม่เมื่อ 6-7 ปีมานี้
- เนื้อนุ่มคล้ายลิ้นจี่
- ให้ผลตอบแทนต่อไร่ต่ำสุด (นับจากจำนวนผลผลิต)
- ออกดอกเร็วให้ผลผลิตได้ถึง 16-17 รอบต่อปี

- จุดค้อย

- ติดผลได้ยากกว่าพันธุ์อื่น
- เติบโตช้า
- ผลขนาดไม่ใหญ่เท่าสายพันธุ์อื่น

3) แก้วมังกรพันธุ์ไต้หวัน (เนื้อแดงเปลือกแดง) เกล็ดที่ผิวของผลจะห่างกว่าพันธุ์อื่น กลีบเลี้ยงสั้น ผลกลมใหญ่ให้ผลคกเนื้อสีแดง ผิวสีแดงเนื้อแน่นรสชาติหวาน หอม ปลูกง่าย ปลูกไว้ทานหรือไม้ประดับ ปลูกได้ทุกภาคเมล็ดพันธุ์นำเข้ามาจากต่างประเทศ คัดเกรดเมล็ดอย่างดี ขนาดผลยาว 50 ซม. สายพันธุ์แข็งแรง ต้านทานโรคได้ดี แมลงไม่ค่อยรบกวน ต้องการแสงแดดเต็มวัน ไม่ชอบน้ำขัง และและมีอัตราการงอกในประเทศไทย 90%

- จุดเด่น
 - เนื้อสีแดงมีสารแอนติออกซิแดนซ์ หรือสารต่อต้านอนุมูลอิสระ สีแดงชมพู สามารถนำมาผสมอาหารหรือขนมได้ เหมาะกับการนำมาแปรรูปได้หลากหลาย
 - ผลตอบแทนต่อไรร้อยกว่าสีขาว
 - ออกดอกเร็วให้ผลผลิตได้ถึง 16-17 รอบต่อปี
 - เติบโตเร็วคล้ายพันธุ์เนื้อสีขาว
 - รสชาติหวานมากที่สุดในทุกสายพันธุ์ ไม่เปรี้ยว
 - อีคกว่าสายพันธุ์สีขาว ทนต่อโรคราสนิมมากกว่า
- จุดด้อย
 - เนื้อมีน้ำเยอะ ไม่กรอบเท่าสีขาว

3.2.3.2 ประโยชน์และสรรพคุณแก้วมังกร

กฤติยา ไชยนอก (2565) กล่าวว่า แก้วมังกร หรือ Dragon fruit เป็นผลของต้นไม้ที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Hylocereus- undatus* (Haw.) (เนื้อสีขาว เปลือกสีแดงอมชมพู) หรือ *H. polyrhizus* (Weber) Britt. & Rose (เนื้อสีแดงเข้มอมม่วง และเปลือกสีแดงอมชมพู) ซึ่งเป็นพืชในวงศ์กระบองเพชร (CACTACEAE) มีถิ่นกำเนิดทางตอนใต้ของประเทศเม็กซิโก และในประเทศไทยมีการปลูกมาตั้งแต่ พ.ศ. 2540 ซึ่งในระยะแรกผลที่ได้มีรสชาติไม่ค่อยอร่อย แต่ในเวลาต่อมาก็ได้มีการพัฒนาและปรับปรุงสายพันธุ์เพื่อให้มีรสชาติที่ดียิ่งขึ้น ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ของแก้วมังกรคือมีลำต้นเป็นปล้องสามเหลี่ยมแยกเป็น 3 แฉก มีลักษณะอวบน้ำ สีเขียวเข้มปนเทา ซึ่งเป็นส่วนของใบที่เปลี่ยนรูปร่างไป ส่วนลำต้นที่แท้จริงอยู่ในตำแหน่งที่เป็นศูนย์กลางของแฉกทั้ง 3 ที่ลำต้นด้านนอกมีหนามเป็นกลุ่มๆ มีรากทั้งในดินและรากอากาศ ดอกของแก้วมังกรเป็นดอกเดี่ยวขนาดใหญ่ มีเกสรเพศผู้จำนวนมาก มีก้านเกสรเพศเมีย 1 อัน โดยจะบานในช่วงหัวค่ำจนถึงเช้า มีกลิ่นหอมอ่อนๆ ผลแก้วมังกรเป็นทรงกลม มีเนื้อหลายเมล็ด (Berry) ที่ผลมีกิลิป ภายในผลเมื่อผ่าออกจะมีเนื้อสีขาวปน ชมพู แดง หรือแดงอมม่วง เมล็ดมีลักษณะคล้ายเมล็ดงา การศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชวิทยาในหลอดทดลองและสัตว์ทดลองพบว่าแก้วมังกรมีฤทธิ์ต้านจุลชีพก่อโรคหลายชนิด มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ต้านเซลล์มะเร็ง ต้านการอักเสบ ลดไขมันในเลือด ต้านภาวะเบาหวาน ลดภาวะดื้อต่ออินซูลิน และช่วยปกป้องตับจากสารพิษ สำหรับการศึกษาทางคลินิกยังมีค่อนข้างน้อย ซึ่งพบว่าการบริโภคแก้วมังกรจะทำให้ระดับน้ำตาลและไขมันในเลือดลดลง

3.2.4 น้ำผึ้ง



รูปที่ 3.6 น้ำผึ้ง

ที่มา : <https://www.sanook.com/women/164049/>

ห้องสมุดประชาชนอำเภอจักราช (2564) กล่าวว่า น้ำผึ้ง (Honey) นั้นเรียกได้ว่าเป็นยาอายุวัฒนะขนานแท้เลยทีเดียว โดยชาวจีนนิยมเรียกน้ำผึ้งนี้ว่า เฟิงมี หรือฟังกบิก เป็นต้น เป็นอาหารที่มีรสชาติหวาน โดยน้ำผึ้งนี้มีมาตั้งแต่สมัยโบราณจวบจนปัจจุบัน และเป็นที่ยอมรับไปทั่วโลกเลยทีเดียว ว่าเป็นอาหารอันทรงคุณค่ามากที่สุดชนิดหนึ่ง

3.2.4.1 ประโยชน์และสรรพคุณน้ำผึ้ง

น้ำผึ้งนั้นจะมีลักษณะเป็นน้ำข้น ๆ สี ๆ ไม่ขุ่นทึบ โดยมีสีเหลืองอ่อนหรือสีน้ำตาล และมีกลิ่นหอมอันเป็นเอกลักษณ์พิเศษเฉพาะของเกสรดอกไม้ที่บรรดาผึ้งไปดูดความหวานเหล่านี้มา เกิดจากความเพียรพยายามของแมลงตัวเล็ก ๆ อย่างผึ้ง ที่ในทุกวันจะคอยเก็บน้ำหวานที่อยู่ในดอกไม้ นานาพันธุ์มาผ่านกระบวนการต่าง ๆ ของตัวมันเอง แล้วนำไปเก็บสะสมไว้ในรวงซึ่งเป็นรังของผึ้ง โดยน้ำผึ้งที่ดีนั้นจะต้องไม่ขมฝืด รวมทั้งซากเศษตัวผึ้ง และสิ่งปลอมปนใด ๆ โดยเฉพาะน้ำผึ้งเดือนห้า เรียกว่าเป็นน้ำผึ้งที่ดีที่สุด เพราะเป็นช่วงที่มีฝนตกน้อยทำให้ไม่มีน้ำไหลเข้าไปเจือปนในรวงผึ้ง และเป็นช่วงที่ดอกไม้กำลังเบ่งบาน ทำให้น้ำผึ้งมีรสชาติอร่อย

- 1) ช่วยขับสารพิษตกค้างต่าง ๆ ออกจากร่างกาย
- 2) ช่วยสมานแผลให้ผิวเรียบเนียน
- 3) ช่วยบรรเทาอาการปวดต่าง ๆ ได้ดี
- 4) ช่วยบำรุงกระเพาะอาหารให้ทำงานได้อย่างปกติ
- 5) ช่วยขับปัสสาวะและขจัดไขมัน
- 6) ช่วยบรรเทาอาการไอแห้ง ๆ แบบไม่มีเสมหะ และอาการไอแบบเรื้อรัง

- 7) ช่วยให้มีผิวพรรณดี ทำให้ผิวอ่อนนุ่มชุ่มชื้น ไม่หยาบกร้าน และไม่แก่ก่อนวัย
- 8) ช่วยบำรุงเลือดให้ไหลเวียนดีในร่างกาย
- 9) ช่วยบำรุงสมองให้ทำงานได้ดี
- 10) ช่วยให้นอนหลับได้สบายมากยิ่งขึ้น
- 11) สำหรับน้ำผึ้งเก่าจะช่วยรักษาอาการท้องเสียได้
- 12) ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อแบคทีเรียที่ไม่ดีในร่างกาย

3.2.5 เจลาติน



รูปที่ 3.7 เจลาติน

ที่มา : <https://www.ncktrading.com/>

3.2.5.1 ประโยชน์และสรรพคุณเจลาติน

Pobpad (2566) กล่าวว่า เจลาตินอุดมไปด้วยโปรตีนและกรดอะมิโนหลายชนิดจึงเป็นประโยชน์ต่อร่างกายและสุขภาพ ดังนี้

1) ซ่อมแซมและฟื้นฟูร่างกาย

โปรตีนเป็นสารอาหารที่ประกอบอยู่ในทุกส่วนของร่างกาย ร่างกายจึงต้องการโปรตีนเพื่อซ่อมแซมและฟื้นฟูส่วนที่สึกหรออยู่ตลอดเวลา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อร่างกายได้รับบาดเจ็บหรือเกิดการเจ็บป่วย ซึ่งเจลาตินมีส่วนประกอบเป็นโปรตีนเกือบทั้งหมด ร่างกายจึงสามารถนำเอาโปรตีนเหล่านี้ไปช่วยเสริมสร้างในส่วนที่ขาดได้ เจลาตินนั้นมีประโยชน์ในทางการแพทย์ค่อนข้างมาก เช่น ใช้รักษาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ใช้รักษาผู้ป่วยภาวะพร่องภูมิคุ้มกัน และใช้ฟื้นฟูร่างกายในผู้ป่วยหลังผ่าตัด เป็นต้น

2) บรรเทาอาการกระดูกและข้อต่อ

เชื่อกันว่าเจลาตินอาจช่วยเพิ่มคอลลาเจนภายในข้อต่อจึงอาจช่วยบรรเทาความผิดปกติของกระดูกและข้อต่อ อย่างอาการปวดข้อต่อและข้อติดที่เป็นอาการของโรคข้อเสื่อม โรคข้ออักเสบรูมาตอยด์ และโรคข้อกระดูกอักเสบได้ แต่ในความเป็นจริง เจลาตินจะถูกย่อยในทางเดินอาหารได้เป็นโปรตีนแล้วกระจายไปตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ไม่ได้เข้าซึมผ่านเข้าข้อต่อโดยตรง และแม้ว่าผลการศึกษาหลายชิ้นจะชี้ว่าเจลาตินอาจมีส่วนช่วยในการลดอาการปวดได้ แต่ก็ยังไม่มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่เพียงพอที่จะยืนยันว่าเจลาตินนั้นสามารถรักษาโรคข้อเสื่อมได้ จึงควรรอผลการศึกษาเพิ่มเติมหรือปรึกษาแพทย์หากต้องการใช้เจลาตินร่วมกับการรักษา

3) บำรุงสมอง

เจลาตินประกอบไปด้วยกรดอะมิโนหลายชนิด อย่างกรดอะมิโนไกลซีนที่เชื่อกันว่าสามารถช่วยพัฒนาในด้านความจำ รวมทั้งอาจช่วยบรรเทาอาการจากโรคทางจิต อย่างโรคจิตเภท โรคย้ำคิดย้ำทำ และโรคคิดว่าตนเองมีรูปร่างหรืออวัยวะผิดปกติ (∴ Body dysmorphic disorder) ได้ด้วย ส่วนกรดกลูตามิกหรือกลูตามินในเจลาตินยังมีการนำไปใช้เพื่อรักษาโรคทางจิตอย่างภาวะซึมเศร้า โรควิตกกังวล และภาวะไฮเปอร์ นอกจากนี้ กรดกลูตามิกยังอาจช่วยลดอาการหงุดหงิด ฉุนเฉียวได้อีกด้วย

4) ประทับผิวและเส้นผม

เชื่อกันว่าคอลลาเจนเป็นสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อผิวพรรณและความสวยความงาม มีงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคอลลาเจนกับสุขภาพผิว ผม และเล็บพบว่า การรับประทานคอลลาเจนเป็นประจำอาจช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นและความยืดหยุ่นให้กับผิว ช่วยให้เล็บแข็งแรง นอกจากนี้ มีงานวิจัยชิ้นหนึ่งพบว่าคอลลาเจนอาจช่วยเพิ่มจำนวนเส้นผมทำให้ผมหนาขึ้นแม้ในผู้ที่เป็็น โรคผมร่วง อย่างไรก็ตาม การศึกษาชิ้นนี้เป็นการศึกษาเพียงชิ้นเดียวที่พบผลลัพธ์ดังกล่าว จึงควรรอผลจากการศึกษาอื่น ๆ เพื่อยืนยันสรรพคุณของคอลลาเจนในการบำรุงเส้นผม

5) เพิ่มคุณภาพในการนอนหลับ

มีการศึกษาความสัมพันธ์ของไกลซีนกับคุณภาพการนอนหลับ ด้วยการให้กลุ่มตัวอย่างรับประทานไกลซีนปริมาณ 3 กรัมก่อนนอน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการนอนหลับที่ดีขึ้น เช่น ลดระยะเวลาในการผล็อยหลับ ช่วยให้นอนหลับสนิทขึ้น ลดอาการง่วงนอนในเวลากลางวัน ช่วยให้สมองผ่อนคลาย บรรเทาอาการจากโรคนอนไม่หลับ และลดอุณหภูมิในร่างกายลงซึ่งมีผลต่อการนอนหลับที่ดีขึ้น เป็นต้น

6) ช่วยควบคุมน้ำหนักและน้ำตาลในผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 2

เจลาตินอาจเป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำหนักหรือผู้ป่วยที่ต้องควบคุมจำนวนแคลอรีและสารอาหาร อย่างผู้ป่วยเบาหวานและผู้ป่วยโรคอ้วน เนื่องจากเจลาตินมีแคลอรีที่ต่ำและมีโปรตีนสูง ช่วยให้อิ่มนาน ทั้งยังช่วยลดความอยากอาหารได้อีกด้วยจากการศึกษาที่ให้ผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวานจากโรคอ้วนรับประทานเจลาตินติดต่อกันเป็นเวลา 3 เดือนพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการอักเสบที่ลดลงและควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น ซึ่งอาจเป็นผลมาจากน้ำหนักที่ลดลงที่ส่งผลให้อาการของโรคอ้วนบรรเทาตามไปด้วย

7) เสริมความแข็งแรงให้ผนังลำไส้

กลูตามีนเป็นสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อลำไส้และระบบภูมิคุ้มกัน โดยการศึกษาพบว่ากลูตามีนทำให้ผนังลำไส้แข็งแรงและช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคลำไส้รั่ว (Leaky gut) ซึ่งภาวะนี้อาจทำให้เชื้อโรคเข้าสู่ลำไส้และเกิดการติดเชื้อได้ กลูตามีนจึงเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในผู้ที่ผนังลำไส้ที่บางหรือมีโรคที่เสี่ยงต่อการเกิดลำไส้ทะลุ อย่างผู้ที่เป็นโรคโครห์น โรคลำไส้ใหญ่อักเสบ หรือผู้ที่ผ่านการผ่าตัดลำไส้ อย่างไรก็ตาม ในอีกด้านก็พบข้อมูลที่ว่า การบริโภคน้ำกลูตามีนอาจไม่ได้มีผลในการรักษาภาวะดังกล่าว จึงควรรอผลการศึกษาเพิ่มเติม

8) ลดความเสี่ยงโรคมะเร็ง

มีงานวิจัยหลายงานที่พบความเชื่อมโยงในการใช้เจลาตินลดการเติบโตของเซลล์มะเร็ง อย่างโรคมะเร็งลำไส้ มะเร็งกระเพาะอาหาร มะเร็งเม็ดเลือดขาว จากการทดลองเจลาตินจากผิวหนังของหมูในหลอดทดลอง พบว่าเนื้ออกและเซลล์มะเร็งนั้นมีการเติบโตที่ช้าลง นอกจากนี้ กลูตามีนยังอาจช่วยบรรเทาผลข้างเคียงจากเคมีบำบัดได้อีกด้วย อย่างไรก็ตาม การศึกษาเหล่านี้ยังต้องการการศึกษาในแง่มุมอื่น ๆ อีกเพื่อยืนยันคุณสมบัติในการชะลอการเติบโตของมะเร็ง

3.2.6 เกลือ



รูปที่ 3.8 เกลือ

ที่มา : <https://cooking.kapook.com/view214311.html>

3.2.6.1 ประโยชน์และสรรพคุณเกลือ

Campus (2019) กล่าวว่า ประโยชน์และสรรพคุณเกลือ มีดังต่อไปนี้

- 1) เกลือมีส่วนช่วยในการย่อย กรดเกลือ หรือ กรดไฮโดรคลอริก ช่วยทำให้กระเพาะมีสภาพเป็นกรด เหมาะแก่การทำงานของน้ำย่อย ช่วยทำให้อาหารอ่อนตัว ช่วยในการดูดซึมธาตุเหล็ก
- 2) ทำให้หัวใจสุขภาพดี โซเดียม ไอออนช่วยในการส่งแรงกระตุ้นไฟฟ้า เพื่อให้เซลล์เหล่านี้ถูกกระตุ้นให้ส่งสัญญาณไปยังเซลล์หัวใจ ซึ่งช่วยให้หัวใจมีสุขภาพที่ดี
- 3) จำเป็นต่อการเคลื่อนไหวร่างกาย ช่วยทำให้การเคลื่อนไหวร่างกาย มีการยืดหยุ่นที่ดี
- 4) ช่วยป้องกันการขาดสารไอโอดีน แร่ธาตุไอโอดีนมีบทบาทสำคัญในกระบวนการเมตาบอลิซึมและการทำงานของเซลล์ที่ดีต่อสุขภาพ อีกทั้งยังเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้หญิงตั้งครรภ์เพื่อพัฒนาการทางสมองของเด็กทารก
- 5) มีเกลือแร่ เมื่อเราเหงื่อออกมากเราจะสูญเสียน้ำ และอิเล็กโทรไลต์ เกลือแร่สามารถช่วยควบคุมสมดุลร่างกาย
- 6) ช่วยลดความเสี่ยงโรคเบาหวาน โซเดียมมีบทบาทสำคัญในการรักษา ระดับของอินซูลินที่มีต่อระดับน้ำตาลในเลือด ในผู้ป่วยโรคเบาหวาน

7) เป็นน้ำยาบ้วนปาก น้ำเกลือ ช่วยรักษาสุขภาพช่องปาก สามารถกำจัดแบคทีเรียที่มากเกินไปจากปาก สามารถใช้ในการจัดการแผลในปาก ลดโอกาสที่จะเป็นโรคเหงือกอักเสบหรืออาการปวดฟัน ยาสีฟันบางประเภทใช้เกลือเป็นส่วนผสมในการฟอกสีฟัน เนื่องจากโมเลกุลที่มีขนาดไมครอนสามารถช่วยให้ฟันขาวขึ้นได้

8) สามารถปรับปรุงระบบทางเดินหายใจ
เกลือเป็นสารประกอบพิเศษที่มีคุณสมบัติต่อต้านแบคทีเรีย ช่วยส่งเสริมสุขภาพของระบบทางเดินหายใจของเราอย่างมีนัยสำคัญ มีศักยภาพในการลดอาการแพ้และการจัดการโรคหอบหืด

9) สามารถลดความอยากอาหารของคุณ รสชาติของเกลือสามารถช่วยระงับความอยากอาหารของคุณได้

3.2.7 น้ำตาล



รูปที่ 3.9 น้ำตาล

ที่มา : <https://www.siamchemi.com/>

3.2.7.1 ประโยชน์และสรรพคุณน้ำตาล

csdlabservices (2562) กล่าวว่า ประโยชน์และสรรพคุณน้ำตาล มีดังต่อไปนี้

1) กลูโคส (Glucose) เป็นแหล่งอาหารที่จำเป็นของเซลล์ เนื้อเยื่อ และอวัยวะภายในร่างกาย ทำให้ ไกลโคเจน (Glycogen) ในตับเพิ่มขึ้น ช่วยทำให้การเผาผลาญ (Metabolism) ของเนื้อเยื่อดีขึ้น และในขณะที่น้ำตาลในเลือดลดน้อยลง กลูโคสยังเป็นสารที่ช่วยกระตุ้นการทำงานของหัวใจได้เป็นอย่างดี

2) น้ำตาลเป็นสารที่ให้ความหวานและให้พลังงานแก่ร่างกาย (โดยน้ำตาล 1 กรัมจะให้พลังงาน 4 แคลอรี) ทำให้ชีวิตมีรสชาติ ทำให้รู้สึกสดชื่นกระชุ่มกระชวย

3) น้ำตาลเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อชีวิตมาก เนื่องจากการทำงานของอวัยวะภายในร่างกายและเนื้อเยื่อต่าง ๆ ของร่างกาย ก็ล้วนแล้วแต่ต้องใช้พลังงานจากน้ำตาล นอกจากนี้การหายใจ การขับปัสสาวะ การไหลเวียน การย่อยอาหารก็ล้วนแล้วแต่ต้องการความร้อนจากน้ำตาลแทบทั้งสิ้น หรือแม้แต่ตั้งแต่การคลอดจากครรภ์มารดา ในการดำรงชีวิตเราจะขาดน้ำตาลไม่ได้ แม้อาหารที่จำเป็นของทารกก็ยังเป็นน้ำนมที่มีน้ำตาลผสมอยู่ สรุปก็คือ พลังงานในการเคลื่อนไหวของมนุษย์ 70% มาจากน้ำตาล ถ้าขาดน้ำตาลมนุษย์ก็จะไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้

4) น้ำตาลทรายขาวนอกจากจะช่วยทำให้อาหารมีรสชาติหวานแล้ว น้ำตาลทรายยังช่วยในการถนอมอาหารและหมักอาหารได้อีกด้วย

5) เนื้อเยื่อและอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย ต้องการกลูโคส (Glucose) เพื่อเป็นวัตถุดิบในการให้พลังงานและสารประกอบที่สำคัญอื่น ๆ เช่น สมองต้องการกลูโคสวันละ 110-130 กรัม ไขมันและเม็ดเลือดแดงต้องการกลูโคสเป็นอาหาร ส่วนหัวใจจะทำงานได้ก็ต้องอาศัยกลูโคสมาทดแทนพลังงานที่สูญเสียไป และจากผลการทดลองหัวใจของสัตว์นอกร่างกาย พบว่ากลูโคสมีฤทธิ์กระตุ้นหัวใจของสัตว์ทดลอง ส่วนอวัยวะภายในร่างกายอื่น ๆ ถ้าขาดกลูโคสก็จะสามารถใช้กรดไขมันมาเป็นแหล่งให้พลังงานได้

6) แล็กโทสแม้จะไม่มีรสหวาน แต่ก็เป็นอาหารที่จำเป็นสำหรับการเจริญเติบโตของทารก โดยแล็กโทสจะทำหน้าที่ป้องกันจุลินทรีย์ที่จำเป็นในลำไส้ของทารก ช่วยในการดูดซึมของแคลเซียม ทำให้ทารกสามารถย่อยและดูดซึม (แต่ผู้ใหญ่ถ้ากินแล้วกลับจะทำให้ย่อยยากและทำให้ท้องเสีย)

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อรทัย ศิลปะนภาพร (2534) ได้วิจัยและพัฒนาการผลิตแยมสับปะรดในระดับอุตสาหกรรมให้ได้มาตรฐาน สามารถเลือกสูตรที่พอเหมาะที่สุด คือ มีน้ำตาล กรดซิตริก และเปกตินร้อยละ 59.5 และ 0.5 ตามลำดับ ที่อุณหภูมิ 30 องศาเซลเซียส เวลา 7 นาทีจะทำให้คุณลักษณะแยมใกล้เคียงกับที่ต้องการ เหมาะสมที่จะใช้ในกระบวนการผลิต การผลิตในระดับอุตสาหกรรมคุณภาพแยมที่ผลิตขึ้น ค่า PH เท่ากับ 3.2 ปริมาณสารที่ละลายได้ ร องศาบริกซ์ ค่า สี L เท่ากับ +24.62 a เท่ากับ -1.08 และ b เท่ากับ +4.74 ความเป็นกรดทั้งหมด (ในรูปกรดซิตริก) ร้อยละ 0.79 สีคาร์ตราซิน 0.96 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม โปตัสเซียมซอร์เบต 401.34 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม โซเดียมเบนโซเอต 405.3

มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม ไม่พบซัลเฟอร์ไดออกไซด์ ส่วนจุลินทรีย์ทั้งหมด จำนวนยีสต์และรา พบว่าน้อยกว่า 10 โคโลนีต่อกรัม ไม่พบ *S. aureus* แยมที่เก็บที่อุณหภูมิ 2 องศาเซลเซียสจะมีของเหลวแยกจากเจลเล็กน้อย แต่คุณภาพทางประสาทสัมผัสยังอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ แยมที่เก็บที่ 45 องศาเซลเซียส มีอายุการเก็บไม่เกิน 3 เดือน แยมจะมีสีคล้ำ ปริมาณน้ำตาลรีดิวซิงเพิ่มสูง ในขณะที่รสเปรี้ยวลดลง ผู้บริโภครับผลิตภัณฑ์ที่ผลิตขึ้นร้อยละ 96 และ ผู้บริโภคร้อยละ 75 เต็มใจซื้อแยมในราคา 14 บาทต่อขวดขนาด 170 กรัม

นราพร เชนวิทย์ทางกูร (2543) ได้ทำการวิจัยการทำแยมสับปะรดแคลอรีต่ำ ทดลองหา ลักษณะของการเกิดเจลที่เหมาะสมจากสารที่ทำให้เกิดความข้นเหนียว 4 ชนิด ได้แก่ เปกตินเมกซิลต่ำ, แคปลา-คาราจีแนน, โลคัสปีนกัน และ โซเดียมอัลจินท ทดลองทำแยมสับปะรด จากสารที่ทำให้เกิดความข้นเหนียว 4 ชนิด โดยควบคุมความปั่นกรด-ต่าง (พีเอช) ที่ 3.0-3.3 ใช้น้ำผลไม้ 45% ของน้ำหนักแยมตาม มอก. 263-3521 เมื่อได้แยมตามสูตรต่างๆนำมาวิเคราะห์คุณสมบัติต่างๆ ได้แก่ เนื้อสัมผัสของเจล, สี และปริมาณของแข็งที่ละลายได้ทั้งหมด ทดลองการใช้สารให้ความหวานแอสพาร์แทมและซอร์บิทอล ทดแทนน้ำตาลในการแยมสับปะรดที่ระดับความหวาน 40, 50 และ 60 องศาบริกซ์ การทำเจลมาตรฐานจากเปกตินชนิด 150 เกรด เพื่อให้ได้คุณลักษณะของเจลที่ดีที่สุด ควรควบคุมให้ได้ 65 องศาบริกซ์ โดยใช้ปริมาณเปกติน 0.43 กรัม การทดลองสารข้นเหนียว 4 ชนิด พบว่าโลคัสปีนกัน และ โซเดียมอัลจินท ไม่สามารถเกิดเจลได้ ส่วนเปกตินเมกซิลต่ำและแคปลา-คาราจีแนน ให้ผลที่ดีที่สุดเมื่อใช้ เปกตินเม-อกซิลต่ำ 0.7%, น้ำตาลทราย 20% และแคลเซียมคลอไรด์ 3% แคปลา-คาราจีแนน 0.6%, น้ำตาลทราย 25% และแคลเซียมคลอไรด์ 15% การทดลองทำแยมสับปะรดจากผลที่ได้ พบว่าแยมสับปะรดที่ใช้เปกตินเมรีอกซิลต่ำ ให้ผลการทดสอบสูงกว่าที่ใช้แคปลา-คาราจีแนน การใช้สารให้ความหวานแอสพาร์แทมให้ผลการทดสอบการชิมสูงกว่าเมื่อใช้สารให้ความหวานซอร์บิทอล

นุชเนตร ตาเย๊ะ (2561) ได้ทำการวิจัยการพัฒนาแยมส้มแขกแคลอรีต่ำ โดยใช้ชุกราโลส ทดแทนน้ำตาลทำการศึกษา โดยพัฒนาแยมส้มแขก 4 สูตรคือสูตรควบคุมสูตรทดแทนน้ำตาลด้วยชุกราโลสร้อยละ 25, 50 และ 75 ทำการคัดเลือกสูตรการผลิตที่ดีที่สุดโดยการทดสอบทางประสาทสัมผัสด้วยวิธี 9-point hedonic scale นำสูตรที่คัดเลือกได้มาทดสอบคุณลักษณะทางกายภาพเคมีและจุลินทรีย์จากการศึกษาพบว่าแยมส้มแขกที่ทดแทนน้ำตาลด้วยชุกราโลสร้อยละ 25 ได้คะแนนคุณลักษณะด้านเนื้อสัมผัสและความชอบโดยรวมมากกว่าสูตรอื่น ๆ ($P < 0.05$ มีค่าความสว่าง (1) ค่าสีแดง (3) และค่าสีเหลือง (6) เท่ากับ 22.72, 6.43 และ 8.52 ตามลำดับปริมาณน้ำอิสระ (3 เท่ากับ 0.57 วิเคราะห์องค์ประกอบทางเคมี ได้แก่ ปริมาณเชื้อยีสต์ทั้งหมดความชื้นปริมาณกรดทั้งหมดในรูปแบบ

กรดซิตริกปริมาณน้ำตาลทั้งหมดและปริมาณของแข็งทั้งหมดเท่ากับร้อยละ 0.93, 37.66, 6.63, 30.86 และ 70.30 ตามลำดับผลิตภัณฑ์มีค่าพีเอชเท่ากับ 3.05 ค่าพลังงานของแอมสั้มแซกสูตรทดแทนซูคราโลสเท่ากับ 140.08 กิโลแคลอรี / 100 กรัมมีค่าลดลงต่ำกว่าแอมสั้มแซกสูตรพื้นฐานร้อยละ 22 (180.18 กิโลแคลอรี / 100 กรัม) ตรวจพบจุลินทรีย์ทั้งหมดไม่เกิน 1×10^6 CFU / กรัมยีสต์และราไม่เกิน 100 CFU / กรัมและไม่พบการเจริญของ E.coli ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐาน (มผช. 3422547)



บทที่ 4

รายละเอียดของโครงการ

โครงการเรื่อง แยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ Three Comrades Jam (Dragon fruit Pineapple and Pomelo) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำวัตถุดิบจำพวกผลไม้ที่เหลือจากไลน์บุฟเฟต์มาแปรรูปเป็นแยม มีวัตถุดิบและขั้นตอนการทำดังนี้

4.1 วัตถุดิบและอุปกรณ์การทำแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ

4.1.1 วัตถุดิบที่ใช้

วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้
ส้มโอ	250 กรัม
สับปะรด	500 กรัม
แก้วมังกร	250 กรัม
น้ำผึ้ง	100 มิลลิลิตร
เจลาติน	10 กรัม
เกลือ	5 กรัม
น้ำตาล	100 กรัม

ตารางที่ 4.1 วัตถุดิบที่ใช้ทำแยม

4.1.2 อุปกรณ์ที่ใช้

วัสดุอุปกรณ์	ปริมาณที่ใช้
ถ้วยสำหรับใส่วัตถุดิบ	6 ใบ
เครื่องชั่ง	1 เครื่อง
ช้อน	1 คัน
หม้อ	1 ใบ
ไม้พาย	1 อัน
ขวดโหลแก้ว	1 ขวด

ตารางที่ 4.2 อุปกรณ์ที่ใช้ทำแยม

4.1.3 ขั้นตอนการทำแยม

4.1.3.1 หั่นผลไม้แก้วมังกร สับประรด และส้มโอ เป็นชิ้นเล็ก ๆ



รูปที่ 4.1 หั่นผลไม้เป็นชิ้น ๆ

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.2 ชั่งวัตถุดิบตามสูตร



รูปที่ 4.2 ชั่งวัตถุดิบ

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.3 นำผลไม้สับปรด ส้มโอ และแก้วมังกรที่หั่นเรียบร้อยแล้วไปปั่นให้ละเอียด จากนั้นก็ใส่ถ้วยเตรียมไว้ขั้นตอนต่อไป



รูปที่ 4.3 สับปรด ส้มโอ และแก้วมังกรที่ปั่นละเอียด

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.4 เตรียมน้ำตาล เกลือ น้ำผึ้ง และผงเจลาติน เทลงถ้วยให้เรียบร้อย พร้อมกับเตรียมวัตถุดิบทุกอย่างให้พร้อมก่อนลงหม้อ



รูปที่ 4.4 สับปรด ส้มโอ และแก้วมังกรที่ปั่นละเอียด

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.5 นำแก้วมังกรตามด้วยสับปะรดและส้มโอที่ปั่นแล้วมาผสมลงในหม้อเปิดไฟอ่อน เคี่ยวไฟอ่อนประมาณ 5 นาที



รูปที่ 4.5 ผสมแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ เคี่ยวไฟอ่อน

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.6 นำน้ำตาล น้ำผึ้งเทใส่ตามลงไป ในหม้อ จากนั้นเคี่ยวต่อไปเรื่อยๆ จากที่เคี่ยวไปประมาณ 20 นาที จะเห็นได้ว่าเนื้อแยมเริ่มมีสีที่ใสขึ้น



รูปที่ 4.6 เทน้ำตาลกับน้ำผึ้ง เคี่ยวต่ออีก 20 นาที

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.7 เมื่อเคี้ยวเป็นเวลา 40 นาที ก็ใส่ผลเจลาตินและเกลือลงไปในหม้อ เคี้ยวให้ส่วนผสมเดือดและส่วนผสมละลายเข้ากันจนหมด เคี้ยวจนแยมได้ที่



รูปที่ 4.7 เคี้ยวต่ออีก 40 นาที ใส่ผลเจลาตินและเกลือ

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.8 เช็คว่าความข้นของแยม โดยนำงานไปแช่ช่องแข็งรอไว้ เมื่อแยมข้นได้ที่ ลองหยดแยมประมาณ 1 ช้อนชาลงบนจาน ทิ้งไว้ประมาณ 3-5 นาที ถ้าแข็งจนแล้วแยมไม่ไหลตามแปลว่าได้ที่แล้ว หรือลองใช้นิ้วแตะที่ผิวแยมที่หยดแล้วมีลักษณะเป็นฟิล์มขุ่น ๆ แปลว่าข้นแล้วเช่นกัน



รูปที่ 4.8 เช็คว่าความข้นของแยม

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.9 การสเตอริไลซ์ขวดเพื่อเตรียมบรรจุ โดยล้างขวดด้วยน้ำยาล้างจานตามปกติ นำขวดเปล่า ๆ (ไม่รวมฝา) ไปต้มหรือนึ่งในน้ำเดือดประมาณ 10-15 นาที จากนั้นปิดไฟ



รูปที่ 4.9 การสเตอริไลซ์ขวดเพื่อเตรียมบรรจุ

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.1.3.10 ตักแยมบรรจุลงขวด ต้องบรรจุขณะที่ทั้งอาหารและขวดยังร้อน ทั้งคู่ ต้องอาศัยการกะเวลาต้มขวดให้เสร็จพอดีกับอาหาร



รูปที่ 4.10 นำแยมเก็บใส่ในวัสดุที่เตรียมไว้

ที่มา : ผู้จัดทำ (2565)

4.2 รายการต้นทุนการทำแยม

วัสดุอุปกรณ์	ปริมาณที่ใช้	ราคา	ต้นทุน
ส้มโอ	250 กรัม	-	ของเหลือใช้ในโรงแรม
สับปะรด	500 กรัม	-	ของเหลือใช้ในโรงแรม
แก้วมังกร	250 กรัม	-	ของเหลือใช้ในโรงแรม
น้ำผึ้ง	75 มิลลิลิตร	150 บาท / 325 มล.	34.62 บาท
เจลาติน	10 กรัม	83 บาท / 100 กรัม	8.30 บาท
เกลือ	5 กรัม	5 บาท / 500 กรัม	0.05 บาท
น้ำตาล	100 กรัม	2.5 บาท / 100 กรัม	2.50 บาท
รวมต้นทุนทั้งหมด			45.47 บาท

ตารางที่ 4.3 การคำนวณต้นทุนแยม

ต้นทุนทั้งหมดของผลิตภัณฑ์แยมสามสหาย 1 กิโลกรัม รวมเป็นจำนวน 45.47 บาท เมื่อเทียบกับแยมทั่วไปที่มีน้ำหนัก 1 กิโลกรัม ราคา 170 บาท ดังนั้นสามารถประหยัดแยมให้โรงแรมได้ 124.53 บาท โดยในระยะเวลา 2 เดือนในการทำโครงการ ทำให้โรงแรมประหยัดต้นทุนได้ 249.06 บาท

4.3 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจของแยมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

ผู้จัดทำโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ ได้ทำแบบสอบถามสำรวจความพึงพอใจที่มีต่อแยม โดยให้พนักงานแผนกครัวในโรงแรมเรือนเคอรี่วัลย์ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา และบุคลากรทั่วไปจำนวน 30 คนทดลองชิม เพื่อทำการวิเคราะห์และอภิปรายผลดังต่อไปนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติ คือ ค่าแจกแจงความถี่ (Frequency) และหาค่าร้อยละ
- ส่วนที่ 2 สำรวจความพึงพอใจต่อแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติ คือการหาค่าเฉลี่ย (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

4.3.1 ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.4 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

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

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชายร้อยละ 56.67 และเพศหญิงร้อยละ 43.33

ตารางที่ 4.5 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่า 20 ปี	0	0.00
21-40 ปี	24	80.00
41-60 ปี	6	20.00
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.5 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามที่มีอายุ 21-40 ปีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80.00 รองลงมาเป็นผู้ที่มีอายุ 41-60 ปีคิดเป็นร้อยละ 20.00

ลักษณะของแยม	ค่าเฉลี่ย	S.D	ระดับความพึงพอใจ
--------------	-----------	-----	------------------

แฮมมีสีสันสวยงาม น่าดึงดูดใจ	3.26	0.73	ปานกลาง
แฮมมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน	3.10	0.66	ปานกลาง
แฮมมีรสชาติอร่อย ถูกปาก	4.50	0.51	มาก
แฮมมีเนื้อสัมผัสที่นุ่มนวล	4.07	0.63	มาก
แฮมมีความสะอาด	4.27	0.58	มาก
แฮมมีปริมาณที่เหมาะสม	4.00	0.83	มาก
รวม	3.87	0.66	มาก

4.3.2 ตำรวจความพึงพอใจต่อแฮมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจและค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐานที่มีต่อโครงการ

จากตารางที่ 4.6 จากผลการสำรวจพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อแฮมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ) จำนวน 30 คน โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.87 เมื่อพิจารณาเป็นรายหัวข้อพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจมากคือ ด้านแฮมมีรสชาติอร่อย ถูกปาก มีค่าเฉลี่ย 4.50 ด้านแฮมมีความสะอาด มีค่าเฉลี่ย 4.27 ด้านแฮมมีเนื้อสัมผัสที่นุ่มนวล มีค่าเฉลี่ย 4.07 และด้านแฮมมีปริมาณที่เหมาะสม มีค่าเฉลี่ย 4.00 รองลงมาคือ ด้านแฮมมีสีสันสวยงาม น่าดึงดูดใจ และด้านแฮมมีกลิ่นหอมน่ารับประทานมีความพึงพอใจปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย 3.26 และ 3.10 ตามลำดับ

4.3.3 ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถาม ได้รับคำชมจากผู้ตอบแบบสอบถามว่า แฮมที่ทำจากทั้ง 3 ผลไม้นั้นได้แก่ แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ นั้นมีรสชาติเข้ากันได้ดีมากแถมแปลกใหม่ในด้านเมนูอาหารเข้าเป็นทางเลือกให้กับลูกค้าได้อีกหนึ่งเมนู ยังได้รับคำชมในเรื่องของการแปรรูปวัตถุดิบได้ดีอีกด้วย

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการจัดทำโครงการงานสหกิจศึกษา

5.1.1 สรุปผลโครงการ

จากการที่ผู้จัดทำโครงการได้เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาที่โรงแรมเรือนเครือวัลย์ริเวอร์ไซด์รีสอร์ท & สปา ในแผนกครัว ตั้งแต่วันที่ 1 มิถุนายน 2565 จนถึงวันที่ 9 กันยายน 2565 รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ ทำให้ผู้จัดทำได้เรียนรู้การปฏิบัติงานภายในแผนกครัว และมีพื้นฐานประสบการณ์ในด้านงานผู้ช่วยเชฟ (Assistant Chef) เป็นอย่างดี ได้ความรู้เพิ่มเติมและเทคนิคใหม่ ๆ เกี่ยวกับการทำอาหารมากขึ้น ได้ประสบการณ์ในการฝึกงานแบบเต็มที่ ทำในสิ่งที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มที่ และได้ความรักความสามัคคีกันของเพื่อนร่วมงาน อีกทั้งยังมีทักษะการเอาตัวรอดจากปัญหาที่พบเจอไม่ว่าจะเป็น การแก้ไขปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ยกตัวอย่างเช่น เมื่อทางโรงแรมได้รับผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 กล่าวคือมีวัตถุดิบจำพวกผลไม้เหลือทิ้งในแต่ละมือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำต้องการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจึงเป็นผลให้เกิดโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ ขึ้นมา คือการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ภายในแผนกครัวมาแปรรูปเป็นแยม เพื่อทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพิ่มทางเลือกเมนูใหม่ ๆ ในมือเข้ากับลูกค้า และยังสามารถช่วยทางโรงแรมลดต้นทุนการสั่งซื้อวัตถุดิบเข้ามาใช้ในแผนกครัวได้อีกด้วย

เมื่อผู้จัดทำโครงการได้ทดลองทำแยมและนำไปให้พนักงานในโรงแรมได้ลองชิมนั้น จึงได้ทำแบบสอบถามความพึงพอใจต่อกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ผลการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจที่มีต่อผลไม้แปรรูปที่กล่าวมาข้างต้นนั้น พบว่าผู้ทำประเมินส่วนใหญ่เป็นผู้ชายมีจำนวนทั้งสิ้น 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 มีอายุระหว่าง 21-40 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 80.00 ซึ่งผลสรุปจากตารางแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจและค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐานที่มีต่อโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ มีระดับความพึงพอใจเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 3.87

5.1.2 ปัญหาที่พบในโรงงาน

5.1.2.1 จากการที่ได้ลงมือปฏิบัติทำแยมแก้วมังกร สับประรด และส้มโอ พบปัญหาจากตัววัตถุดิบส้มโอ คือ เมื่อนำส้มโอลงไปเคี้ยวกับส่วนผสมอื่นแล้วมีรสชาติขมเกิดขึ้น เป็นรสชาติที่ค่อนข้างไปทางขมอย่างมาก

5.1.2.2 ครั้งที่ 2 จากการที่ปฏิบัติทำแยมในครั้งนี้อันปัญหาที่พบ คือ จากการหั่นสับประรดเป็นลูกเต๋านำไปทำแยมแล้วเกิดขึ้นเนื้อของสับประรดใหญ่เกินไปและไม่สามารรถทำเป็นแยมได้

5.1.3 การแก้ปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.1.3.1 จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นแก้ปัญหาครั้งนี้โดยการนำส้มโอไปปั่นผสมพร้อมน้ำผึ้งและน้ำตาลหลังจากนั้นนำไปเคี้ยวกับส่วนผสมอื่นตามสูตร

5.1.3.2 จากปัญหาครั้งที่ 2 ที่หั่นสับประรดเป็นชิ้นลูกเต๋าส่งผลให้ตัวแยมไม่สามารถทำเป็นแยมได้ จึงแก้ปัญหาโดยการนำสับประรดที่หั่นแล้วไปปั่นให้ละเอียดก่อนจึงนำไปเคี้ยวเป็นแยมและทำให้ได้ความเข้มข้นของแยมตามที่ต้องการ

บรรณานุกรม

- กฤติยา ไชยนอก. (2565). *แก้วมังกร*. เข้าถึงได้จาก <https://pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/366/แก้วมังกร>
- กฤติยา ไชยนอก. (2561). *Knowledge Article สับปะรด: ผลไม้รักษาโรค*. เข้าถึงได้จาก <https://pharmacy.mahidol.ac.th/en/knowledge/article/429>
- กรมประชาสัมพันธ์. (2565). *ส้มโอ ผลไม้หน้าฝน รสสดชื่น*. เข้าถึงได้จาก <https://www.prd.go.th/th/content/category/detail/id/35/iid/113876>
- นราพร เชนันวิทยางกูร. (2543). *วิจัยการทำแยมสับปะรดเคลือบน้ำตาล*. เข้าถึงได้จาก https://archive.lib.cmu.ac.th/full/T/2543/food0243nc_abs.pdf
- นันทวัน บุญยะประภัทสร. (2541). *สมุนไพรไม้พื้นบ้าน 4*. กรุงเทพฯ: คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นุชเนตร ตาฮะ. (2561). *การพัฒนาผลิตภัณฑ์แยมส้มแขกเคลือบน้ำตาล*. เข้าถึงได้จาก <https://li01.tci-thaijo.org/index.php/yrjst/article/view/187532>.
- พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์. (2566). *Jam / แยม*. เข้าถึงได้จาก <https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/0881/jam-แยม>
- มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาวิทยาเขตสมุทรสงคราม. (ม.ป.ป.). *น้ำผึ้ง ประโยชน์และสรรพคุณของน้ำผึ้ง*. เข้าถึงได้จาก <https://skm.ssru.ac.th/news/view/a641>
- โรงพยาบาลวิชัยยุทธ. (2564). *ประโยชน์ของเกลือที่น้ำรู้*. เข้าถึงได้จาก <https://www.vichaiyut.com/th/health/informations/salt-good-for-health/>
- สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม. (2561). *มาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชน*. เข้าถึงได้จาก [https://tcps.tisi.go.th/pub/tcps0342_61\(แยม\).pdf](https://tcps.tisi.go.th/pub/tcps0342_61(แยม).pdf)
- ห้องปฏิบัติการวิเคราะห์ค่าทางน้ำตาลและสารอนุพันธ์. (2562). *น้ำตาล สรรพคุณและประโยชน์ของน้ำตาล (Sugar)*. เข้าถึงได้จาก <https://www.csdlabservices.com/2019/news-5/>
- ห้องสมุดประชาชนอำเภอจักราช. (2564). *น้ำผึ้ง (Honey)*. เข้าถึงได้จาก http://supervision.nfe.go.th/chak_rat/?name=news1&file=readnews&id=165
- อรัญย์ ศิลปะนภาพร. (2534). *การพัฒนาแยมสับปะรดเพื่อให้ได้มาตรฐานคุณภาพในอุตสาหกรรม*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. เข้าถึงได้จาก https://kukrdb.lib.ku.ac.th/proceedings/kucon/search_detail/result/5200

บรรณานุกรม (ต่อ)

aksara99. (2566). *การทำแยม*. เข้าถึงได้จาก

<https://aksara99.wordpress.com/การทำแยม/>

Campus. (2562). *เกลือ*. เข้าถึงได้จาก <https://health.campus-star.com/general/21657.html>

DISTHAI. (2560). *ส้มโอ ประโยชน์ดีๆ สรรพคุณเด่น และข้อมูลงานวิจัย*. เข้าถึงได้จาก

<https://www.disthai.com/17066273/ส้มโอ>

Food and Drug Administration. (พ.ศ.2546). *Jam / แยม*. เข้าถึงได้จาก

<https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/0881/jam>

Kennydragonfruit. (2565). *แก้วมังกร*. เข้าถึงได้จาก <https://www.kennydragonfruit.com/dragonfruit>

Lacroix, M., & Cooksey, K. (2005). Edible films and coatings from animal origin proteins. *In*

Innovations in food packaging, 301-317.

Maysylvie. (2564). *รวมประโยชน์ของสับปะรดวิตามินเพียบ แร่ธาตุเยอะ หวานอร่อย สดชื่น!*.

เข้าถึงได้จาก <https://food.trueid.net/detail/x7DmrD9QjBGP>

Medthai. (2563). *น้ำตาล สรรพคุณและประโยชน์ของน้ำตาล*. เข้าถึงได้จาก

<https://medthai.com/Sugar/>

Pobpad. (2566). *เจลาติน กับ 8 คุณประโยชน์ที่คุณอาจไม่เคยรู้*. เข้าถึงได้จาก

<https://www.pobpad.com/เจลาติน-กับ-8-คุณประโยชน์>

Rkresortandspa. (ม.ป.ป.). *เรือนเครือวัลย์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา*. เข้าถึงได้จาก

<http://www.rkresortandspa.com/contactus.html>.

Taladmaeklong. (2561). *ทำความรู้จักกับส้มโอไทย*. เข้าถึงได้จาก

<https://www.taladmaeklong.com/get-to-know-about-thai-pomelo/>

Taladsabparod Blogspot. (2564). *สายพันธุ์สับปะรด*. เข้าถึงได้จาก

http://taladsabparod.blogspot.com/p/blog-page_14.html

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

ภาพการปฏิบัติงาน





เตรียมเครื่องปรุงรส และส่วนผสมสำหรับทำผัดไทย



หันเต้าหู้เตรียมทำผัดไทย



เตรียมวัตถุดิบสำหรับทำผัดไทย



ลงมือทำผัดไทย



จัดเตรียมผลไม้สำหรับออกไลน์บุฟเฟต์



จัดเตรียมอาหารสำหรับออกไลน์บุฟเฟต์



จัดเตรียมผลไม้ และงานสำหรับใส่ผลไม้ในไลน์บุฟเฟต์



จัดเตรียมอาหาร งาน ซ้อนส้ม ในไลน์บุฟเฟต์



ภาคผนวก ข
แบบสอบถาม

แบบสอบถามความพึงพอใจ
เรื่อง แยมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

คำชี้แจง : 1. แบบสอบถามนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อประเมินความพึงพอใจต่อแยมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

2. แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจต่อแยมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ

1) หญิง

2) ชาย

2. อายุ

1) ต่ำกว่า 20 ปี

2) 20 - 30 ปี

3) 30 - 40 ปี

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจต่อแยมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน ดังต่อไปนี้

หมายเหตุ : ระดับความพึงพอใจ (5 = มากที่สุด, 4 = มาก, 3 = ปานกลาง, 2 = น้อย, 1 = น้อยที่สุด)

รายการประเมิน		ระดับความพึงพอใจ				
		5	4	3	2	1
1.	แยมมีสีทันสวยงาม น่าดึงดูดใจ					
2.	แยมมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน					
3.	แยมมีรสชาติอร่อย ถูกปาก					
4.	แยมมีเนื้อสัมผัสที่นุ่มนวล					
5.	แยมมีความสะอาด					
6.	แยมมีปริมาณที่เหมาะสม					

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....





ภาคผนวก ค
บทความวิชาการ

แยมสามสหาย (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

Three Comrades Jam (Dragon fruit Pineapple and Pomelo)

นางสาวพรลภัส กลัดเจริญ

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

บทคัดย่อ

เนื่องจากสถานการณ์ปัจจุบันยังมีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 อย่างต่อเนื่อง จึงทำให้ระยะเวลาที่ผ่านมาทางโรงแรมเรอเนอวาล์วริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา มีจำนวนลูกค้าเข้ามาใช้บริการน้อยลงเป็นจำนวนมาก ส่งผลให้ทางแผนกครัวมีปริมาณวัตถุดิบจำพวกผลไม้เหลือใช้ค่อนข้างมาก ซึ่งผลไม้บางชนิดไม่สามารถเก็บไว้ได้นาน เนื่องจากเป็นของสด เมื่อนำไปใช้แล้วจะไม่สามารถนำมาใช้ในมื้อถัดไปได้อีก ผู้จัดทำจึงเห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจึงได้ค้นคว้าหาวิธีถนอมอาหารโดยนำผลไม้ที่เหลือมาทำเป็นแยม โดยการจัดทำโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ ซึ่งวัตถุประสงค์ของโครงการคือ 1) เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้ของโรงแรมมาทำเป็นเมนูใหม่ 2) เพื่อลดปริมาณขยะประเภทผลไม้เหลือใช้ 3) เพื่อนำผลไม้เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด เป็นการพัฒนาเมนูใหม่ให้กับสถานประกอบการ

ผู้จัดทำได้ทำการสำรวจความพึงพอใจของแยมสามสหาย โดยการนำไปแจกกลุ่มตัวอย่างคือ พนักงานในโรงแรมเรอเนอวาล์วริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา จำนวน 30 คน ทดลองชิมเพื่อให้ทราบถึงผลของโครงการ พบว่าพนักงานมีความพึงพอใจในด้านรสชาติของแยม ความสะอาดของแยม เนื้อสัมผัสของแยม และปริมาณของแยมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก รองลงมาคือ สีสัมผัสและกลิ่นของแยมอยู่ในระดับพึงพอใจปานกลาง ดังนั้นจึงสรุปภาพรวมได้ว่า โครงการแยมสามสหายจากแก้ว

มังกร สับปะรด และส้มโอมีระดับการสำรวจความพึงพอใจอยู่ที่ระดับความพึงพอใจมาก

คำสำคัญ: แก้วมังกร สับปะรด ส้มโอ

Abstract

Due to the current situation, there is still an epidemic of the Covid-19. The resulted of customers coming to the Rueangwan Riverside Resort & Spa. As a result, the kitchen department has a large amount of raw materials, such as fruit. Some fruits can't be kept for a long time because they are fresh. Once used, Unable to use it for the next meal. The researcher realized the problem and searched for ways to preserve it, By using the leftover fruit to make jam. The researcher creating a project of Sam Sahai Jam from Dragon Glass, Pomelo and Pineapple. The objective of the project is 1) to use the hotel's leftover fruit as a new menu 2) to reduce the amount of leftover fruit 3) to maximize the use of leftover fruit as a new menu development for businesses.

The researcher surveyed the satisfaction of Sam Sahai Jam by giving a sample of 30 employees at the Rueangwan Riverside Resort & Spa. The results showed that the staff were satisfied with the taste, cleanliness of the jam, and the amount of jam were at highly agreeable level, followed by the color and aroma were at middle

agreeable level. As a result, it was concluded that the : Sam Sahai Jam from Dragon Glass, Pomelo and Pineapple. were at highly agreeable level of satisfaction.

Keywords : Dragon fruit Pineapple Pomelo

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้จากออกไลน์บุฟเฟต์ของโรงแรมมาทำให้เป็นเมนูใหม่
2. เพื่อลดปริมาณขยะประเภทผลไม้ที่เหลือใช้
3. เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด

ขอบเขตของโครงการ

1. ขอบเขตด้านสถานที่ : โรงแรมเรเนอแควิลล์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา แผนกครัว
2. ขอบเขตด้านประชากร : พนักงานแผนกครัวของโรงแรมเรเนอแควิลล์ ริเวอร์ไซด์ รีสอร์ท & สปา และบุคคลทั่วไป จำนวน 25 คน
3. ขอบเขตด้านเวลา : ระหว่างวันที่ 1 มิถุนายน 2565 ถึงวันที่ 9 กันยายน 2565

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สามารถนำวัตถุดิบจากผลไม้ที่เหลือใช้มาดัดแปลงเป็นเมนูใหม่ได้
2. สามารถลดปริมาณของขยะประเภทผลไม้โดยเปล่าประโยชน์
3. ช่วยลดต้นทุนในการซื้อแฮม

ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

1. ศึกษาข้อมูลปัญหาของสถานประกอบการ
2. กำหนดหัวข้อโครงการ และเขียนโครงร่างโครงการ
3. ศึกษาและเก็บข้อมูล โดยปรึกษากับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์

4. วิเคราะห์ข้อมูลโดยการนำส่วนผสมที่เหลือใช้มาแปรรูป

5. ทดลองทำแฮมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ

6. จัดทำแบบสอบถาม

7. นำข้อมูลเรียบเรียงเป็นรูปเล่มโครงการเพื่อให้อาจารย์ตรวจสอบความถูกต้องและแก้ไข

8. ส่งรูปเล่มและนำเสนอโครงการ

ขั้นตอนการทำแฮมสามสหาย

1. หั่นผลไม้แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ เป็นชิ้นเล็ก ๆ

2. ชั่งวัตถุดิบตามสูตร

3. ผลไม้สับปะรด ส้มโอ และแก้วมังกรที่หั่นเรียบร้อยแล้วไปปั่นให้ละเอียด จากนั้นก็ใส่ถ้วยเตรียมไว้ขั้นตอนต่อไป

4. เตรียมน้ำตาล เกลือ น้ำผึ้ง และผงเจลาติน เทลงถ้วยให้เรียบร้อยแล้ว พร้อมกับเตรียมวัตถุดิบทุกอย่างให้พร้อมก่อนลงหม้อ

5. นำแก้วมังกรตามด้วยสับปะรดและส้มโอที่ปั่นแล้วมาผสมลงในหม้อเปิดไฟอ่อน เคี่ยวไฟอ่อนประมาณ 5 นาที

6. นำน้ำตาล น้ำผึ้ง เทใส่ตามลงไป ในหม้อ จากนั้นเคี่ยวต่อไปเรื่อย ๆ จากที่เคี่ยวไปประมาณ 20 นาที จะเห็นได้ว่าเนื้อแฮมเริ่มมีสีที่ใสขึ้น

7. เมื่อเคี่ยวเป็นเวลา 40 นาที ก็ใส่ผลเจลาติน และเกลือลงไป ในหม้อเคี่ยวให้ส่วนผสมเดือดและส่วนผสมละลายเข้ากันจนหมด เคี่ยวจนแฮมได้ที่

8. เช็คความข้นของแฮม โดยนำจานไปแช่ช่องแข็งรอไว้ เมื่อแฮมข้นได้ที่ ลองหยดแฮมประมาณ 1 ช้อนชาลงบนจาน ทิ้งไว้ประมาณ 3-5 นาที ถ้าแข็งจานแล้วแฮมไม่ไหลตามแปลว่าได้ที่แล้ว หรือลองใช้นิ้วแตะที่ผิวแฮมที่หยดแล้วมีลักษณะเป็นฟิล์มย่น ๆ แปลว่าข้นแล้วเช่นกัน

9. การสเตอร์ไลซ์ขวดเพื่อเตรียมบรรจุ โดยล้างขวดด้วยน้ำยาล้างจานตามปกติ นำขวดเปล่า ๆ (ไม่รวมฝา) ไปต้มหรือนึ่งในน้ำเดือดประมาณ 10-15 นาที จากนั้นปิดไฟ

10. ตักแยมบรรจุลงขวด ต้องบรรจุขณะที่ทั้งอาหารและขวดยังร้อนทั้งคู่ ต้องอาศัยการกะเวลาดมขวดให้เสร็จพอดีกับอาหาร

สรุปผลการจัดทำโครงการ

จากการที่ผู้จัดทำโครงการได้เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาที่โรงแรมเรอเนอว็อลวีริเออร์ไฮด์ริสอร์ท & สปา ในแผนกครัว ตั้งแต่วันที่ 1 มิถุนายน 2565 จนถึงวันที่ 9 กันยายน 2565 รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ ทำให้ผู้จัดทำได้เรียนรู้การปฏิบัติงานภายในแผนกครัว และมีพื้นฐานประสบการณ์ในด้านงานผู้ช่วยเชฟ (Assistant Chef) เป็นอย่างดี ได้ความรู้เพิ่มเติมและเทคนิคใหม่ๆ เกี่ยวกับการทำอาหารมากขึ้น ได้ประสบการณ์ในการฝึกงานแบบเต็มที่ ทำในสิ่งที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มที่ และได้ความรักความสามัคคีกันของเพื่อนร่วมงาน อีกทั้งยังมีทักษะการเอาตัวรอดจากปัญหาที่พบเจอไม่ว่าจะเป็น การแก้ไขปัญหาจากสถานการณ์ต่าง ๆ ยกตัวอย่างเช่น เมื่อทางโรงแรมได้รับผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 กล่าวคือมีวัตถุดิบจำพวกผลไม้เหลือทิ้งในแต่ละมือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำต้องการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจึงเป็นผลให้เกิดโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ ขึ้นมา คือการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ภายในแผนกครัวมาแปรรูปเป็นแยม เพื่อทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพิ่มทางเลือกเมนูใหม่ ๆ ในมือทำให้กับลูกค้า และยังสามารถช่วยทางโรงแรมลดต้นทุนการสั่งซื้อวัตถุดิบเข้ามาใช้ในแผนกครัวได้อีกด้วย

เมื่อผู้จัดทำโครงการได้ทดลองทำแยมและนำไปให้พนักงานในโรงแรมได้ลองชิมนั้น จึงได้ทำแบบสอบถามความพึงพอใจต่อกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ผลการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจที่มีต่อผลไม้แปรรูปที่กล่าวมาข้างต้นนั้นพบว่าผู้ทำประเมินส่วนใหญ่เป็นผู้ชายมีจำนวนทั้งสิ้น 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 มีอายุระหว่าง 21-40 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 80.00 ซึ่งผลสรุปจากตารางแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจและค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐานที่มีต่อโครงการแยมสามสหายจากแก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ มีระดับความพึงพอใจเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 3.87

กิตติกรรมประกาศ

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมเรอเนอว็อลวีริเออร์ไฮด์ริสอร์ท & สปา ตั้งแต่วันที่ 1 มิถุนายน 2565 ถึงวันที่ 9 กันยายน 2565 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่มีค่ามากมาย สำหรับรายงานสหกิจศึกษานี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี จากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่ายที่ได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือในการจัดทำรายงาน ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูล และเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตการทำงาน ซึ่งผู้จัดทำขอขอบคุณพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

บรรณานุกรม

กฤติยา ไชยนอก. (2561). *Knowledge Article*

สืบประวัติ: ผลไม้รักษาโรค. เข้าถึงได้จาก

<https://pharmacy.mahidol.ac.th/en/knowledge/article/429/>

นุชเนตร ตาเฮ้ะ. (2561). *การพัฒนาผลิตภัณฑ์แยม*

ส้มแขกแคลอรีต่ำ. เข้าถึงได้จาก

https://li01.tci-thaijo.org/index.php/yru_jst/article/view/187532.

นันทวัน บุญยะประภัทสร. (2541). *สมุนไพรไม้*

พื้นบ้าน 4. กรุงเทพฯ : คณะเภสัชศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหิดล.

นราพร เชนันวิททางกูร (2543). *วิจัยการทำแยม*

สืบประวัติแคลอรีต่ำ. เข้าถึงได้จาก

https://archive.lib.cmu.ac.th/full/T/2543/food0243nc_abs.pdf

พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์. (ม.ป.ป.). *แยม Food*

Network Solution ศูนย์เครือข่ายข้อมูล

อาหาร. เข้าถึงได้จาก

<https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/0881/jam/>

โรงพยาบาลวิชัยยุทธ. (2564). *ประโยชน์ของเกลือที่*

น้ำรู้. เข้าถึงได้จาก

<https://www.vichaiyut.com/th/health/informations/salt-good-for-health/>

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาวิทยาเขต

สมุทรสงคราม. (ม.ป.ป.). *น้ำผึ้ง*

ประโยชน์และสรรพคุณของน้ำผึ้ง เข้าถึง
ได้จาก

<https://skm.ssru.ac.th/news/view/a641>.

สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม

กระทรวงอุตสาหกรรม. (2561).

มาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชน. เข้าถึงได้จาก

[https://tcps.tisi.go.th/pub/tcps0342_61\(](https://tcps.tisi.go.th/pub/tcps0342_61()

แยม).pdf

อรทัย ศิลปะนภาพร. (2534). *การพัฒนาแยม*

สืบประวัติเพื่อให้ได้มาตรฐานคุณภาพใน

อุตสาหกรรม. กรุงเทพฯ:

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. เข้าถึงได้จาก

https://kukrdb.lib.ku.ac.th/proceedings/kucon/search_detail/result/5200.

DISTHAI. (2560). *ส้มโอ ประโยชน์ดีๆ สรรพคุณ*

เด่น และข้อมูลงานวิจัย. เข้าถึงได้จาก

<https://www.disthai.com/17066273>

Food and Drug Administration. (2003). *Jam / แยม*.

เข้าถึงได้จาก

<https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/0881/jam>

Kennydragonfruit. (2565). *แก้วมังกร*. เข้าถึงได้จาก

<https://www.kennydragonfruit.com/dragonfruit>

Lacroix, M., & Cooksey, K. (2005). Edible films and coatings from animal origin proteins.

In Innovations in food packaging, 301-317.

Medthai. (2563). *น้ำตาล สรรพคุณและประโยชน์*

ของน้ำตาล. เข้าถึงได้จาก

<https://medthai.com/Sugar/>

Papon, P., Leblond, J., Meijer, P. H., Papon, P.,

Leblond, J., & Meijer, P. H. (2007).

Gelation and transitions in biopolymers.

The Physics of Phase Transitions:

Concepts and Applications, 185-209.

Rkresortandspa. (ม.ป.ป.). *เรือนครัววิทย์ ริเวอร์*

ไซค์ รีสอร์ท & สปา. เข้าถึงได้จาก

<http://www.rkresortandspa.com/contactus.html>.

Taladmaeklong. (2561). *ทำความรู้จักกับส้มโอไทย.*

เข้าถึงได้จาก

<https://www.taladmaeklong.com/get-to-know-about-thai-pomelo/>

Taladsabparod Blogspot. (2564). *สายพันธุ์*

สับปะรด. เข้าถึงได้จาก

http://taladsabparod.blogspot.com/p/blog-page_14.html





ภาคผนวก ง

โปสเตอร์



เขมสามสหાય (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

Three Comrades Jam (Dragon fruit Pineapple and Pomelo)

- ❖ ภาควิชาอุตสาหกรรมการทอเย็บและนวิการ คณะศิลปศาสตร มหาวิทยาลัยสยาม
- ❖ ผู้จัดทำ นางสาวพรภัสร์ กัลลเจวีญ
- ❖ อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์จินต์จุฑา ไชยศรีนะ
- ❖ พนักงานที่ปรึกษา คุณ โชนัน สอนประกอบกร โรงแรมเรื่อเนคหรือว็อ วิเวอริไซค์ วิสออร์ท & สปะ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ผู้จัดทำโครงการได้ทำการสำรวจว่ามีผลไม้ชนิดใดที่สามารถนำมาแปรรูปใหม่ ได้โดยไม่ต้องทิ้ง พบว่า แก้วมังกร ส้มโอ และ สับปะรด มีเหลือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำคิดที่จะนำมาแปรรูป โดยทำการศึกษาค้นหาหรือข้อมูลของแก้วมังกร ส้มโอ และสับปะรด ซึ่งพบว่า แก้วมังกรมีรสหวาน และ ส้มโอกับสับปะรดเป็นผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวหวาน จึงได้นำเอาผลไม้ทั้งสามชนิดมาทำเป็นแยมในรูปแบบใหม่

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้จากไลน์บุฟเฟต์ของโรง แรมมาทำให้เป็นเมนูใหม่
2. เพื่อลดปริมาณขยะประเภทผลไม้ที่เหลือใช้
3. เพื่อนำผลไม้ที่เหลือใช้มาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด



ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สามารถนำวัตถุดิบจากผลไม้ที่เหลือใช้มาตัดแปรรูปเป็นเมนูใหม่ได้
2. สามารถลดปริมาณของขยะประเภทผลไม้ได้ต่อประ โยชน์
3. ช่วยลดต้นทุนในการซื้อแยม

ขั้นตอนการทำเขมสามสหાય (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

1. หั่นผลไม้แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ เป็นชิ้นเล็ก ๆ
2. ชั่งวัตถุดิบตามสูตร
3. ผลไม้สับปะรด ส้มโอ และแก้วมังกรที่หั่นเรียบร้อยแล้วนำไปปั่นให้ละเอียด จากนั้นก็ใส่แก้วหรือโถปั่นล่อนต่อไป
4. เติมน้ำตาล เกลือ น้ผึ้ง และผงเจลาติน เทลงถ้วยให้เรียบร้อยพร้อมกันเตรียมวัตถุดิบทุกอย่างให้พร้อมก่อนลงหม้อ
5. นำแก้วมังกรตามด้วยสับปะรดและส้มโอที่ปั่นแล้วผสมลงในหม้อเปิดไฟอ่อน เคี่ยวไฟอ่อนประมาณ 5 นาที



ขั้นตอนการทำเขมสามสหાય (แก้วมังกร สับปะรด และส้มโอ)

6. นำน้ำตาล น้ำผึ้งที่ใส่ตามลงไปนั้นเมื่อ จากนั้นก็รอคั่วไปเรื่อย ๆ จากที่เคี่ยวไปประมาณ 20 นาที จะเห็นได้ว่าเนื้อแยมเริ่มมีสีที่ใสขึ้น
7. เมื่อที่เคี่ยวเป็นเวลา 40 นาที ก็ใส่ผงเจลาตินและเกลือลงไปนั้นหม้อ เคี่ยวให้ส่วนผสมเดือดและส่วนผสมละลายเข้ากันจนหมด เคี่ยวจนแยมได้ที่
8. เช็คความข้นของแยม โดยนำจานไปแช่ช่องแข็งรอไว้ เมื่อแยมข้นได้ที่ ลองหยดแยมประมาณ 1 ช้อนชาลงบนจาน ทิ้งไว้ประมาณ 3-5 นาที ด้วยอีกจานแล้วแยมไม่ไหลลง แปลว่าได้ที่แล้วหรือลองใช้นิ้วแตะที่ผิวแยมที่หกลงแล้วมีลักษณะเป็นฟิล์มอ่อน ๆ แปลว่าขึ้นแล้วเช่นกัน
9. การทดสอบรสชาติขวดเพื่อเตรียมบรรจุ โดยล้างขวดด้วยน้ำสะอาดตามปกติ นำขวดเปล่า ๆ (ไม่รวมฝา) ไปต้มหรือนึ่งในน้ำเดือดประมาณ 10-15 นาที จากนั้นปิดไฟ
10. ตักแยมบรรจุลงขวด ล้างบรรจุขวดที่ทั้งอาหารและขวดด้วยร้อนที่ฆ่า คือ การใส่การระยะเวลาต้มขวดให้เสร็จพอดีกับอาหาร

สรุปผลการทำโครงการ

จากการที่ผู้จัดทำโครงการได้ทดลองทำแยมและนำไปให้พนักงานในโรงแรม ได้ลองชิมชิม นั้น จึงได้ที่แบบชอบต่อ ความพึงพอใจต่อกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ผลการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจที่มีต่อผลไม้แปรรูปที่กล่าวมาข้างต้นนั้น พบว่าผู้ทำประเมินส่วนใหญ่เป็นเพศชายมีจำนวนทั้งสิ้น 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 มีอายุระหว่าง 21-40 ปี มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 80.00 ซึ่งผลสรุปจากการแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจและค่าเฉลี่ยร้อยละบนมาตรฐานที่มีต่อโครงการเขมสามสหાયจากแก้วมังกร สับปะรด และ ส้มโอ มีระดับความพึงพอใจเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวม 3.87





ภาคผนวก จ
บันทึกการปฏิบัติงาน



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
7	10-15 ก.ค.	สำรวจวิธีปลูกส้มโอ และ ฟีน น้ำมะขามเปียก สันนิษฐานว่า และ 1 การศึกษาผลไม้ชนิดอื่น ๆ ก่อนซื้อผลไม้ในลูกค้ำพูนส้ม	พวงแก้ว	
8	17-23 ก.ค.	เตรียมของต่าง ๆ ส้มผัก อื่น ผัก เตรียมของ เสอสม เช่น เต้าหู้ผัด ข้าวห่อฉวม มะนาว ผักสด ผัก หกชนิด และ เก็บรักษา ในช่องได้นานที่สุด จัดของ ให้ขึ้นกระเป๋านำ เพื่อ นำส่งมอบต่อทางโรงเรียน	พวงแก้ว	
9	24 - 31 ก.ค.	เช็คสต็อกเครื่องปรุงต่าง ๆ จัดห้อง ABF Box ใช้ลูกค้า ที่ทำผิด ไม่ไว้บอขาย ใช้ของโรงเรียน และ จัดเตรียม จัดขงผัก อาหารแห้ง ของโรงเรียน ใช้ เตรียม จัดผักสด ผสม เตรียมของไว้ทำอาหาร บนโต๊ะ ตามวัน ทวง ทอด ต่าง ๆ	พวงแก้ว	
10	1 - 6 ส.ค.	ทำงาน จัดเสิร์ฟอาหารเย็น ออกขาย ทำขนมครัวซองต์ ส้ม และ เตรียม ผักไม้ ช่วย ชวนแม่ ครู	พวงแก้ว	



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
11.	7 - 13 ส.ค.	จัดงานอาหารจานปรุง งานกับข้าวต่างๆ ในสีความ สวยงาม นำรูปไปตกแต่ง งานแต่ละชนิด 1 เล่ม ประเภท ของอาหาร ต้อง จัดงาน 1 เล่ม ทำการ์ด จัดโต๊ะอาหาร นำรูป นริศ นารี นารี นารี ไปเข้ากับอาหารประเภท นาน ๆ	พชรพันธ์	
12.	14 - 20 ส.ค.	นำสินค้า เทคนิค การผสม แป้งทอด กับ ทอดปลา วิธีใช้ความร้อน ในทางทำอาหาร ต่างๆ	พชรพันธ์	
13.	21 - 27 ส.ค.	นำสินค้าปรุงน้ำจิ้ม และสอนวิธีการปรุง ประเภท น้ำต่างๆ 1 เล่ม 1 เล่ม 1 เล่ม ตามสูตร ที่มี	พชรพันธ์	
14.	28 - 31 ส.ค.	จัดอาหารว่าง ให้แขกที่ เข้ามาในงาน จัดสิ่ง ศุภลาภ นำ จัดอาหาร ดูความเรียบร้อยของ อาหาร ก่อน / หลัง	พชรพันธ์	
15.	1 - 9 ก.ย.	สังเกตความสะอาดใจครัว และจัดโต๊ะ จัดโต๊ะ ของต่างๆ ให้พร้อม นำ เก็บของใช้ ที่หมดอายุ การใช้งานทั่ว	พชรพันธ์	



ประวัติผู้จัดทำ

ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5804420004
ชื่อ – นามสกุล : นางสาวพรภัสร์ กัดัดเจริญ
คณะ : ศิลปศาสตร์
สาขาวิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและบริการ
ที่อยู่ปัจจุบัน : 9/195 หมู่บ้านกล้วยไม้ ซอยเอกชัย 119 แขวงบางบอน เขตบางบอน
กรุงเทพฯ ๑ 10150