



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

พานาคอตตำน้ำลูกเดี๋ย

Panna Cotta with Millet Juice

โดย

นายปริญญา เสงี่ยม 6204400033

นางสาวบุษกร คงแสง 6204400035

นายศตวรรษ อรรถโยโค 6204400065

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา 119-413 การศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2566

หัวข้อโครงการ พานาคอตตำน้ำลูกเดือย
Panna Cotta with Millet Juice

รายชื่อผู้จัดทำ นายปริญญา เล็งนา 6204400033
 นางสาวนุชกร คงแสง 6204400035
 นายศตวรรษ อรรถโยโค 6204400065

ภาควิชา อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์นันทวัชร ชื่อดรง

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติสหกิจศึกษาและการศึกษาเชิงบูรณาการ
กับการทำงาน ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัย
สยาม ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2566



คณะกรรมการสอบโครงการ

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์นันทวัชร ชื่อดรง)

.....พนักงานที่ปรึกษา
(คุณสุธี น้าสมบูรณ์)

.....กรรมการกลาง
(อาจารย์จินตจุฑา ไชยศรียะ)

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

ชื่อโครงการ :	พานาคอตดำน้ำลูกเดือย	
หน่วยกิต :	5 หน่วยกิต	
คณะผู้จัดทำ :	นายปริญญา	เส็งนา
	นางสาวบุษกร	กงแสง
	นายศตวรรษ	อรรถโยโค
อาจารย์ที่ปรึกษา :	อาจารย์นันท์วัชร	ชื้อตรง
ระดับการศึกษา :	ปริญญาตรี	
สาขาวิชา :	อุตสาหกรรมगतท่องเที่ยวและการบริการ	
คณะ :	ศิลปศาสตร์	
ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา :	2/2566	

บทคัดย่อ

โครงการสหกิจศึกษาเรื่อง "พานาคอตดำน้ำลูกเดือย" มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสูตรของพานาคอตดำน้ำลูกเดือย 2) เพื่อศึกษาวิธีการใช้เมล็ดลูกเดือยแห้งที่เหลือเยอะจากแผนกครัวเย็น มาสกัดให้เป็นน้ำลูกเดือย และ 3) เพื่อสร้างสรรค์เมนูใหม่จากวัตถุดิบที่เหลือใช้ และสร้างรายได้เพิ่มให้กับโรงแรม คณะผู้จัดทำจึงได้สังเกตเห็นว่า มีลูกค้าอยากทานเมนูของหวานที่มีชื่อว่าพานาคอตดำของทางโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน ทำให้คณะผู้จัดทำเห็นว่าสามารถนำลูกเดือยแห้งที่เหลือเยอะจากแผนกครัวเย็น นำมาสกัดเป็นน้ำลูกเดือย เพื่อเมนูพานาคอตดำใหม่ได้ โดยนำน้ำลูกเดือยมาปรุงรสชาติของพานาคอตดำใหม่ ทำให้ได้ผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพได้ มีคุณค่าทางโภชนาการ และเพื่อเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับโรงแรมด้วยเมนูใหม่

จากการสำรวจความพึงพอใจของพนักงานภายในส่วนงานครัว และจัดเลี้ยง จำนวน 30 คน พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 อยู่ในช่วงอายุระหว่าง 21-30 ปี จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 และส่วนใหญ่อยู่ในส่วนงานครัว จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

ผลจากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอตดำน้ำลูกเดือยในภาพรวม มีระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวม 4.17 หากพิจารณารายข้อจะพบว่า ผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด 4 ด้านคือ ด้านมีความริเริ่มอย่างสร้างสรรค์ ด้านมีประโยชน์ที่ได้รับจากการรับประทานอาหาร ด้านสีส่นของพานาคอตดำน้ำลูกเดือยมีความสวยงาม และด้านสามารถสร้างเพิ่มรายได้จากของที่เหลือใช้ มีค่าเฉลี่ย 4.57 เท่ากันทั้งหมด

คำสำคัญ: เมนู พานาคอตดำ น้ำลูกเดือย

Project Title : Panna Cotta with Millet Juice
Credits : 5 Credits
By : Mr. Parinya Sangna
 Miss Butsakorn Khongsaeng
 Mr. Satawat Auttayoko
Advisor : Mr. Nanthawat Suetrong
Degree : Bachelor of Arts
Major : Tourism and Hospitality Industry
Faculty : Liberal Arts
Semester/Academic year : 2/2023


Abstract

The cooperative education project to create panna cotta with millet juice aimed: 1) To study the basic recipe of panna cotta millet juice; 2) To study the dried millet leftovers in the cold kitchen to make millet juice; 3) To create a new menu item from leftover ingredients to generate additional income for the hotel. The project team saw a demand for the hotel's panna cotta dessert at RXV Wellness Village Sampran. The team realized that the dried millet leftovers in the cold kitchen could be extracted into millet juice to serve as a new ingredient, and allow a new flavor profile for the panna cotta. This would result in a healthy, nutritious product that could also increase the hotel's revenue with a new menu item.

From the employees in the kitchen and banquet satisfaction survey of 30 people, it was found that most of the respondents were female, 17 people, 56.67%, aged 21-30 years old, 17 people, 56.67% and most respondents work in the kitchen, 17 people, 56.67% of the total sample.

The results of the satisfaction questionnaire for the menu item panna cotta with millet juice was at a high level, with an overall average score of 4.17. Specifically, participants showed the highest satisfaction in 4 aspects: creativity, benefits received from eating the dish, the beautiful color of the panna cotta with millet juice, and the potential for increasing revenue from leftover ingredients, each with an average score of 4.57.

Keywords: panna cotta, millet juice, RXV Wellness Village Sampran


 Co-op Advisor

Approved by


กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่คณะผู้จัดทำได้มาปฏิบัติสหกิจศึกษา ในส่วนงานครัว (Kitchen) และจัดเลี้ยง (Banquet) ณ โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน (RXV Wellness Village Sampran) ตั้งแต่วันที่ 15 มกราคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2567 ได้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ ด้วยดี ส่งผลให้คณะผู้จัดทำได้รับความรู้ ประสบการณ์การทำงานต่างๆ และความเข้าใจในชีวิตการทำงานจริง ที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนและสามารถนำความรู้ประสบการณ์ที่ได้ไปใช้ในการประกอบอาชีพในอนาคต ด้วยความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน (RXV Wellness Village Sampran) ที่ให้โอกาส คณะผู้จัดทำเข้ามาปฏิบัติสหกิจศึกษา กรุณาเสียดเวลาอบรม สอนงาน และช่วยเหลือด้านต่างๆ ตลอดระยะเวลาในการปฏิบัติสหกิจศึกษาในครั้งนี้ จึงขอพระคุณอย่างสูงมา ณ ที่นี้ จากการสนับสนุนหลายฝ่าย ดังนี้

- | | | |
|---------------------|------------|------------------|
| 1. คุณสุธี | น้ำสมบูรณ์ | Commis II |
| 2. อาจารย์นันท์วัชร | ชื่อตรง | อาจารย์ที่ปรึกษา |
| 3. อาจารย์จันทจุฑา | ไชยศรีษะ | กรรมการกลาง |

และบุคคลที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำในการจัดทำรายงานสหกิจศึกษานับนี้จนเสร็จสมบูรณ์

คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน (RXV Wellness Village Sampran) และผู้ที่สนใจปฏิบัติสหกิจศึกษาของโรงแรม เพื่อเป็นแนวทางเบื้องต้นในการทำความเข้าใจและพัฒนาโครงการต่อไป รวมทั้งในการค้นคว้าของผู้สนใจทั่วไปด้วย หากรายงานฉบับนี้มีข้อผิดพลาดประการใด คณะผู้จัดทำก็ขออภัยมา ณ ที่นี้

นายปริญญา เส็งนา

นางสาวบุษกร คงแสง

นายศตวรรษ อรรถโยโค

คณะผู้จัดทำ

วันที่ 11 มิถุนายน พ.ศ. 2567

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่ง	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ	1
1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	2
บทที่ 2 รายละเอียดการปฏิบัติงาน	
2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ	3
2.2 ประวัติความเป็นมาของโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน	4
2.3 ลักษณะของการประกอบการและการให้บริการหลักขององค์กร	5
2.4 ชื่อและส่วนงาน ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย	16
2.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา	19
2.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน	19
2.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	19
2.8 สรุปผลและข้อเสนอการปฏิบัติสหกิจศึกษา	20
บทที่ 3 การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
3.1 ข้อมูลทั่วไปของพานาคอตต้า	21
3.2 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำพานาคอตต่าน้ำลูกเดือย	22
3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงาน	
4.1 วัตถุดิบและอุปกรณ์ในการทำเมนูพานาคอตต่าน้ำลูกเดือย	35
4.2 ขั้นตอนการทำเมนูพานาคอตต่าน้ำลูกเดือย	38
4.3 การคำนวณต้นทุนเมนูพานาคอตต่าน้ำลูกเดือย	41
4.4 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอตต่าน้ำลูกเดือย	41

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผล โครงการงาน	44
5.2 ข้อเสนอแนะในการทำโครงการครั้งต่อไป	45

บรรณานุกรม

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก รูปภาพขณะปฏิบัติสหกิจศึกษา

ภาคผนวก ข ตัวอย่างแบบสอบถาม

ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

ประวัติคณะผู้จัดทำ



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 : แสดงตารางขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	19
ตารางที่ 4.1 : แสดงตารางการคำนวณต้นทุนเมนูพาทาคอตด้าน้ำลูกเดียว	41
ตารางที่ 4.2 : แสดงตารางจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	42
ตารางที่ 4.3 : แสดงตารางจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	42
ตารางที่ 4.4 : แสดงตารางจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามส่วนงาน	42
ตารางที่ 4.5 : แสดงตารางค่าเฉลี่ยความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพาทาคอตด้าน้ำลูกเดียว	43



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปภาพที่ 2.1 : ตราสัญลักษณ์โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน	3
รูปภาพที่ 2.2 : แผนที่โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน	3
รูปภาพที่ 2.3 : โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน	4
รูปภาพที่ 2.4 : เวลเนส คลินิก	5
รูปภาพที่ 2.5 : เวลเนส ใจ	6
รูปภาพที่ 2.6 : เวลเนส กาย	6
รูปภาพที่ 2.7 : บ่อน้ำ	8
รูปภาพที่ 2.8 : ห้องพักรูฟทอเปอเรียร์	9
รูปภาพที่ 2.9 : ห้องพักรูฟทอเปอเรียร์พาโนรามา วิวแม่น้ำ	9
รูปภาพที่ 2.10 : ห้องพักรูฟทอเปอเรียร์	10
รูปภาพที่ 2.11 : อาร์เอ็กซ์วี คิคเซน	10
รูปภาพที่ 2.12 : อาร์เอ็กซ์วี คาเฟ่	11
รูปภาพที่ 2.13 : ห้องอาหารริมสระน้ำ	11
รูปภาพที่ 2.14 : สามพราน พาวเวอร์ วอล์ค	12
รูปภาพที่ 2.15 : โยคะ	12
รูปภาพที่ 2.16 : ออกกำลังกายด้วยระบบของกล้ามเนื้อ	13
รูปภาพที่ 2.17 : แมนดالا	13
รูปภาพที่ 2.18 : การฝึกโยคะโดยใช้เก้าอี้เป็นอุปกรณ์เสริม	14
รูปภาพที่ 2.19 : การบำบัดด้วยคลื่นเสียง	14
รูปภาพที่ 2.20 : การออกกำลังกายด้วยน้ำหนักตัวเป็นแรงต้าน	15
รูปภาพที่ 2.21 : นักศึกษาปฏิบัติสหกิจศึกษา	16
รูปภาพที่ 2.22 : นักศึกษาปฏิบัติสหกิจศึกษา	17
รูปภาพที่ 2.23 : นักศึกษาปฏิบัติสหกิจศึกษา	18
รูปภาพที่ 2.24 : พนักงานที่ปรึกษา	19
รูปภาพที่ 3.1 : Panna Cotta	22
รูปภาพที่ 3.2 : Job's Tear	23
รูปภาพที่ 3.3 : Oat Milk	23
รูปภาพที่ 3.4 : Syrup	24

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

	หน้า
รูปภาพที่ 3.5 : Gelatin	25
รูปภาพที่ 3.6 : Sweet Sapphire Black Grape	26
รูปภาพที่ 3.7 : Crimson Seedless Red Grape	27
รูปภาพที่ 3.8 : Shine Muscat Green Grape	27
รูปภาพที่ 3.9 : Strawberry	28
รูปภาพที่ 4.1 : ลูกเดือย	35
รูปภาพที่ 4.2 : นมข้าวโอ๊ต	35
รูปภาพที่ 4.3 : น้ำเชื่อม	35
รูปภาพที่ 4.4 : ผงเจลาติน	35
รูปภาพที่ 4.5 : อนุ๋นดำสวีทแซปไฟร์	36
รูปภาพที่ 4.6 : อนุ๋นแดงครีมสัน	36
รูปภาพที่ 4.7 : อนุ๋นเขียวไซน์มัสเกต	36
รูปภาพที่ 4.8 : สตรอว์เบอร์รี่	36
รูปภาพที่ 4.9 : ถั่วยแก้ว	36
รูปภาพที่ 4.10 : ถั่วยใบเล็ก	36
รูปภาพที่ 4.11 : หม้อด้าม	37
รูปภาพที่ 4.12 : ทัพพี	37
รูปภาพที่ 4.13 : ชาม	37
รูปภาพที่ 4.14 : ผ้าขาวบาง	37
รูปภาพที่ 4.15 : เครื่องปั่น	37
รูปภาพที่ 4.16 : ลูกเดือยสุก	38
รูปภาพที่ 4.17 : นำลูกเดือยลงในเครื่องปั่น	38
รูปภาพที่ 4.18 : คั้นน้ำลูกเดือย	38
รูปภาพที่ 4.19 : น้ำลูกเดือย	38
รูปภาพที่ 4.20 : เทส่วนผสมอย่างที 1	39
รูปภาพที่ 4.21 : เทส่วนผสมอย่างที 2	39
รูปภาพที่ 4.22 : เทส่วนผสมอย่างที 3	39
รูปภาพที่ 4.23 : เทส่วนผสมอย่างที 4	39

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

	หน้า
รูปภาพที่ 4.24 : ผสมส่วนผสม 1-4 ให้เข้ากัน	40
รูปภาพที่ 4.25 : เทใส่ถ้วยแก้ว และตกแต่งด้วยผลไม้	40
รูปภาพที่ 4.26 : เเมนูพานาคอต้าน้ำลูกเดี๋ย	40



บทที่ 1

บทนำ

1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

จากการที่ได้เข้าปฏิบัติสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน (RXV Wellness Village Sampran) ในส่วนงานครัว (Kitchen) และจัดเลี้ยง (Banquet) คณะผู้จัดทำจึงได้สังเกตเห็นว่า มีลูกค้าอยากทานเมนูของหวานที่มีชื่อว่าพานาคอตต้าของทางโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน (RXV Wellness Village Sampran)

ทำให้คณะผู้จัดทำเห็นว่าสามารถนำลูกเดือยแห้งที่เหลือเยอะจากแผนกครัวเย็น นำมาสกัดเป็นน้ำลูกเดือย เพื่อทำเมนูพานาคอตต้าใหม่ โดยนำน้ำลูกเดือยมาปรุงรสชาติของพานาคอตต้าใหม่ ทำให้ได้ผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพได้ มีคุณค่าทางโภชนาการ และเพื่อเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับโรงแรมด้วยเมนูใหม่

คณะผู้จัดทำจึงคิดค้นการใช้ น้ำลูกเดือยในการทำพานาคอตต้า เพื่อเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการ และมีรสชาติที่แปลกใหม่ อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการสร้างผลิตภัณฑ์ใหม่ และเพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้บริโภคมากยิ่งขึ้น และได้คิดหัวข้อเรื่อง "พานาคอตต้า น้ำลูกเดือย (Panna Cotta with Millet Juice)"

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1.2.1 เพื่อศึกษาสูตรของพานาคอตต้า น้ำลูกเดือย

1.2.2 เพื่อศึกษาวิธีการใช้เมล็ดลูกเดือยแห้งที่เหลือเยอะจากแผนกครัวเย็น มาสกัดให้เป็นน้ำลูกเดือย

1.2.3 เพื่อสร้างสรรค์เมนูใหม่จากวัตถุดิบที่เหลือใช้ และสร้างรายได้เพิ่มให้กับโรงแรม

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่

โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน

1.3.2 ขอบเขตด้านระยะเวลา

คณะผู้จัดทำโครงการสหกิจศึกษา ได้กำหนดขอบเขตด้านระยะเวลาศึกษาตั้งแต่วันที่ 15 มกราคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2567 โดยครอบคลุมขั้นตอนการปฏิบัติสหกิจศึกษา ขั้นตอนการดำเนินงาน โครงการสหกิจศึกษา และการจัดทำรูปเล่ม โครงการสหกิจศึกษาจนเสร็จสมบูรณ์

1.3.3 ขอบเขตด้านเนื้อหา

คณะผู้จัดทำโครงการสหกิจศึกษา ได้ศึกษาวิธีการใช้เมล็ดลูกเดือยแห้งที่เหลือเยาะจากแผนกครัวเย็น มาสกัดให้เป็นน้ำลูกเดือย

1.3.4 ขอบเขตด้านประชากร

คณะผู้จัดทำโครงการสหกิจศึกษา ได้กำหนดขอบเขตลักษณะประชากรที่จะศึกษา โดยมุ่งเน้นไปที่พนักงานภายในส่วนงานครัว และจัดเลี้ยง จำนวน 30 คน

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.4.1 เพื่อเป็นทางเลือกใหม่ให้กับผู้บริโภคที่รักสุขภาพ
- 1.4.2 เพื่อส่งเสริมให้มีการใช้ผลผลิตทางการเกษตรมากขึ้น
- 1.4.3 เป็นการเพิ่มรายได้ให้กับโรงแรมด้วยเมนูใหม่



บทที่ 2

รายละเอียดการปฏิบัติงาน

2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ

RXV

รูปภาพที่ 2.1 : ตราสัญลักษณ์โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/>

- ชื่อสถานประกอบการ : โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน
ที่ตั้งสถานประกอบการ : เลขที่ 88 ตำบลยายชา อำเภอสามพราน นครปฐม 73110
โทรศัพท์ : +66 34 151 822
อีเมล : info@rxvwellness.com
เว็บไซต์ : <https://www.rxvwellness.com/th/>
เฟซบุ๊ก : <https://www.facebook.com/rxvwellness/>



รูปภาพที่ 2.2 : แผนที่โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/contact-us>

2.2 ประวัติความเป็นมาของโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน

RXV Wellness Village หรือ RXV คือ Wellness Destination แห่งใหม่ ที่จะทำให้ลูกค้าสัมผัสภาพwelnessแบบใหม่ๆ ที่ลูกค้าเคยรู้จักมาค้นพบ และเปิดประสบการณ์การดูแลสุขภาพแบบใหม่ที่สนุก มีสีสัน เต็มไปด้วยนวัตกรรม และสร้างความสมดุลให้กับชีวิตด้วยการรู้จักร่างกาย และจิตใจของตนเองมากขึ้น และมีอิสระอย่างเต็มบนพื้นที่ Wellness Zone กว่า 4,000 ตารางเมตร ที่ลูกค้าจะได้ทั้งดูแล ฟันฟู และปรับสมดุลใหม่ให้ทั้งร่างกาย และจิตใจไปพร้อมกัน พร้อมผ่อนคลายจิตใจในทุกรูปแบบของประสาทสัมผัสผ่านการกินอาหารที่ดี กิจกรรมการเรียนรู้ที่ออกแบบมาเพื่อทุกเพศ ทุกวัย ช่วยเสริมสร้างพัฒนาการ ในรูปแบบที่สนุกสนานไม่น่าเบื่อ รวมไปถึงการผ่อนคลายในโซนบ่อน้ำ ธาราบำบัดที่ยกมาครบ อาทิ Vitality Pool, Silky Pool, Soda Pool, Cold Pool, Steam Room และ Experience Shower ให้ลูกค้าได้ใช้เวลาแห่งนี้ ได้อย่างรอบด้านในบรรยากาศสบายๆ ท่ามกลางธรรมชาติของสวนสามพราน และแม่น้ำท่าจีนที่จะช่วยให้การมีชีวิตที่ดีของลูกค้าเป็นเรื่องที่ง่ายขึ้น พื้นที่ธรรมชาติที่เดินทางจากกรุงเทพฯ แค่เพียง 45 นาทีเท่านั้น พื้นที่สีเขียวที่จะช่วยให้ลูกค้าได้อยู่ท่ามกลางความสงบ และเกิดความรู้สึกผ่อนคลายในทุกสัมผัส เหมาะกับการดูแลฟื้นฟูร่างกาย และจิตใจ



รูปภาพที่ 2.3 : โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/>

2.3 ลักษณะของการประกอบการและการให้บริการหลักขององค์กร

2.3.1 เวลเนส (Wellness)

1) เวลเนส คลินิก (Wellness Clinic) : ปรับสมดุล ฟื้นฟูสุขภาพ ต่อยอดเป้าหมายในการมีชีวิตที่ยืนยาวอย่างมีความสุข โดยปราศจากความกังวลเรื่องอาการเจ็บป่วยเรื้อรังกับการดูแลสุขภาพไปกับศาสตร์การแพทย์สมัยใหม่ และเทคโนโลยีที่ล้ำสมัยที่ Wellness Clinic ทาง RXV จะพาลูกค้าไปเรียนรู้ และทำความเข้าใจกับร่างกายของตัวเองทั้งจุดแข็ง และจุดอ่อน เพื่อการต่อยอด และพัฒนาศักยภาพร่างกายเฉพาะบุคคลของลูกค้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ และตรงจุด และค้นพบปัจจัยเสี่ยงจากพฤติกรรมประจำวันของลูกค้าอาจมองข้าม เพื่อแนะนำวิธีป้องกันที่เป็นมากกว่าทรีตเมนต์ แต่รวมถึงการปรับไลฟ์สไตล์เพื่อให้เกิดความยั่งยืนบนเส้นทางการดูแลสุขภาพของลูกค้าอีกด้วย อาทิ การตรวจวัดระดับการสะสมสาร โลหะหนักในร่างกาย ความสมดุลของระดับวิตามินและเกลือแร่ การตรวจระดับฮอร์โมนที่ส่งผลต่อความเครียด วัดระดับพัฒนาการตามช่วงวัย และตรวจภูมิแพ้ อาหารแฝง เป็นต้น พร้อมทรีตเมนต์ดูแลสุขภาพที่คัดสรรเพื่อดูแลสุขภาพของลูกค้าอย่างตรงจุดจากการประเมินของแพทย์ผู้ชำนาญการ ไม่ว่าจะเป็นการให้วิตามินทางเส้นเลือด การดีท็อกซ์ระบบย่อยอาหาร การฟื้นฟูการอักเสบในระดับเซลล์ และอีกหลากหลายวิธีการบำบัดในบรรยากาศธรรมชาติที่เป็นมิตรต่อร่างกายและจิตใจ คั้นสมดุล และความผ่อนคลายให้ทุกระบบของร่างกายของลูกค้าได้อย่างสมบูรณ์



รูปภาพที่ 2.4 : เวลเนส คลินิก

ที่มา : <https://rxvwellness.com/th/wellness>

2) เวลเนส ใจ (Wellness Jai) : แนวทาง 'เวลเนส' เริ่มดูแล และปกป้องสุขภาพตั้งแต่ร่างกาย จิตใจอารมณ์ และจิตวิญญาณในองค์กรรวมทั้งทาง RXV มีการทำทรีตเมนต์การดูแลฟื้นฟูสุขภาพจากการผสมผสานศาสตร์แพทย์แผนไทยที่ทาง RXV อย่างภาคภูมิใจ เข้ากับศาสตร์แพทย์ตะวันออกหลากหลายแขนงที่ถูกออกแบบมาให้ตอบโจทย์ทุกไลฟ์สไตล์ และช่วงวัยอย่างลงตัว ไม่ว่าจะลูกค้าจะอยากดูแลจิตใจที่ตึงเครียดให้ผ่อนคลาย หรือ อยากดูแลร่างกายเพื่อให้ลูกค้ากลายเป็นคนใหม่ที่สดใสมากกว่าเดิม Wellness Jai ก็สามารถตอบได้ทุกโจทย์ผ่านบริการด้านสุขภาพตั้งแต่โปรแกรมสปา พลังงานบำบัด ทรีตเมนต์ศาสตร์แพทย์แผนไทยดั้งเดิมที่

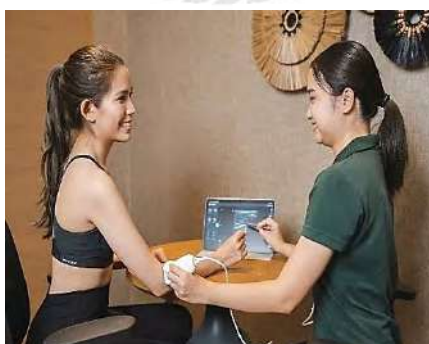
ผสมกลิ่นอายศาสตร์ตะวันออกทั้งจีน และอายุรเวทของอินเดีย ไม่ว่าจะเป็นการเผายาเพื่อปรับสมดุลระบบย่อยอาหาร การนวดบำบัดออฟฟิศซินโดรม หรือ ฟันฟูสุขภาพผิวด้วยสครับออร์แกนิกจากธรรมชาติ 100% ก็สามารถบำบัดลูกค้าได้ทุกมิติคืนสุขภาพดีจากภายในสู่ภายนอกแบบองค์รวม



รูปภาพที่ 2.5 : เวลเนส ใจ

ที่มา : <https://rxvwellness.com/th/wellness>

3) เวลเนส กาย (Wellness Guy) : ค้นพบมิติใหม่ในการวิเคราะห์ และรู้จักร่างกายของลูกค้าให้มากขึ้นกว่าที่เคย พร้อมสนุกไปกับการเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์มาเพื่อทุกช่วงวัยในครอบครัวให้ได้เต็มอิมกับทุกกิจกรรม สร้างเรื่องราว และช่วงเวลาดีๆ ร่วมกับสมาชิกครอบครัวไปกับกิจกรรม และเทคโนโลยีการออกกำลังกายที่จะเสริมสร้างทักษะการเคลื่อนไหว ผ่านการสั่งงานของระบบสมองไปยังระบบประสาทเพื่อแสดงให้เห็นการตอบสนองในแต่ละส่วน พร้อมสร้างความแข็งแรง และความทนทานให้กับกล้ามเนื้อ พร้อมกระตุ้นระบบเผาผลาญให้มีประสิทธิภาพเพื่อรูปร่างในแบบที่คุณค่า โดยที่ Wellness GAYA ทาง RXV มีทีมนักกายภาพบำบัด ผู้ชำนาญการด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา และกิจกรรมบำบัด



รูปภาพที่ 2.6 : เวลเนส กาย

ที่มา : <https://rxvwellness.com/th/wellness>

4) บ่อน้ำ (Bor Naam) : ผ่อนคลาย และผลิตเพลินไปกับการบำบัดรับพลังงานจากสายน้ำที่ Bor Naam หรือ โชนสระธาราบำบัดที่มารบทั้ง Vitality Pool, Oxygen Pool, Soda Pool, Cold Plunge Pool, Infrared Sauna, Steam Room และ Experience Shower ช่วยฟื้นฟูการไหลเวียนของเลือด และสุขภาพในองค์กรรวม ภายใต้บรรยากาศที่เป็นส่วนตัว และผ่อนคลายไปกับวิวสะพานบานด้านหน้าเสมือนกรอบภาพวาดที่มีชีวิต ให้ลูกค้าได้สัมผัสประสบการณ์ใหม่ในการดูแลสุขภาพทั้งทางร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ พร้อมไปกับการค้นพบตัวเองผ่านการใช้เวลาคุณภาพท่ามกลางสายน้ำ

- Steam Room : ผ่อนคลาย และดูแลสุขภาพของลูกค้าในห้อง Steam ที่ถูกจำลองราวกับว่าลูกค้าอยู่ท่ามกลางใน Tropical Zone ด้วยอุณหภูมิ 42-45 องศาเซลเซียส ไม่ว่าจะนั่ง หรือ เอนกายบนม้านั่งในระยะเวลาเพียง 15 นาทีต่อ 1 ครั้ง ก็สามารถช่วยขจัดของเสียในร่างกายของลูกค้า อีกทั้งยังสามารถช่วยกระตุ้นการไหลเวียนเลือดให้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

- Infrared Sauna : สัมผัสประสบการณ์ใหม่ของชาวนา อีกหนึ่งทางเลือกที่จะช่วยสร้างความร้อนที่สบาย และอบอุ่นอย่างพอดีต่อร่างกายลูกค้า และยังคงมอบประโยชน์ในการบำบัดรักษาร่างกายได้อย่างเต็มที่ ไม่ว่าจะเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หรือ บรรเทาอาการปวดภายในระยะเวลาเพียง 15 นาทีต่อ 1 ครั้ง

- Experience Shower : สัมผัสมิติใหม่ในการอาบน้ำที่ลูกค้าจะได้ใช้ประสาทสัมผัสอย่างหลากหลาย ให้ลูกค้าได้บำบัด ผ่อนคลาย และให้ช่วงเวลาในการชำระล้างร่างกายพิเศษยิ่งขึ้นด้วยตัวเลือกมากมายที่จะมอบประสบการณ์ที่ตื่นเต้น และแตกต่างให้กับลูกค้าผ่านทั้งแสง สี เสียง และรูปแบบจังหวะน้ำที่จำลองบรรยากาศเสมือนจริงของธรรมชาติ ราวกับยกป่ามาไว้ที่นี่

- Cold Plunge Pool : บำบัด และปรับสมดุลร่างกายของลูกค้าด้วยการเปลี่ยนสภาพแวดล้อมให้เย็นขึ้นในบ่อน้ำอุณหภูมิ 15-17 องศาเซลเซียส เพื่อลดอุณหภูมิร่างกายหลังออกกำลังกายท่ามกลาง หรือ Cold Therapy ที่ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของระบบไหลเวียนเลือด กระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน และประโยชน์อีกมากมายที่ลูกค้าจะได้รับอย่างคาดไม่ถึง

- Soda Pool : ให้ธาราบำบัดเป็นมากกว่าการผ่อนคลายด้วย Soda Pool มิติใหม่ของบ่อน้ำที่จะช่วยทำความสะอาดผิวของลูกค้าด้วยฟองก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ เตรียมผิวลูกค้าให้พร้อมรับการบำรุง และให้ลูกค้าได้สัมผัสกับความผ่อนคลายในอีกขั้นที่ไม่เหมือนใคร

- Oxygen (Silk) Pool : เติมออกซิเจนให้กับผิวของลูกค้าได้ฟื้นฟู และกลับมาดูสุขภาพดีราวกับได้รับการบำรุงอย่างเต็มที่ด้วย Oxygen Pool บ่อน้ำที่สร้างฟองออกซิเจนกว่า พันล้านฟอง และมีขนาดเล็กกว่า 50 ไมครอน ที่จะตรงเข้าไปดูแลผิวลูกค้าได้อย่างล้ำลึก อีกทั้งยังช่วยผ่อนคลาย และกระตุ้นการไหลเวียนเลือดของลูกค้าให้ดียิ่งขึ้น

- Vitality Pool : สร้างสมดุลใหม่ และเติมความมีชีวิตชีวาด้วย Vitality Pool ให้ร่างกายของลูกค้าได้รับการผ่อนคลายอย่างเต็มที่ด้วยเครื่องนวดแรงดันน้ำภายใต้อุณหภูมิ 40 องศาเซลเซียส ที่จะมอบความอุ่นสบาย คลายความตึงเครียดของร่างกาย และจิตใจลูกค้าให้กลับมาสู่สมดุลอีกครั้ง



รูปภาพที่ 2.7 : บ่อน้ำ

ที่มา : <https://rxvwellness.com/th/wellness>

2.3.2 ห้องพักรีสอร์ทเอ็กซ์วี (RXV Hotel)

1) ห้องพักรีสอร์ทพรีเมียร์ (Superior Room) : เหมาะสำหรับลูกค้าที่เข้าพักคนเดียว หรือมาเป็นคู่ให้ได้สัมผัสกับตัวเลือกวิวของแม่น้ำท่าจีน หรือ ธรรมชาติที่สวยงามของ RXV ภายในห้องพักขนาด 38 ตารางเมตร อยู่ที่ชั้น 4-7 มีเตียงเดี่ยวเดี่ยว เตียงคู่ สามารถเห็นวิวแม่น้ำ มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน



รูปภาพที่ 2.8 : ห้องพักรีสอร์ทพรีเมียร์

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/hotel/superior>

2) ห้องพักรีสอร์ทพรีเมียร์พาโนรามา วิวแม่น้ำ (Superior Panorama River View Room) : เหมาะสำหรับลูกค้าที่มาเข้าพักมาเป็นคู่ให้ได้สัมผัสกับบรรยากาศที่งดงามของแม่น้ำท่าจีนจากชั้นบน หรือ ธรรมชาติของสามพราน ภายในห้องพักขนาด 38 ตารางเมตร อยู่ที่ชั้น 8-10 มีเตียงเดี่ยวเดี่ยว เตียงคู่ สามารถมองเห็นวิวแม่น้ำ มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน



รูปภาพที่ 2.9 : ห้องพักรีสอร์ทพรีเมียร์พาโนรามา วิวแม่น้ำ

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/hotel/superior-panorama>

3) **ห้องพักดีลักซ์ (Deluxe Room)** : เหมาะสำหรับลูกค้าที่มาเข้าพักมาเป็นคู่ให้ได้สัมผัสกับบรรยากาศที่งดงามของแม่น้ำท่าจีน ธรรมชาติของสามพราน ภายในห้องพักขนาด 49 ตารางเมตร อยู่ที่ชั้น 4-10 มีเตียงเดี่ยวเท่านั้น สามารถมองเห็นวิวแม่น้ำท่าจีน มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบทุกองค์ประกอบ



รูปภาพที่ 2.10 : ห้องพักดีลักซ์

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/hotel/deluxe>

2.3.3 ห้องอาหารเพื่อสุขภาพ (Wellness Cuisine)

1) **อาร์เอ็กซ์วี คิตเชน (RXV Kitchen)** : สามารถรับรองลูกค้าได้ 88 ที่นั่ง (โซนห้องแอร์ 58 ที่นั่ง โซนรับลม 30 ที่นั่ง ไม่รวมโซนระเบียงริมน้ำ) เปิดให้บริการตั้งแต่ 10:00-22:00 น. ตั้งอยู่ภายในอาคารโรงแรม เพดานสูงโปร่ง มีหน้าต่างล้อมรอบ มีโซนด้านใน และด้านนอก วิวสวนและแม่น้ำท่าจีน โดยลูกค้าภายนอกสามารถ Walk-in เข้ามาที่ร้านได้โดยง่าย เป็นร้านอาหารหลักที่เสิร์ฟอาหารหลากหลายเมนู สำหรับผู้เริ่มต้น และผู้ที่ใส่ใจเรื่องสุขภาพ ให้บริการทั้งอาหารไทยและนานาชาติ มีเมนูเครื่องดื่มที่หลากหลาย ทั้งเพื่อสุขภาพ อาทิ น้ำต่างเพื่อช่วยปรับสมดุลในร่างกาย รวมทั้งยังมีเบียร์ หรือ แอลกอฮอล์พร้อมให้บริการ



รูปภาพที่ 2.11 : อาร์เอ็กซ์วี คิตเชน

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/food>

2) อาร์เอ็กซ์วี คาเฟ่ (RXV Café) : สามารถรับรองลูกค้าได้ 42 ที่นั่ง (โซนห้องแอร์ 30 ที่นั่ง โซนรับลม 12 ที่นั่ง) เวลาเปิดให้บริการตั้งแต่ 10:00-17:00 น. คาเฟ่ท่ามกลางบรรยากาศสบายๆ และอบอุ่น ทั้งโซน Indoor และ Outdoor ติดกับสวนเกือกม้า อันร่มรื่น ใจกลางโซน Health & Wellness ให้ลูกค้ารู้สึกผ่อนคลายหลังจบทรีทमेंต์ หรือ เดิมพลังก่อนออกกำลังกาย



รูปภาพที่ 2.12 : อาร์เอ็กซ์วี คาเฟ่

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/food>

3) ห้องอาหารริมสระ (Poolside Restaurant) : สามารถรับรองลูกค้าได้ 80 ที่นั่ง เปิดให้บริการ 3 เวลา ตอนเช้าตั้งแต่ 06:30-10:00 น. ตอนกลางวันตั้งแต่ 11:00-14:00 น. ตอนเย็นตั้งแต่ 17:30-22:00 น. ร้านอาหารที่รับวิวสระว่ายน้ำ และแม่น้ำท่าจีน สำหรับลูกค้าโรงแรมที่มาสัมมนา และลงมารับประทานอาหารเช้า หรือ ลูกค้าที่มาใช้บริการสระว่ายน้ำ หรือนั่งเล่นในบริเวณใกล้เคียงสามารถสั่งรับประทานได้ รวมไปถึงบริเวณศาลาริมน้ำเป็นร้านกึ่ง Kitchen กับ Café ที่พร้อมให้บริการทั้งเมนูอาหารว่างไปจนถึงอาหารหลัก อาหารประเภทบุฟเฟต์ และอาหารเช้า พร้อมให้บริการที่โซนนี้ สำหรับผู้ที่มาว่ายน้ำสามารถเลือกสั่งอาหารที่ไม่หนักจนเกินไปสำหรับการทำกิจกรรม และในฝั่งศาลาริมน้ำ



รูปภาพที่ 2.13 : ห้องอาหารริมสระน้ำ

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/food>

2.3.4 กิจกรรม (Workshop & Class)

1) สามพราน พาวเวอร์ วอล์ค (Sampran Power Walk) : การขยับร่างกาย เพิ่มพลังความสนุกด้วยการเดินเร็วแบบคาร์ดิโอในหมวดแรงกระแทกต่ำที่ผู้เข้าร่วมสามารถดื่มด่ำกับบรรยากาศธรรมชาติของสวนสามพรานไปกับจังหวะการเดินที่เร็วกว่าปกติ และเพิ่มท่าทางขณะก้าวเดินด้วยการแกว่งแขนไปมา โดยมีเทคนิคสำคัญอยู่ที่การงอแขนและการเคลื่อนไหวของแขนให้สัมพันธ์กับการก้าวขา เพื่อความเร็วที่สามารถเผาผลาญแคลอรีและสมดุลดัอัตราการเต้นของหัวใจได้อย่างเหมาะสม



รูปภาพที่ 2.14 : สามพราน พาวเวอร์ วอล์ค

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/workshop>

2) โยคะ (Yoga) กายบริหารที่เรียบง่ายแต่ช่วยให้ลูกค้าเริ่มต้นวันใหม่ได้อย่างสดชื่นด้วยการยืดเหยียด และเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกายในเวลาเดียวกัน อีกทั้งช่วยเพิ่มการไหลเวียนพลังงานในร่างกาย กระตุ้นการทำงานของระบบประสาท และช่วยให้จิตใจ และร่างกายทำงานสอดคล้องประสานกันได้ดีขึ้น



รูปภาพที่ 2.15 : โยคะ

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/workshop>

3) ออกกำลังกายด้วยระบบของกล้ามเนื้อ (Neuromuscular Exercise) : การออกกำลังกายที่เสริมสร้างการทำงานที่สอดคล้องกันระหว่างระบบประสาท และกล้ามเนื้อโดยใช้เทคโนโลยีเครื่องออกกำลังกาย Blaze Pods ที่ช่วยกระตุ้นระบบประสาทสัมผัสทั้งการมองเห็น การสัมผัส และการได้ยิน ทั้งยังช่วยฟื้นฟู และแก้ไขรูปแบบการทำงาน และการเคลื่อนไหวของร่างกายที่ผิดปกติ เพื่อลดการบาดเจ็บ และอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต เหมาะสำหรับทุกช่วงวัย โดยเฉพาะเด็ก และผู้สูงอายุ



รูปภาพที่ 2.16 : ออกกำลังกายด้วยระบบของกล้ามเนื้อ

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/workshop>

4) แมนดالا (Mandala) : เวิร์คชอปที่ช่วยสะท้อนตัวตน อารมณ์ และความรู้สึกผ่านศิลปะบำบัดในรูปแบบ Mandala ซึ่งรังสรรค์จากดอกไม้สดออร์แกนิก โดยผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะนำกลีบดอกไม้ และองค์ประกอบอื่นๆ มาจัดเรียงเป็นวงล้อตามความคิด อารมณ์ และความปรารถนาของแต่ละบุคคล ซึ่ง Mandala ที่ได้จะสามารถสะท้อนตัวตนของผู้ทำให้รู้จักตัวเองมากยิ่งขึ้น



รูปภาพที่ 2.17 : แมนดالا

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/workshop>

5) การฝึกโยคะโดยใช้เก้าอี้เป็นอุปกรณ์เสริม (Chair Stretch) : การออกกำลังกายด้วยการยึดกับเก้าอี้ที่ผสมผสานหลักการสำคัญต่างๆ ของโยคะ การเดินรำ ไทเก๊ก และยิมนาสติก โดยใช้ข้อต่อ และกล้ามเนื้อของร่างกายทั้งหมดด้วยวิธีที่นุ่มนวลแต่ได้ผลดี ช่วยเติมออกซิเจนในกระแสเลือดและกระตุ้นระบบประสาทของร่างกาย และจิตใจ โดยมีการพัฒนาปรับปรุงรูปแบบไปอีกระดับหนึ่งโดยนักกายภาพบำบัดของ Wellness GAYA เพื่อการเคลื่อนไหวที่ลื่นไหล ผ่อนคลาย และมีพลังมากขึ้น นำไปสู่สุขภาพที่แข็งแรง และความมีชีวิตชีวา



รูปภาพที่ 2.18 : การฝึกโยคะ โดยใช้เก้าอี้เป็นอุปกรณ์เสริม

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/workshop>

6) การบำบัดด้วยคลื่นเสียง (Crystal Bowl Healing) : การบำบัดด้วยคลื่นเสียงที่เกิดจากการตีขันคริสตัลกว่า 7 ใบให้เกิดการสั่นสะเทือน ที่ช่วยทำให้จิตใจสงบและเข้าสู่คลื่นสมองในระดับลึก เหมาะสำหรับทุกคนที่มีความเครียดสะสมจากการทำงานและต้องการแสวงหาความสงบเบิกบานภายในจิตใจ



รูปภาพที่ 2.19 : การบำบัดด้วยคลื่นเสียง

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/workshop>

7) การออกกำลังด้วยน้ำหนักตัวเป็นแรงต้าน (Gentle Boot Camp) : การออกกำลังกายแบบกลุ่มที่ลูก้าสามารถขึ้นชมธรรมชาติไปพร้อมกับการฝึกที่มีสภาพแวดล้อมอันบริสุทธิ์ และสถานที่ที่เต็มไปด้วยพลังบวกเป็นเครื่องมือในการทำกายบริหารที่ฟื้นฟูทั้งร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ในเวลาเดียวกันเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงให้แก่กล้ามเนื้อ และกระดูก



รูปภาพที่ 2.20 : การออกกำลังด้วยน้ำหนักตัวเป็นแรงต้าน

ที่มา : <https://www.rxvwellness.com/th/workshop>



2.4 ชื่อและส่วนงาน ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย



รูปภาพที่ 2.21 : นักศึกษาปฏิบัติสหกิจศึกษา

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

ชื่อผู้ปฏิบัติสหกิจศึกษา : นายปริญญา เสงีนา
 แผนก : คร่ำ
 ส่วนงาน : อาร์เอ็กซ์วี คิตเซน
 ระยะเวลา : 15 มกราคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2567

ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมายในการปฏิบัติสหกิจศึกษา

1. เป็นผู้ช่วยเซฟในการเตรียมวัตถุดิบต่างๆ ภายในครัวการหัน การสับ การซอย รวมไปถึงการปรุงอาหาร เมื่อมีรายการอาหารเข้ามา
2. เช็คสต็อก และวัตถุดิบ และสินค้าว่าครบถ้วนทุกอย่างไม่ขาด หรือ ไม่เกิน รวมทั้ง เช็ค และคำนวณวันรับ หรือ วันหมดอายุ
3. ทำความสะอาดครัวก่อนใช้งานทุกครั้ง และทำความสะอาดครั้งสุดท้ายหลังจากปิดครัว



รูปภาพที่ 2.22 : นักศึกษาปฏิบัติสหกิจศึกษา

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

ชื่อผู้ปฏิบัติสหกิจศึกษา : นางสาวบุษกร คงแสง
 แผนก : ครุฑ
 ส่วนงาน : อาร์เอ็กซ์วี คิตเซน
 ระยะเวลา : 15 มกราคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2567

ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมายในการปฏิบัติสหกิจศึกษา

1. เป็นผู้ช่วยเซฟในการเตรียมวัตถุดิบต่างๆ ภายในครัวการหั่น การสับ การซอย รวมไปถึงการปรุงอาหาร เมื่อมีรายการอาหารเข้ามา
2. เช็คสต็อก และวัตถุดิบ และสินค้าว่าครบถ้วนทุกอย่างไม่ขาด หรือ ไม่เกิน รวมทั้งเช็ค และคำนวณวันรับ หรือ วันหมดอายุ
3. ทำความสะอาดครัวก่อนใช้งานทุกครั้ง และทำความสะอาดครั้งสุดท้ายหลังจากปิดครัว



รูปภาพที่ 2.23 : นักศึกษาปฏิบัติสหกิจศึกษา

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

ชื่อผู้ปฏิบัติสหกิจศึกษา : นายศตวรรษ อรรถโยโค
 แผนก : การบริการอาหารและเครื่องดื่ม
 ส่วนงาน : จัดเลี้ยง
 ระยะเวลา : 15 มกราคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2567

ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมายในการปฏิบัติสหกิจศึกษา

1. จัด เช็ด และทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ
2. ควบคุมดูแลความพร้อมในห้องอาหารต่างๆ
3. ควบคุมการบริการอาหารและเครื่องดื่มให้กับลูกค้าตามห้องอาหารต่างๆ
4. จัดเตรียม และดูแลความเรียบร้อยโต๊ะอาหาร อาทิ การผ้าปูโต๊ะ วางจาน ช้อน ส้อม แก้วน้ำ ผ้าเช็ดปาก
5. การเบิกอุปกรณ์สำหรับห้องอาหารต่างๆ อาทิ ผ้าปูโต๊ะ ผ้าเช็ดปาก ช้อน ส้อม แก้ว

ฯลฯ

2.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา



รูปภาพที่ 2.24 : พนักงานที่ปรึกษา

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

ชื่อ-นามสกุล : คุณสุธี น้าสมบูรณ์
ตำแหน่งงาน : Commis II
อีเมล : sutee124@outlook.com

2.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติสหกิจศึกษา

ระยะเวลาที่ปฏิบัติสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน ตั้งแต่วันที่ 15 มกราคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2567 เป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ ภายใน 1 วันทำงาน 8 ชั่วโมง ช่วงระยะเวลาปฏิบัติสหกิจศึกษาขึ้นอยู่กับตารางงานในแต่ละสัปดาห์ อย่างน้อย 5 วันต่อสัปดาห์

2.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ตารางที่ 2.1 : แสดงตารางขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ขั้นตอนในการดำเนินงาน	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.
1. ศึกษาหัวข้อ ครงงานสหกิจศึกษา					
2. รวบรวมข้อมูลเพื่อจัดทำ ครงงานสหกิจศึกษา					
3. ร่าง ครงงานสหกิจศึกษาจากข้อมูลที่ได้รวบรวมมา					
4. ตรวจสอบ ครงงานสหกิจศึกษา					
5. ครงงานสหกิจศึกษาสำเร็จลุล่วง					

2.8 สรุปผลและข้อเสนอการปฏิบัติสหกิจศึกษา

จากการปฏิบัติสหกิจศึกษา โดยเริ่มตั้งแต่วันที่ 15 มกราคม พ.ศ. 2567 ถึงวันที่ 3 พฤษภาคม พ.ศ. 2567 รวมระยะเวลา 16 สัปดาห์ ในส่วนงานครัว และจัดเลี้ยง ณ โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน คณะผู้จัดทำได้ความรู้ในการปฏิบัติงานในด้านๆ ของส่วนงานครัว และจัดเลี้ยง อาทิ ทำให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าในกรณีฉุกเฉิน ได้ลงมือทำอาหารด้วยตนเอง และปฏิบัติหน้าที่ออกจัดเตรียมไลน์บุฟเฟต์การตกแต่งหน้าจากอาหารก่อนออกอาหารทั้งหมด ประสานงานในแผนกอื่นๆ ตลอดจนการปฏิบัติสหกิจศึกษา จึงทำให้คณะผู้จัดทำได้รับประสบการณ์ที่ดีที่สุด สามารถนำไปประยุกต์ใช้ต่อไปในอนาคตได้จริง ตั้งใจในการทำงานเรียนรู้ และจดจำ คำแนะนำของพนักงานที่ปรึกษา และนำมาพัฒนาตนเองให้ทำงานได้มีศักยภาพมากขึ้น การสื่อสาร และการพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงาน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมาก เพื่อให้งานบรรลุเป้าหมายเดียวกันกับการทำให้งานสำเร็จไปได้ด้วยดี และไม่มีข้อบกพร่อง



บทที่ 3

การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่อง "พานาคอตต่าน้ำลูกเดือย (Panna Cotta with Millet Juice)" คณะผู้จัดทำจึงได้ทำการศึกษา รวบรวมแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้ในการศึกษามีดังนี้

3.1 ข้อมูลทั่วไปของพานาคอตต้า

3.2 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำพานาคอตต่าน้ำลูกเดือย

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 ข้อมูลทั่วไปของพานาคอตต้า

howtocookhub (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า คำว่า พานาคอตต้า (PANNA COTTA) ภาษาอิตาเลียนแปลได้ว่า ครีมต้น ซึ่งหมายถึงวัตถุดิบ และวิธีการทำ ดังนั้น พานาคอตต้าคือ ขนมหวานอิตาลีที่ใช้วัตถุดิบหลักเป็นครีมผสมผสานกับน้ำตาล ก่อนจะนำมาทำให้มีความเข้มข้นด้วยการใส่เจลาติน เชื่อว่าหลายคนคงคุ้นหน้าคุ้นตากันเป็นอย่างดี เนื่องจากพานาคอตต้ามีหน้าตาที่น่ารัก สีอ่อนสวยงามน่ารับประทาน รสชาติหวานมันอมเปรี้ยว จึงไม่น่าแปลกใจที่ได้รับความนิยมไปทั่วประเทศ ยิ่งในประเทศไทยที่อากาศร้อนๆ แบบนี้ ยิ่งต้องหามาทานคลายร้อนกันเสียให้ได้ พานาคอตต้า ไม่ได้มีหลักฐานบันทึกประวัติความเป็นมาใน ตำราอาหารอิตาเลียน ในช่วงก่อนค.ศ. 1960 แต่ถูกอ้างว่าเป็นขนมสูตรดั้งเดิมของแคว้นฟิคมอนต์ ทางตอนเหนือของประเทศอิตาลี ถูกบันทึกในรายชื่อผลิตภัณฑ์อาหารดั้งเดิมของแคว้น มีเนื้อหว่าสูตรดั้งเดิมนั้นต้องมีการใส่บรันดีลูกท้อ และจัดเสิร์ฟแบบไม่มีซอส หรือ เครื่องอื่นๆ ทั้งยังมีเรื่องเล่าถึงที่มาของ เบเกอร์รี่ ขึ้นนี้ว่า ถูกคิดค้นโดยหญิงสาวชาวฮังการีในแถบลันเกอในต้นค.ศ. 1990 การรับประทาน พานาคอตต้า นอกจะได้รับคามอร่อยแสนสดชื่นแล้ว ยังได้รับประโยชน์ที่มากมายจาก วัตถุดิบคุณภาพ ที่เลือกใช้ ยกตัวอย่าง เจลาตินที่อุดมไปด้วยโปรตีน และกรดอะมิโนหลายชนิดที่ดีต่อร่างกาย ช่วยในเรื่องการซ่อมแซม และฟื้นฟูร่างกาย เพิ่มคอลลาเจนในข้อต่อ ลดความเสี่ยงโรคมะเร็ง บำรุงสมอง ผิว และเส้นผม ทั้งยังเหมาะกับคนที่กำลังทาน อาหารควบคุมน้ำหนัก และน้ำตาล รวมถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากผลไม้ต่างๆ ชนิดอีกด้วย



รูปภาพที่ 3.1 : Panna Cotta

ที่มา : <https://howtocookhub.com/2022/01/08/พานาคอตต้า-ของหวานสัญชาติไทย/>

3.2 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำพานาคอตต้าน้ำลูกเดือย

3.2.1 ลูกเดือย

สำนักพิมพ์แสงแดด (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า ลูกเดือย (Job's Tear) มีชื่อวิทยาศาสตร์ (Coix lacryma-jobi L. var. mayuen (Rorman.) Stapf) เป็นเมล็ดธัญพืช เป็นพืชตระกูลเดียวกับข้าว โดยมีลักษณะลำต้น และใบคล้ายข้าวโพด แต่ใบเล็ก และผิวเรียบเนียนกว่าใบข้าวโพด แดกนอ และออกรวงคล้ายข้าว เม็ดมีลักษณะกลมๆ รีๆ เมล็ดมีความยาว 8-12 มิลลิเมตร รสชาติออกมันเล็กน้อย ลูกเดือยเป็นพืชพื้นเมืองของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และมีความสำคัญทางเศรษฐกิจพืชหนึ่งของจังหวัดเลย มีพื้นที่ปลูกคิดเป็นประมาณร้อยละ 95 ของพื้นที่ที่ปลูกทั้งประเทศไทย

ลูกเดือยสามารถแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

- 1) ลูกเดือยหิน เป็นพันธุ์พื้นเมือง ลูกเดือยชนิดนี้ มีเปลือกแข็ง เหนียว และเหนียวมาก นิยมนำมาทำเครื่องประดับ
- 2) ลูกเดือยขบ พบตามชนบทเมล็ดโตค่อนข้างแข็ง ทางภาคเหนือใช้ประกอบอาหาร
- 3) ลูกเดือยเพื่อการค้า เป็นลูกเดือยที่สำคัญทางเศรษฐกิจ แบ่งออกเป็น 2 ชนิด ดังนี้
 - ก) ลูกเดือยข้าวเจ้า : เมื่อนำไปต้ม แป้ง และน้ำต้มจะไม่เหนียวลื่น หรือเป็นเมือก เนื้อแป้งของเมล็ดค่อนข้างแข็งสามารถเก็บไว้ได้นาน
 - ข) ลูกเดือยข้าวเหนียว : เมื่อนำไปต้มจะเปื่อยเป็นเมือก ลื่น คล้ายกับข้าวเหนียว ผู้บริโภคนิยมบริโภคมากกว่าลูกเดือยข้าวเจ้า

สรรพคุณทางการแพทย์แผนโบราณ ดังนี้

- 1) แก้อาการบวม น้ำ แก้อาการเสียว เหน็บชา รวมทั้งเป็นยาบำรุงกำลัง หล่อลื่น กระเพาะอาหาร และลำไส้
- 2) แก้ปวดข้อเข่า บำรุงตับ บำรุงม้าม ช่วยให้เจริญอาหาร ยับยั้งการเกิดเซลล์มะเร็ง ป้องกันการเกิดฝีที่ลำไส้



รูปภาพที่ 3.2 : Job's Tear

ที่มา : https://krua.co/food_story/job-tear-benefits

3.2.2 นมข้าวโอ๊ต

MGR ONLINE (2566) ได้กล่าวว่า ข้าวโอ๊ตเป็นธัญพืชชนิดหนึ่งที่มีเบต้ากลูแคน (Beta Glucan) ซึ่งเป็นใยอาหารชนิดละลายน้ำที่อาจจะเสริมภูมิคุ้มกันของร่างกาย ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลชนิดไม่ดี (LDL) ในเลือด มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ และประกอบด้วยแร่ธาตุอื่นๆ เช่น แมงกานีส ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก แมกนีเซียม และสังกะสี นมข้าวโอ๊ตมีคุณค่าทางอาหารน้อยกว่าข้าวโอ๊ตเต็มเมล็ด นมข้าวโอ๊ตที่วางขายทั่วไปจึงมักผสมวิตามิน และแร่ธาตุต่างๆ เพิ่มเติม ถึงแม้จะเป็นเครื่องดื่มที่เหมาะกับคนที่มีการแพ้นมวัว แพ้ถั่วเหลือง หรือ แพ้ถั่วอื่นๆ นมข้าวโอ๊ตให้พลังงานสูง และให้โปรตีนต่ำกว่านมวัว และนมจากพืชชนิดอื่นๆ

สรรพคุณและประโยชน์ของนมข้าวโอ๊ต

- มีไขมันต่ำ
- มีกากใยที่ละลายน้ำได้สูง
- ช่วยลดคอเลสเตอรอล



รูปภาพที่ 3.3 : Oat Milk

ที่มา : <https://mgronline.com/goodhealth/detail/9660000082288>

3.2.3 น้ำเชื่อม

พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และ นิธิยา รัตนาปนนท์ (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า น้ำเชื่อม (Syrup) หมายถึง ละลายน้ำตาลซูโครส (Sucrose) ที่ได้จากอ้อย หรือหัวบีท หรือ Invert Sugar หรือ อาจเป็น น้ำเชื่อมที่ได้จากการไฮโดรไลซ์สตาร์ช (Starch Hydrolysate) เช่น น้ำเชื่อมกลูโคส (Glucose Syrup) น้ำเชื่อมฟรุกโทส (Fructose Syrup) ความเข้มข้นของน้ำเชื่อมจะตรวจสอบในหน่วยขององศาบริกซ์ ($^{\circ}$ Brix) ซึ่งเป็นเปอร์เซ็นต์โดยน้ำหนักต่อน้ำหนักของน้ำตาลในสารละลายที่อุณหภูมิ 20 องศาเซลเซียส การใช้ น้ำเชื่อมในผลไม้กระป๋อง ความเข้มข้นของน้ำเชื่อมตรวจวัดได้ด้วยการวัดความหนาแน่นของน้ำตาล โดยใช้ไฮโดรมิเตอร์ (Hydrometer) หรือ ใช้รีแฟรคโตมิเตอร์ (Refractometer) ผลไม้กระป๋องมักบรรจุร่วมกับน้ำเชื่อม ในประเทศอังกฤษได้มีการกำหนดระดับความเข้มข้นของน้ำเชื่อมเป็น 3 ระดับคือ 1) น้ำเชื่อมเจือจาง (Light Syrup) 2) น้ำเชื่อมธรรมดา (Syrup) และ 3) น้ำเชื่อมเข้มข้น (Heavy Syrup) ซึ่งความเข้มข้นของน้ำเชื่อมในแต่ละระดับจะแตกต่างกันตามประเภทของผลไม้



รูปภาพที่ 3.4 : Syrup

ที่มา : <https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/3370/syrup-น้ำเชื่อม>

3.2.4 เจลาติน

คมสวัสดิ์ อุดมปลั่ง (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า เจลาติน (Gelatin) เป็นสารที่ช่วยให้ขนมจับตัวเป็นก้อน ใช้สำหรับทำขนมจำพวกเยลลี่มูสพานาคอตต้า และพุดดิ้ง เป็นคอลลาเจนที่ได้จากกระดูกวัว หรือ หนังหมูเป็นส่วนผสมหลัก สามารถใช้ได้ทั้งชนิดแผ่น และชนิดผง แผ่นเจลาติน น้ำหนัก 8 กรัม จะเท่ากับผงเจลาติน 1 ช้อนชา นำไปผสมน้ำ 400 มิลลิลิตร แต่อย่างไรก็ตาม เจลาตินแต่ละยี่ห้อจะมีคุณสมบัติการแข็งตัวที่แตกต่างกัน ดังนั้นควรอ่านคำแนะนำ และวิธีการใช้บนบรรจุภัณฑ์ประกอบด้วย

1) วิธีการใช้ผงเจลาติน : เทผงเจลาตินในน้ำเย็น ปริมาณน้ำต้องมากกว่าผงเจลาตินถึง 3 เท่า จากนั้นผสมให้เข้ากันวางทิ้งไว้สักพักให้ผงเจลาตินดูดน้ำจนหมด เมื่อเจลาตินพองตัวและนิ่มดีแล้วถือว่าใช้ได้

2) วิธีการใช้แผ่นเจลาติน : แช่แผ่นเจลาตินในถาด หรือ อ่างผสมขนาดใหญ่ ในกรณีที่ต้องการแช่เจลาตินหลายแผ่น ควรค่อยๆ วางลงทีละแผ่น เพื่อไม่ให้ติดกันเมื่อเจลาตินพองตัวดีแล้ว หยิบขึ้นมาบีบน้ำออกแล้วใส่ลงในภาชนะอีกใบคลุม หรือ ปิดด้วยแผ่นพลาสติกถนอมอาหาร และนำไปแช่เย็นไว้จนกว่าจะใช้งานหากต้องการละลายแผ่นเจลาตินให้ใช้วิธีการเดียวกับการละลายเจลาตินแบบผง

เจลาตินใช้ในผลิตภัณฑ์อาหาร

มีการนำเจลาตินมาใช้ในการเป็นส่วนประกอบของผลิตภัณฑ์หลายชนิด อาทิ อาหาร ยา เครื่องสำอาง फिल्मถ่ายรูป และอุตสาหกรรมการผลิตยาโดยใช้เจลาตินในการเคลือบเม็ดยา และผลิตเป็นแคปซูล ทางเกษตรใช้เป็นตัวกลางสำหรับแร่ธาตุที่จำเป็นในการปลูกพืช เป็นต้น ส่วนผลิตภัณฑ์อาหารนั้น นำไปใช้ได้มากมาย ดังนี้

1) ผลิตภัณฑ์นม (Dairy Products) นำนมพาสเจอร์ไรซ์ นมยูเอชที นมเปรี้ยว (ใช้ 0.2-0.8%) ชวาร์ครีม ครีมชีส คอตเตจชีส (Cottage Cheese) ชีสสเปรด

2) ขนมหวาน และเค้ก พุดดิ้ง มูสเค้ก ไอศกรีม เยลลี่ มาชเมลโล่ หมากฝรั่ง ขนมที่เคลือบน้ำตาลทั้งหลาย รวมทั้งซีเรียลบาร์

3) อาหารกระป๋อง (Processed Food) คือ ไส้กรอก แฮม อาหารแช่แข็ง พวกซูปซอส หรือ อาหารสำเร็จรูปแบบซองทั้งหลาย อาทิ น้ำสลัด แยม รวมทั้งน้ำผลไม้กระป๋อง



รูปภาพที่ 3.5 : Gelatin

ที่มา : <https://cth.co.th/gelatin/>

3.2.5 องุ่นดำสวีทแซปไฟร์

City Fresh (2564) ได้กล่าวว่า องุ่นดำสวีทแซปไฟร์ มีรูปทรงเรียวยาวคล้ายนิ้วมือ จนหลายๆ คนที่เห็นก็ตั้งชื่อไปต่างๆ กัน เช่น องุ่นนิ้วแมมมด องุ่นเล็บมือนาง องุ่นดำแมมมด หรือ องุ่นดำเล็บมือนาง ผิวค่านอกจะเป็นสีน้ำเงิน-ม่วงเข้มเนื้อสัมผัสแน่น กรอบ รสชาติหวาน

สรรพคุณและประโยชน์ขององุ่นดำสวีทแซปไฟร์

- ช่วยให้ความจำ สมาธิ และอารมณ์ดีขึ้น
- บำรุงระบบย่อยอาหาร
- ลดระดับคอเลสเตอรอล
- บำรุงระบบการมองเห็น



รูปภาพที่ 3.6 : Sweet Sapphire Black Grape

ที่มา : <https://cityfreshfruit.com/blog/australian-grapes-3colors>

3.2.6 องุ่นแดงคริมสัน

ตลาดออร์ย (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า "องุ่นแดงคริมสัน" (Crimson Seedless Red Grape) คือ สายพันธุ์ที่หวานที่สุดในตระกูลไร้เมล็ดของออสเตรเลีย เนื้อมีลักษณะกรอบ มีสีม่วงแดง มีประโยชน์ในการบำรุงร่างกาย โดยเฉพาะช่วยบำรุงเลือด ทำให้ผิวพรรณสดใสด้วยความที่มีสารต้านอนุมูลอิสระแล้ว ยังมีรสชาติแสนอร่อยอีกด้วย

สรรพคุณและประโยชน์ขององุ่นแดงคริมสัน

- มีใยอาหารสูง ช่วยการขับถ่าย เป็นยาระบายอ่อนๆ แก่ท้องผูก
- มีสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยชะลอวัย ช่วยบำรุงผิวพรรณ
- ช่วยบำรุงโลหิต ช่วยลดความดันโลหิตสูง
- มีแคลเซียม ช่วยบำรุงกระดูกและฟัน



รูปภาพที่ 3.7 : Crimson Seedless Red Grape

ที่มา : <https://www.taladaroi.com/องุ่นแดงนอกไร้เมล็ด-พันธุ์คริมสัน-5-กก>

3.2.7 องุ่นเขียวไชน่มัสแคท

Sanook (2566) ได้กล่าวว่า มัสแคท (Muscat) หรือ ที่เรียกกันว่า องุ่นเขียวไชน่มัสแคท (Shine Muscat Green Grape) เป็นตระกูลองุ่นที่มีหลากหลายสายพันธุ์ สายพันธุ์หนึ่งที่เป็นที่นิยมคือ องุ่นเขียวไชน่มัสแคท (Shine Muscat Green Grape) ซึ่งสามารถรับประทานสดได้ดีเช่นกัน องุ่นเขียวไชน่มัสแคท (Shine Muscat Green Grape) พัฒนาขึ้นโดยสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การเกษตรแห่งชาติ ประเทศญี่ปุ่นมีต้นกำเนิดในเมืองอาคิซึกิ (Akizuki) จังหวัดฮิโรชิม่า (Hiroshima) เป็นองุ่นที่สุกเร็วในช่วงระหว่างกลางเดือนสิงหาคมองุ่นพันธุ์นี้ ได้รับการผสมข้ามพันธุ์ระหว่างองุ่นมัสแคทอเล็กซานเดรีย (Muscat of Alexandria) ซึ่งเป็นองุ่นที่มีรสชาติ และเนื้อสัมผัสดี แต่ไม่เหมาะสมกับสภาพอากาศของญี่ปุ่น เนื่องจากทนต่อโรค และแมลงได้ไม่ดี กับองุ่นพันธุ์สเตอเบน (Steuben) ซึ่งเป็นองุ่นอเมริกันที่มีปริมาณน้ำตาลสูง

สรรพคุณและประโยชน์ขององุ่น

- มีฤทธิ์เป็นสารต้านอนุมูลอิสระและฟื้นฟูการมองเห็น และเป็นสารต้านการก่อมะเร็งในร่างกายได้ดี

- ช่วยป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจ โรคอัลไซเมอร์



รูปภาพที่ 3.8 : Shine Muscat Green Grape

ที่มา : <https://www.sanook.com/women/243837/>

3.2.8 สตรอว์เบอร์รี่

พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และ นิธิยา รัตนานนท์ (ม.ป.ป.) ได้กล่าวว่า สตรอว์เบอร์รี่ (Strawberry) เป็นผลไม้ (Fruit) ที่ปลูกในเขตอบอุ่น (Subtropical Fruit) จัดอยู่ประเภท Non Climacteric Fruit คือ ต้องเก็บเกี่ยวเมื่อผลสุกพร้อมบริโภค เก็บเกี่ยวเมื่อผลแก่ และนำมาบ่มไม่ได้ ผลของสตรอว์เบอร์รี่ เป็นผลไม้ประเภทผลกลุ่ม (Aggregate Fruit) ผลย่อยแต่ละผลเรียกว่า อะคีน (Achene) อยู่บนผิวของผล แต่ละผลอาจมีผลย่อยจำนวน 20-500 ผล ซึ่งแต่ละผลมีความยาว 1 มิลลิเมตร ผลของสตรอว์เบอร์รี่คือ ส่วนที่เจริญมาจากฐานรองดอก (Receptacle) และพัฒนาไปเป็นส่วนที่รับประทานได้ สตรอว์เบอร์รี่ มีหลายรูปทรง และหลายขนาดขึ้นอยู่กับพันธุ์ เช่น ทรงกลมแป้น ทรงกลม ทรงกลมปลายแหลม ทรงแหลม ทรงแหลมยาว ทรงลิ้มยาว และทรงลิ้มสั้น ผลอ่อนมีสีเขียวในระยะแรก และค่อยๆ เปลี่ยนเป็นสีขาวเมื่อผลแก่จะเปลี่ยนเป็นสีแดงเมื่อผลสุก

สรรพคุณและประโยชน์ของสตรอว์เบอร์รี่

- ช่วยควบคุมความดันเลือดและชะลอการอุดตันของหลอดเลือด
- ช่วยลดความดันโลหิต
- ช่วยบำรุงและดูแลสุขภาพตา
- ช่วยบำรุงผิวให้เปล่งปลั่ง ดูอ่อนกว่าวัย
- ช่วยลดการอักเสบในร่างกาย และบำรุงสมอง
- ช่วยป้องกันปัญหาสุขภาพฟัน



รูปภาพที่ 3.9 : Strawberry

ที่มา : <https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/2740/strawberry-สตรอว์เบอร์รี่>

3.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ประกายรุ่ง หงส์โต และคณะ (2562) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "พานาคอตต้าขนุน (Jackfruit Panna Cotta)" มีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างสรรค์เมนูของหวานใหม่จากการนำวัตถุดิบของครัวเย็น และครัวเบเกอรี่ที่มีอยู่แล้ว นำมาสร้างมูลค่าเพิ่ม โดยการต่อยอดให้เกิดเป็นขนมหวานที่น่าสนใจ เป็นขนมฟิวชันที่มีการผสมผสานกันระหว่างผลไม้ไทยขนุน และขนมจากต่างประเทศ ซึ่งเป็น สไตลล์อิตาเลียน และยังมีการนำกะทิ และไข่เค็มมาเป็นส่วนผสมที่ทำให้เกิดรสชาติที่แปลกใหม่ ประยุกต์ให้เข้ากับเอกลักษณ์ของขนมสไตลล์อิตาเลียน ซึ่งได้รับคำแนะนำ และปรึกษาจากพนักงาน พี่เลี้ยงในการรังสรรค์เมนูที่เป็นขนมหวานที่ให้ความรู้สึกสดชื่น หอมหวาน ซึ่งนับเป็นความแปลก ใหม่ที่พบได้ไม่มากนักในการนำผลไม้ไทยๆ อย่างขนุนมาทำเป็นขนมหวานสไตลล์อิตาเลียน ในการ ดำเนินการได้ทดลองทำ Jackfruit Panna Cotta ขึ้น 3 ครั้ง โดยครั้งที่ 1 พบว่าเนื้อ Panna Cotta มี รสชาติที่หวานมากเกินไป และ Crumble ยังมีกลิ่นของส่วนผสมคือ ไข่แดงเค็มไม่เข้มข้น และ ชัดเจนเพียงพอ ในการทำครั้งที่ 2 พบว่า มีการปรับลดระดับความหวานให้น้อยลง และทำ Crumble ให้เข้มข้นขึ้น และในครั้งสุดท้าย ครั้งที่ 3 คณะผู้จัดทำจึงได้ตัดสินใจเปลี่ยนภาชนะ และการตกแต่ง เพื่อความสวยงาม และเพื่อให้เหมาะสมกับราคาที่ตั้งไว้ โดยคำนึงถึงความคุ้มค่าของราคาที่จะต้อง การของลูกค้า การทดลองรังสรรค์เมนูขนมหวาน Jackfruit Panna Cotta ในแต่ละครั้งได้ มีพนักงาน พี่เลี้ยงให้คำแนะนำดูแลอย่างใกล้ชิด ขนม Jackfruit Panna Cotta ที่สร้างสรรค์ขึ้นในโครงการนี้จะ ถูกนำไปเสนอการขายที่ Lobby Lounge, Volti Restaurant และงานจัดเลี้ยงต่างๆ ภายในโรงแรม แชนกรี-ลา อาทิเช่น งานแต่งงาน งานสัมมนา เพื่อให้ความหลากหลายของเมนูขนมหวานที่มีมากยิ่งขึ้น และเป็นเมนูขนมให้เป็นที่เลือกที่น่าสนใจแก่ลูกค้าของ โรงแรมแชนกรี-ลาต่อไป

ภาสิณี รังแก้ว และคณะ (2566) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "พานาคอตต้ามะพร้าวอ่อน (Coconut Panna Cotta)" มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้ที่สนใจในการศึกษาการทำงานมได้รับความรู้ เกี่ยวกับการทำพานาคอตต้า 2. เพื่อเป็นแนวทางการประกอบอาชีพเสริม 3. เพื่อเป็นความรู้เสริม และทางเลือกเพิ่มเติมของผู้ที่สนใจเกี่ยวกับพานาคอตต้า ประชากรที่ใช้ในครั้งนี่คือ ประชากรใน ชุมชนเทศบาลศรีราชา จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการจัดทำโครงการคือ แบบประเมินความพึง พอใจ การเก็บรวบรวมข้อมูล มีขั้นตอนในการดำเนินงานดังนี้ 1. ปรึกษาและวางแผน 2. รวบรวม ข้อมูลเกี่ยวกับการทำผลิตภัณฑ์ 3. หาอุปกรณ์และวัตถุดิบในการทำผลิตภัณฑ์ 4. เริ่มทำผลิตภัณฑ์ 5. นำเสนอผลิตภัณฑ์แก่อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ 6. รวบรวมข้อมูลการทำผลิตภัณฑ์เพื่อทำเอกสาร 7. ดำเนินการทำเอกสารเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ 8. นำเสนอโครงการต่อคณะกรรมการสอบโครงการ สถิติที่ใช้ในการดำเนินงาน ได้แก่ 1. ร้อยละ 2. ค่าเฉลี่ย 3. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการ ดำเนินงานพบว่า ผู้เข้าร่วม โครงการครั้งนี้ได้รับความรู้เกี่ยวกับการทำพานาคอตต้า และได้รับความรู้ จากการนำมะพร้าวมาแปรรูปให้เป็นของที่น่ารับประทานมากยิ่งขึ้น สามารถนำมาประยุกต์ใช้ใน

ชีวิตประจำวัน สร้างรายได้ และประกอบอาชีพได้ และจากตารางแสดงค่าความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการที่มีต่อโครงการพานาคอตด้ามะพร้าวอ่อนพบว่า มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.50 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนความพึงพอใจในรายด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 2 ลำดับ ได้แก่ ด้านการนำเสนอ / สาธิต (ค่าเฉลี่ย = 4.46) และด้านผลิตภัณฑ์ / ผลงาน (ค่าเฉลี่ย = 4.55)

ณัฐมา รอดขวัญ (2565) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "ผลิตภัณฑ์นมทางเลือกจากพืช (Plant-based alternative milk)" ในปัจจุบันนมพืชทางเลือกมีวางจำหน่ายในท้องตลาดอย่างแพร่หลายเนื่องจากเป็นผลิตภัณฑ์ในกลุ่มอาหารเพื่อสุขภาพที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง เป็นผลิตภัณฑ์ทางเลือกเหมาะสำหรับผู้บริโภคที่แพ้นมวัวและผู้บริโภคที่รับประทานมังสวิรัต ซึ่งพืชที่นิยมนำมาใช้เป็นวัตถุดิบมีหลากหลายชนิด เช่น ถั่วเหลือง ข้าวโอ๊ต งา อัลมอนต์ ควินัว และจากถั่วต่างๆ เป็นต้น ผลิตภัณฑ์นมพืชมีการพัฒนาทั้งทางด้านกระบวนการผลิต การนำเทคโนโลยีต่างๆ มาใช้ในการผลิตเพื่อพัฒนาให้เป็นผลิตภัณฑ์ที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีเพื่อทดแทนนมวัว รวมถึงพัฒนากระบวนการผลิตเพื่อให้ได้ลักษณะปรากฏ ลักษณะเนื้อสัมผัส กลิ่นรส ความคงตัว และเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของผู้บริโภค แต่อย่างไรก็ตามการนำพืชมาผลิตเป็นผลิตภัณฑ์นมทางเลือกอาจมีข้อจำกัด เช่น สี กลิ่น และองค์ประกอบต่างๆ ที่ยังไม่ใกล้เคียงกับนมวัว รวมถึงอาจมีการแพ้ถั่วเหลืองในผู้บริโภคบางกลุ่ม ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีการศึกษาและเลือกใช้พืชในการผลิตนมทางเลือกให้เหมาะสม

เดชศักดิ์ วิจิตต์พันธ์ (2565) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "การวิจัยและพัฒนาเพื่อเพิ่มมูลค่าลูกเดี๋ยสู่การยกระดับเศรษฐกิจฐานรากของกลุ่มเกษตรกร อำเภอนาโยง จังหวัดตรัง (The Research and Development of the Value-added Product from Job's tear of Upgrade the Local Economy for Agriculturist Group in Nayong District, Trang Province)" มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาเครื่องมือและกระบวนการแปรรูปเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มแก่ลูกเดี๋ย เพื่อสร้างองค์ความรู้ในกระบวนการเพิ่มมูลค่าผลผลิตจากลูกเดี๋ย และเพื่อยกระดับผลิตภัณฑ์ที่ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจชุมชน จากการสำรวจข้อมูลสถานะการผลิตของเกษตรกรผู้ปลูกลูกเดี๋ย ในพื้นที่อำเภอนาโยง จังหวัดตรัง ก่อนการดำเนินโครงการวิจัย พบว่าเกษตรกรผู้ปลูกลูกเดี๋ยมีอัตราผลตอบแทนจากการลงทุน (ROI) เท่ากับ 35.03 สำหรับการพัฒนาเครื่องคัดขนาดลูกเดี๋ย ได้ถูกออกแบบให้มีถังคัดแยกวางในแนวตั้ง เนื่องจากต้องการให้มีความประหยัดพื้นที่สำหรับจัดวางเครื่อง และพื้นที่ในการทำงาน หลักในการทำงานเครื่องจะใช้วิธีการหมุนของมอเตอร์ทดความเร็วรอบให้มีความเร็วลดลงหมุนตะแกรงคัดแยกคัดแยก การพัฒนาผลิตภัณฑ์จากลูกเดี๋ย ได้แก่ เครื่องดื่มลูกเดี๋ย อาหารว่างจากลูกเดี๋ย และอาหารว่างจากการลูกเดี๋ย พบว่าสูตรมาตรฐานของผลิตภัณฑ์ลูกเดี๋ยกึ่งของกรอบผสมธัญพืช ประกอบด้วย เดี๋ยพอง ร้อยละ 60.61 ถั่ว และผลไม้อบแห้ง ร้อยละ 15.15 และน้ำเชื่อม ร้อยละ

24.24 ด้านคุณค่าทางโภชนาการ พบว่าผลิตภัณฑ์ลูกเดือยกลี้องพองกรอบผสมธัญพืช 1 หน่วยบริโภคให้พลังงาน 110 กิโลแคลอรี โดยมีโปรตีน 3 กรัม ไขมัน 1 กรัม คาร์โบไฮเดรต 23 กรัม โดยจะเห็นได้ว่าพลังงานต่อ 1 หน่วยบริโภค เหมาะสมที่จะนำมารับประทานเป็น อาหารมีอ้วน นอกจากนี้ผลการผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มลูกเดือยในรูปแบบของเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ พบว่าได้ผลิตภัณฑ์ต้นแบบ 3 สูตร ได้แก่ เครื่องดื่มลูกเดือยสูตรมาตรฐาน (น้ำตาล ร้อยละ 5) เครื่องดื่มลูกเดือยที่ทดแทนน้ำตาลด้วยวัตถุให้ความหวานแทนน้ำตาล (สารสกัดหญ้าหวาน และอินูลิน ร้อยละ 5) และสูตรที่มีการใช้สารให้ความคงตัว Carboxymethyl Cellulose ร้อยละ 1 มีคะแนนการยอมรับทางประสาทสัมผัสสูงที่สุด ส่วนผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มลูกเดือยกลี้อง 1 หน่วยบริโภค ให้พลังงานรวม 80 กิโลแคลอรี โดยมีโปรตีน 3 กรัม ไขมัน 1.5 กรัม และคาร์โบไฮเดรต 14 กรัม มีต้นทุน 10 บาทต่อหน่วยบริโภค นอกจากนี้ในการใช้ประโยชน์ จากกากลูกเดือยที่เป็นส่วนเหลือจากการผลิตน้ำลูกเดือยมาเพิ่มมูลค่าในรูปแบบของผลิตภัณฑ์ขนมทรายทอง พบว่าปริมาณกากลูกเดือยที่เหมาะสมคือ 50 กรัม ซึ่งเป็นปริมาณที่ผู้ทดสอบทางประสาทสัมผัสสูงที่สุด โดย ผลิตภัณฑ์ขนมทรายทอง 1 หน่วยบริโภค ให้พลังงานรวม 100 กิโลแคลอรี โดยมีโปรตีน 1 กรัม ไขมัน 4 กรัม และคาร์โบไฮเดรต 14 กรัม มีต้นทุนของผลิตภัณฑ์เท่ากับ 3.33 บาทต่อชิ้น ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความยั่งยืนของ ชุมชน จึงมีการพัฒนานวัตกรรม โดยจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร "นวัตกรรมเพื่อยกระดับด้วยการเพิ่มมูลค่าลูกเดือย" และคัดเลือกนวัตกรชุมชนที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนด จำนวน 6 คน รวมถึงสร้าง Learning and innovation platform ในรูปแบบของกลุ่มนวัตกรเพื่อยกระดับด้วยการเพิ่มมูลค่าลูกเดือย และใช้พื้นที่การเรียนรู้ของสหกรณ์อำเภอนาโยง จังหวัดตรัง เป็นแหล่งการเรียนรู้ และการจัดกิจกรรมการถ่ายทอดนวัตกรระหว่างนักวิจัย นวัตกรชุมชน และเกษตรกร นอกจากนี้มีอัตราผลตอบแทนจากการลงทุน (ROI) เท่ากับ 46.85 ภายหลังจากดำเนินโครงการ

ธมลวรรณ สุรศรีสรรค์ และ พรศรี เจริญพานิช (2564) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "การพัฒนาผลิตภัณฑ์โยเกิร์ตชนิดคงตัวจากข้าวโอ๊ตโดยใช้สารให้ความคงตัวที่เป็นวีแกน (Development of oat-based set yoghurt using vegan stabilizers)" โยเกิร์ตข้าวโอ๊ตเป็นโยเกิร์ตทางเลือกสำหรับกลุ่มผู้บริโภคมังสวิรัตและคนรักสุขภาพ อย่างไรก็ตามนมข้าวโอ๊ตเพียงอย่างเดียวไม่สามารถเกิดเป็นโครงข่ายเจลได้เหมือนโยเกิร์ตนมวัว การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์โยเกิร์ตชนิดคงตัวจากข้าวโอ๊ต โดยใช้ส่วนผสมข้าวโอ๊ตและหัวเชื้อ 3 ชนิด คือ YC-X16, YF-L812 และ YO-Mix R05 กับสารให้ความคงตัวแซนแทนกัม คาราจีแนน และอควาฟาบา ผลการวิเคราะห์โยเกิร์ตข้าวโอ๊ตทางด้านลักษณะเนื้อสัมผัส คุณภาพทางเคมีและจุลชีววิทยา พบว่าหัวเชื้อ YO-Mix R05 มีค่าการเปลี่ยนแปลง pH ได้เร็ว โยเกิร์ตข้าวโอ๊ตเสริมด้วย 3% อควาฟาบา กับ 0.15% แซนแทนกัม (OAX) รวมถึงสูตรที่เติม 3% อควาฟาบา 0.075% แซนแทนกัมและ 0.075% คาราจีแนน (OAXC-A) มีลักษณะเจลอ่อนนุ่ม (soft gel) ในขณะที่โยเกิร์ตข้าวโอ๊ตเติม 3% อควาฟาบา กับ 0.15% คาราจีแนน

(OAC) มีลักษณะเจลที่แน่นเนื้อแต่เปราะ โยเกิร์ตสูตร OAXC-A มีค่า springiness ใกล้เคียงกับ โยเกิร์ตถั่วเหลืองแต่มีค่า cohesiveness สูงกว่า ส่วนค่าความหนืดของ OAC และ OAXC-A สูงกว่า OAX ซึ่งโยเกิร์ตสูตร OAXC-A หมักด้วยหัวเชื้อ YO-Mix R05 มีลักษณะเนื้อสัมผัสที่ดีที่สุด และ ตัวอย่างโยเกิร์ตทุกสูตรมีปริมาณจุลินทรีย์ทั้งหมดสูงกว่า 10^7 cfu/g

เมธา สินธุโคตร (2566) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "การอบแห้งแบบถึงหมูนร่วมกับไมโครเวฟ สำหรับการเตรียมลูกเด็ยหุงสุกเร็ว (Rotary drying combined with microwave for preparing quick-cooking job's tears)" ลูกเด็ยเป็นธัญพืชที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง การบริโภคลูกเด็ยเพื่อให้ได้รสชาติ และเนื้อสัมผัสที่ดีนั้นจำเป็นต้องใช้เวลา และขั้นตอนในการหุงสุกค่อนข้างมาก ดังนั้นผลิตภัณฑ์ลูกเด็ยกึ่งสำเร็จรูป จึงเป็นทางเลือกใหม่สำหรับผู้บริโภคที่ต้องการความเร่งด่วน และความสะดวกสบาย กระบวนการผลิตลูกเด็ยกึ่งสำเร็จรูป ได้แก่ การเตรียมตัวอย่าง การหุงสุก และการอบแห้ง ที่ผ่านมามีงานวิจัยที่พยายามแก้ปัญหาของเวลาการคั้นรูปที่ยาวนาน คุณสมบัติทางเนื้อสัมผัสที่เปลี่ยนแปลงไป และมุ่งเน้นศึกษาเทคนิคการอบแห้งที่มีความเป็นรูปสูงซึ่งเป็นคุณลักษณะที่สำคัญของผลิตภัณฑ์อาหารกึ่งสำเร็จรูป การอบแห้งด้วยลมร้อนร่วมกับไมโครเวฟเป็นหนึ่งในการอบแห้งที่สามารถลดระยะเวลาการอบแห้งที่สั้นลง แต่อย่างไรก็ตามวิธีดังกล่าวยังพบข้อจำกัดในการกระจายความร้อนที่ไม่สม่ำเสมอ ปริมาณน้ำที่สูญเสียนั้นจึงได้ศึกษากระบวนการอบแห้งในถึงหมูนร่วมกับไมโครเวฟเพื่อให้เกิดความสม่ำเสมอในการให้ความร้อน โดยมีปัจจัยการอบแห้ง 3 ปัจจัยๆ ละ 3 ระดับ ได้แก่ 1) อุณหภูมิลมร้อนเท่ากับ 70 80 และ 90 องศาเซลเซียส 2) กำลังวัตต์ไมโครเวฟเท่ากับ 150 300 และ 450 วัตต์ 3) ความเร็วรอบของถึงหมูนเท่ากับ 10 20 และ 30 รอบต่อ นาที การ ทดลองแบบ Full factorial design จะ ได้การทดลองทั้งหมด 27 การทดลอง การออกแบบแบบจำลองการอบแห้งสำหรับลูกเด็ยหุงสุกเร็วที่นำเสนอ จำนวน 11 สมการ มาเปรียบเทียบกับอัตราส่วนความชื้น (MR) พบว่าแบบจำลองส่วนใหญ่มีค่า R² มากกว่า 0.98-0.99 โดยเฉพาะอย่างยิ่งสมการที่ประกอบด้วยพารามิเตอร์มากกว่า 2 ตัวขึ้นไป อย่างไรก็ตาม สมการการอบแห้งดังกล่าวยากต่อการนำไปใช้ในทางปฏิบัติเพื่อศึกษาพฤติกรรม และศึกษาออกแบบสภาวะที่เหมาะสมเพื่อให้ง่ายต่อการศึกษาในหัวข้อต่อไป จึงได้นำแบบจำลองการอบแห้งของ Page ซึ่งมีค่า R² สูงกว่า 0.98 และมีความผิดพลาดต่ำในทุกสภาวะการอบแห้ง ไปใช้เพื่อศึกษาพฤติกรรม และศึกษาออกแบบสภาวะที่เหมาะสมของการอบแห้งของลูกเด็ยหุงสุกเร็วแบบถึงหมูนร่วมกับการให้ความร้อนด้วยไมโครเวฟ ซึ่งจะได้พารามิเตอร์ของสมการของ Page คือ ค่าคงที่อัตรา (k) ค่าคงที่ เลขชี้กำลัง (n) พบว่า การเพิ่มการให้ความร้อนด้วยไมโครเวฟนั้นทำให้อัตราการอบแห้งมีค่าสูงขึ้น เนื่องจากคลื่นไมโครเวฟทำให้โมเลกุลของน้ำภายในวัสดุเกิดการหมุน และความร้อนที่ระดับอุณหภูมิ ค่าหนึ่งซึ่งขึ้นอยู่กับปริมาณคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าที่ถูกดูดซับด้วยโมเลกุลน้ำ ทำให้น้ำในวัสดุเกิดการระเหย และเคลื่อนที่ออกสู่ผิวภายนอกอย่างรวดเร็ว เมื่อเปรียบเทียบกับสภาวะการอบแห้งที่

ใช้ลมร้อน เพียงอย่างเดียว นอกจากนี้สภาวะการอบแห้งที่ความเร็วรอบของถังหมุนที่ 10 รอบต่อ นาทีเหมาะสม สำหรับกระบวนการอบแห้งที่นำเสนอในการศึกษานี้ กำหนดเกณฑ์เพื่อใช้ในการหาสภาวะการอบแห้งที่เหมาะสมจากปัจจัยการอบแห้ง 3 ปัจจัยๆ ละ 3 ระดับ ที่มีผลการตอบสนองต่างๆ เช่น 1) ค่าคงที่อัตราการอบแห้ง (k) มีค่าสูงสุด 2) ค่าสัมประสิทธิ์การแพร่ประสิทธิผล (De) มีค่าสูงสุด 3) การอบแห้ง (DT) มีค่าต่ำสุด และ 4) ค่าการใช้ พลังงานจำเพาะ (SEC) มีค่าต่ำสุด พบว่าค่าสูงสุดมีค่าเท่ากับ 0.85 ซึ่งสภาวะการอบแห้งที่เหมาะสม และสอดคล้องกับค่า Desirability สูงสุดนี้ประกอบด้วย อุณหภูมิลมร้อน (T) อยู่ในช่วง 76.40-76.59 °C กำลังวัตต์ไมโครเวฟ (MW) อยู่ในช่วง 449.99-450 วัตต์ และความเร็วรอบของถังหมุน เท่ากับ 10 รอบต่อนาที อย่างไรก็ตาม เพื่อให้สะดวกในเชิงปฏิบัติสภาวะการอบแห้งที่เหมาะสมคือ อุณหภูมิลมร้อนเท่ากับ 77 °C กำลังวัตต์ไมโครเวฟเท่ากับ 450 วัตต์ และความเร็วรอบของถังหมุน เท่ากับ 10 รอบต่อนาที สภาวะการอบแห้งดังกล่าวถูกวิเคราะห์คุณภาพด้านสี การคืนรูป และเนื้อสัมผัส พบว่ามีค่าใกล้เคียงกับตัวอย่างที่ผ่านการหุงสุกด้วยวิธีดั้งเดิม และการอบแห้งแบบแช่เยือกแข็ง ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่าวิธีการเตรียมลูกเคี้ยวหุงสุกเร็วด้วยวิธีการอบแห้งแบบถังหมุนร่วมกับ ไมโครเวฟให้คุณภาพในระดับที่ยอมรับได้ในการศึกษานี้

สินีนาด สุขทนารักษ์ และ ศรีัญญา วอชวา (2566) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "การพัฒนาผลิตภัณฑ์บิสกิตจากแป้งลูกเคี้ยว (Product development of biscuit using adlay flour)" มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาอัตราส่วนการใช้แป้งลูกเคี้ยวทดแทนแป้งสาลีในผลิตภัณฑ์บิสกิตทั้งหมด 5 อัตราส่วน ได้แก่ อัตราส่วนส่วนระหว่างแป้งสาลีต่อแป้งลูกเคี้ยวที่ 100:0 (ชุดควบคุม), 75:25, 50:50, 25:75 และ 0:100 โดยน้ำหนัก จากผลการทดสอบทางประสาทสัมผัส พบว่าแป้งลูกเคี้ยวสามารถทดแทนแป้งสาลีในผลิตภัณฑ์บิสกิตได้สูงสุด คืออัตราส่วนแป้งสาลีต่อแป้งลูกเคี้ยวที่ 50:50 ซึ่งคะแนนความชอบในคุณลักษณะด้านลักษณะปรากฏ สี กลิ่น รสชาติ และความชอบโดยรวมไม่มีความแตกต่างกับบิสกิตที่มีอัตราส่วนระหว่างแป้งสาลีต่อแป้งลูกเคี้ยวที่ 100:0 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p > 0.05$) แต่คะแนนการยอมรับทางด้านเนื้อสัมผัส พบว่าอัตราส่วนแป้งสาลีต่อแป้งลูกเคี้ยวที่ 50:50 มีความแตกต่างกับบิสกิตที่มีอัตราส่วนระหว่างแป้งสาลีต่อแป้งลูกเคี้ยวที่ 100:0 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p \leq 0.05$) จากนั้นนำผลิตภัณฑ์บิสกิตทุกอัตราส่วนไปวัดค่าสี และเนื้อสัมผัส (Hardness) พบว่า เมื่อปริมาณแป้งลูกเคี้ยวเพิ่มขึ้น จะส่งผลค่าความสว่าง (L^*) และค่า Hardness โดยมีแนวโน้มลดลง บิสกิตมีสีคล้ำขึ้น และมีค่าความแข็งลดลง ซึ่งอัตราส่วนแป้งสาลีต่อแป้งลูกเคี้ยวที่ 50:50 บิสกิตจะมีความกรอบและไม่แข็งเกินไป

พรชิตา วันแอมะห์ และ ปทุมรัตน์ อ่อนจันทร์ (2564) ได้จัดทำโครงการเรื่อง "พานาคอตต้าเสริมมะม่วง (Panna cotta supplement with korlan)" มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสูตรพานาคอตต้าเสริมมะม่วง ในอัตราส่วนของมะม่วงต่อพานาคอตต้า 2 ระดับคือ 100:200, และ 200:100, โดยใช้วิธีวางแผนการทดสอบทางประสาทสัมผัส ในด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส (ความคงตัว) และความชอบโดยรวม โดยใช้ผู้ชิมจำนวน 10 คน ประเมินผลทดสอบทางประสาทสัมผัส โดยการให้คะแนน 9 ระดับ และการวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance, ANOVA) และการวิเคราะห์ความแตกต่าง (Least Significant Difference, LSD) จากการทดลองสูตรพานาคอตต้าเสริมมะม่วงที่ผู้ชิมยอมรับมากที่สุดคือ มะม่วง 200 กรัม ปัจจัยคุณภาพในด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส (ความคงตัว) และความชอบโดยรวม มีค่าเฉลี่ย 7.77, 7.63, 7.57, 7.22, และ 7.67ตามลำดับ การวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance, ANOVA) การวิเคราะห์ความแตกต่าง (Least Significant Difference, LSD) ในด้านสี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส (ความคงตัว) และความชอบโดยรวมพบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงาน

พานาคอตดำนํ้าลูกเดือย (Panna Cotta with Millet Juice) มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสูตรของ พานาคอตดำนํ้าลูกเดือย เพื่อศึกษาวิธีการใช้เมล็ดลูกเดือยแห้งที่เหลือเยอะจากแผนกครัวเย็น มา สกัดให้เป็นนํ้าลูกเดือย และเพื่อสร้างสรรค์เมนูใหม่จากวัตถุดิบที่เหลือใช้ และสร้างรายได้เพิ่ม ให้กับโรงแรม คณะผู้จัดทำโครงการจึงได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำความรู้ที่ได้มาให้เป็นรูปธรรมมากที่สุด โดยมีรายละเอียด และขั้นตอนในการจัดทำโครงการสห กิจศึกษา ดังนี้

4.1 วัตถุดิบและอุปกรณ์ในการทำเมนูพานาคอตดำนํ้าลูกเดือย

4.1.1 วัตถุดิบในการทำเมนูพานาคอตดำนํ้าลูกเดือย



รูปภาพที่ 4.1 : นํ้าลูกเดือย
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.2 : นมข้าวโอ๊ต
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.3 : นํ้าเชื่อม
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.4 : ผงเจลาติน
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.5 : องุ่นดำสวิตแซปไฟร์
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.6 : องุ่นแดงครีมสั้น
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.7 : องุ่นเขียวไซน์มัสแคท
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.8 : สตอร์วเบอร์รี่
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

4.1.2 อุปกรณ์ในการทำเมนูพานาคอตต่าน้ำลูกเดือย



รูปภาพที่ 4.9 : ถ้วยแก้ว
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.10 : ถ้วยโบริก
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.11 : หม้อด้าม
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.12 : ช้อน
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.13 : ชาม
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.14 : ผ้าขาวบาง
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.15 : เครื่องปั่น
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

4.2 ขั้นตอนการทำเมนูพานาคอตด้าน้ำลูกเด็ย

ขั้นตอนที่ 1 : นำลูกเด็ยที่สุกเสร็จแล้ว ปั่น และคั้นน้ำลูกเด็ยออกมา



รูปภาพที่ 4.16 : ลูกเด็ยสุก
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.17 : นำลูกเด็ยลงในเครื่องปั่น
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.18 : คั้นน้ำลูกเด็ย
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.19 : น้ำลูกเด็ย
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

ขั้นตอนที่ 2 : นำหม้อต้ม เปิดไฟ เทส่วนผสมทั้งหมด มีดังนี้

อย่างที 1 : นมข้าวโอ๊ต 100 กรัม

อย่างที 2 : น้ำเชื่อม 35 กรัม

อย่างที 3 : น้ำลูกเดือย 200 กรัม

อย่างที 4 : ผงเจลาติน 5 กรัม



รูปภาพที่ 4.20 : เทส่วนผสมอย่างที 1
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.21 : เทส่วนผสมอย่างที 2
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.22 : เทส่วนผสมอย่างที 3
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)



รูปภาพที่ 4.23 : เทส่วนผสมอย่างที 4
ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

ขั้นตอนที่ 3 : ผสมส่วนผสม 1-4 ให้เข้ากัน จากนั้นปิดไฟ เทส่วนผสมลงไปในถ้วยแก้ว และตกแต่งด้วยผลไม้ ที่ได้เตรียมเอาไว้



รูปภาพที่ 4.24 : ผสมส่วนผสม 1-4 ให้เข้ากัน รูปภาพที่ 4.25 : เทใส่ถ้วย และตกแต่งด้วยผลไม้
 ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567) ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

ขั้นตอนที่ 4 : เสร็จสมบูรณ์ เมนูพานาคอตต้า น้ำลูกเดือย



รูปภาพที่ 4.26 : เมนูพานาคอตต้า น้ำลูกเดือย
 ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2567)

4.3 การคำนวณต้นทุนเมนูพานาคอต้าน้ำลูกเดียว

ตารางที่ 4.1 : แสดงตารางการคำนวณต้นทุนเมนูพานาคอต้าน้ำลูกเดียว

ส่วนผสม	ปริมาณที่ใช้	ราคา / หน่วย	ต้นทุน
1. น้ำลูกเดียว	200 กรัม	50 บาท / 500 กรัม	20.00
2. นมข้าวโอ๊ต	100 กรัม	115 บาท / 1,000 กรัม	11.50
3. น้ำเชื่อม	35 กรัม	41 บาท / 300 กรัม	4.78
4. พงเจลาติน	5 กรัม	89 บาท / 100 กรัม	4.45
5. OUNG DASHI ไซไฟร์	5 กรัม	299 บาท / 1,000 กรัม	1.50
6. OUNG DASHI คริมสัน	5 กรัม	285 บาท / 1,000 กรัม	1.43
7. OUNG DASHI ไชนั่มสแคท	5 กรัม	79 บาท / 300 กรัม	1.32
8. สตอว์เบอร์รี่	15 กรัม	179 บาท / 250 กรัม	3.58
รวมราคาต้นทุน / 1 ถ้วย			48.56

จากตารางที่ 4.1 การคำนวณต้นทุนของเมนูพานาคอต้าน้ำลูกเดียวต่อ 1 สูตร จะได้ในปริมาณ 340 กรัม ต่อ 2 ถ้วย ถ้วยละ 170 กรัม จะต้องคิดเป็นจำนวน 48.56 บาท จะต้องตั้งราคาอยู่ถ้วยละ 129 บาท จะได้กำไรจะเท่ากับ 80.44 บาท

4.4 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอต้าน้ำลูกเดียว

คณะผู้จัดทำได้ทำแบบสอบถามเรื่อง "ประเมินความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอต้าน้ำลูกเดียว" ให้กับพนักงานภายในส่วนงานครัว และจัดเลี้ยง จำนวน 30 คน โดยใช้การสแกนคิวอาร์โค้ดในการทำแบบสอบถาม และหลังจากนั้นได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้รูปแบบสอบถามออนไลน์ เพื่อทำการวิเคราะห์ และอภิปรายผล ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไปของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติคือ ค่าแจกแจงความถี่ (Frequency) และหาค่าร้อยละ (Percentage)

ส่วนที่ 2 : ประเมินความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอต้าน้ำลูกเดียว ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติคือ หาค่าเฉลี่ย (Mean Score) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยวิธีการแปรผลของ บุญชม ศรีสะอาด (2556) มีการกำหนดการแปลความหมาย ได้ดังนี้

- 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

ส่วนที่ 3 : ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

4.4.1 ส่วนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไปของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.2 : แสดงตารางจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

เพศ	ค่าแจกแจงความถี่	ค่าร้อยละ
ชาย	13	43.33
หญิง	17	56.67
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.2 พบว่าผู้ที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีมากที่สุด จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 และเพศชาย มีน้อยที่สุด จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.33

ตารางที่ 4.3 : แสดงตารางจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

อายุ	ค่าแจกแจงความถี่	ค่าร้อยละ
21-30 ปี	17	56.67
31-40 ปี	13	43.33
41-50 ปี	-	-
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.3 พบว่าผู้ที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุระหว่าง 21-30 ปี มีมากที่สุด จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 และอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 31-40 ปี มีน้อยที่สุด จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.33

ตารางที่ 4.4 : แสดงตารางจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามส่วนงาน

ส่วนงาน	ค่าแจกแจงความถี่	ค่าร้อยละ
ครัว	17	56.67
จัดเลี้ยง	13	43.33
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้ที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ในส่วนงานครัว มีมากที่สุด จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 และอยู่ในส่วนงานจัดเลี้ยง มีน้อยที่สุด จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 43.33

4.4.2 ส่วนที่ 2 : ประเมินความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอตดำน้าลูกเดียว

ตารางที่ 4.5 : แสดงตารางค่าเฉลี่ยความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอตดำน้าลูกเดียว

หัวข้อการประเมิน	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	ระดับความพึงพอใจ
1. มีความริเริ่มอย่างสร้างสรรค์	4.57	0.50	มากที่สุด
2. มีการเลือกใช้วัตถุดิบที่ดีต่อสุขภาพ	3.84	0.35	มาก
3. มีการนำไอเดียมาประยุกต์ใช้ให้เกิดเป็นเมนูใหม่ขึ้นได้	4.20	0.41	มาก
4. มีประโยชน์ที่ได้รับจากการรับประทานอาหาร	4.57	0.50	มากที่สุด
5. สีสีนของพานาคอตดำน้าลูกเดียวมีความสวยงาม	4.57	0.50	มากที่สุด
6. ปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม	3.84	0.35	มาก
7. เป็นเมนูที่แปลกใหม่และน่าสนใจ	3.84	0.35	มาก
8. สามารถสร้างเพิ่มรายได้จากของที่เหลือใช้	4.57	0.50	มากที่สุด
9. สามารถนำมาวางขายได้จริง	3.43	0.50	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยรวม	4.17	0.44	มาก

จากตารางที่ 4.5 พบว่าผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอตดำน้าลูกเดียว ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวม 4.17 หากพิจารณารายชื่อจะพบว่า ผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด 4 ด้านคือ ด้านมีความริเริ่มอย่างสร้างสรรค์ ด้านมีประโยชน์ที่ได้รับจากการรับประทานอาหาร ด้านสีสีนของพานาคอตดำน้าลูกเดียวมีความสวยงาม และด้านสามารถสร้างเพิ่มรายได้จากของที่เหลือใช้ มีค่าเฉลี่ย 4.57 เท่ากันทั้งหมด รองลงมาคือผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมาก 3 ด้านคือ ด้านมีการนำไอเดียมาประยุกต์ใช้ให้เกิดเป็นเมนูใหม่ขึ้นได้ ด้านปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม และด้านเป็นเมนูที่แปลกใหม่และน่าสนใจ มีค่าเฉลี่ย 4.20, 3.84, และ 3.84 นอกจากนี้ผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง 1 ด้านคือ ด้านสามารถนำมาวางขายได้จริง มีค่าเฉลี่ย 3.43

4.4.3 ส่วนที่ 3 : ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ไม่มีข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากผู้ตอบแบบสอบถาม

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลโครงการ

ผลการศึกษา และจัดทำโครงการเรื่อง "พานาคอตดำนํ้าลูกเดือย (Panna Cotta with Millet Juice)" มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสูตรของพานาคอตดำนํ้าลูกเดือย เพื่อศึกษาวิธีการใช้เมล็ดลูกเดือยแห้งที่เหลือเยอะจากแผนกครัวเย็น มาสกัดให้เป็นนํ้าลูกเดือย และเพื่อสร้างสรรค์เมนูใหม่จากวัตถุดิบที่เหลือใช้ และสร้างรายได้เพิ่มให้กับโรงแรม ภายหลังจากได้ทบทวนศึกษาข้อมูลรวบรวมแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และประกอบกับการจัดเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม (Questionnaire) โดยได้รับการตอบกลับจากพนักงานภายในส่วนงานครัว และจัดเลี้ยงที่สมบูรณ์ครบถ้วนตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ จำนวน 30 คน จึงได้นำมาประมวลผล และวิเคราะห์ค่าทางสถิติตามวัตถุประสงค์ของโครงการสหกิจศึกษา พบว่าผลลัพธ์นั้นตรงตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยสามารถสรุปได้ มีดังนี้

จากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจของพนักงานภายในส่วนงานครัว และจัดเลี้ยง พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 อยู่ในช่วงอายุระหว่าง 21-30 ปี จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 และส่วนใหญ่อยู่ในส่วนงานครัว จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

ผลการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอตดำนํ้าลูกเดือยอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยรวม 4.17 หากพิจารณารายชื่อจะพบว่า ผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด 4 ด้านคือ ด้านมีความริเริ่มอย่างสร้างสรรค์ ด้านมีประโยชน์ที่ได้รับจากการรับประทานอาหาร ด้านสีส้มของพานาคอตดำนํ้าลูกเดือยมีความสวยงาม และด้านสามารถสร้างเพิ่มรายได้จากของที่เหลือใช้ มีค่าเฉลี่ย 4.57 เท่ากันทั้งหมด รองลงมาคือ ผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับมาก 3 ด้านคือ ด้านมีการนำไอเดียมาประยุกต์ใช้ให้เกิดเป็นเมนูใหม่ขึ้นได้ ด้านปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม และด้านเป็นเมนูที่แปลกใหม่และน่าสนใจ มีค่าเฉลี่ย 4.20, 3.84, และ 3.84 นอกจากนี้ผู้ที่ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง 1 ด้านคือ ด้านสามารถนำมาวางขายได้จริง มีค่าเฉลี่ย 3.43

5.2 ข้อเสนอแนะในการทำโครงการครั้งต่อไป

- 5.2.1 อาจื่อนำน้ำลูกเต๋อไปใส่ในผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ชนิดอื่น ๆ อาทิ ขนมปัง กุ๊กกี้ หรือ เค้ก
- 5.2.2 อาจื่อนำน้ำลูกเต๋อมาทดลองใส่ในผลิตภัณฑ์อื่น ๆ อาทิ พุดดิ้ง วุ้น หรือ เครมบริวเล่
- 5.2.3 สามารถนำน้ำลูกเต๋อไปต่อยอดทำผลิตภัณฑ์อื่น ๆ สามารถสร้างรายได้ให้กับผู้ที่

สนใจ



บรรณานุกรม

คมสวัสดิ์ อุดมปลั่ง. (ม.ป.ป.). เจลาติน (*Gelatin*) : เรื่องน่ารู้ และประโยชน์.

<https://cth.co.th/gelatin/>

ณัฐมา รอดขวัญ. (2565). ผลิตภัณฑ์นมทางเลือกจากพืช (*Plant-based alternative milk*)

(วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์).

เดชศักดิ์ วิจิตรพันธ์. (2565). การวิจัยและพัฒนาเพื่อเพิ่มมูลค่าลูกเต๋ยสู่การยกระดับ

เศรษฐกิจฐานรากของกลุ่มเกษตรกร อำเภอนาโยง จังหวัดตรัง (*The Research and*

Development of the Value-added Product from Job's tear of Upgrade the Local Economy for Agriculturist Group in Nayong District, Trang Province)

(วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย).

ตลาดอร้อย. (ม.ป.ป.). อุ่นแดงพันธุ์ครีมสัน.

<https://www.taladaroi.com/อุ่นแดงนอกไร้เมล็ด-พันธุ์ครีมสัน-5-กก>

ธมลวรรณ สุทธิธรรม และ พรศรี เจริญพานิช. (2564). การพัฒนาผลิตภัณฑ์โยเกิร์ตชนิดคงตัวจาก

ข้าวโอ๊ตโดยใช้สารให้ความคงตัวที่เป็นวีแกน (*Development of oat-based set yoghurt*

using vegan stabilizers) (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร).

มหาวิทยาลัยศิลปากร.

บุญชม ศรีสะอาด. (2556). การอ่านความของค่าประมาณค่า (*Rating Scale*) (ตีพิมพ์ครั้งที่ 7).

สุวีริยาสาส์น.

ประกายรุ่ง หงส์โต และคณะ. (2562). พานาคอตต้าขุ่น (*Jackfruit Panna Cotta*)

(วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม).

พรชิตา วันแอมและห์ และ ปทุมรัตน์ อ่อนจันทร์. (2564). พานาคอตต้าเสริมมะแว (*Panna cotta*

supplement with korlan) (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร).

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร.

พิมพ์พิชชา เลิศสกุลผาสุข และ วนิดา เลิศพิพัฒนานนท์. (2564). ระเบียบวิธีวิจัยพื้นฐานในธุรกิจ

ท่องเที่ยวและการบริการ. มหาวิทยาลัยสยาม.

พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และ นิธิยา รัตนานนท์. (ม.ป.ป.). *strawberry / สตรอเบอร์รี่*.

<https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/2740/strawberry-สตรอเบอร์รี่>

พิมพ์เพ็ญ พรเฉลิมพงศ์ และ นิธิยา รัตนานนท์. (ม.ป.ป.). *Syrup / น้ำเชื่อม*.

<https://www.foodnetworksolution.com/wiki/word/3370/syrup-น้ำเชื่อม>

ภาสินี รังแก้ว และคณะ. (2566). พานาคอตต้ามะพร้าวอ่อน (*Coconut Panna Cotta*)

(วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีเมื่องชลบริหารธุรกิจ).

เมธา สินธุ โคตร. (2566). การอบแห้งแบบถึงหมุนร่วมกับไมโครเวฟสำหรับการเตรียมลูกเด็ยหุง
สุกเร็ว (*Rotary drying combined with microwave for preparing quick-cooking job's tears*)
(วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ สาขาการจัดการ, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม).

สินีนาด สุขทนารักษ์ และ ศรีธัญญา วอชวา. (2566). การพัฒนาผลิตภัณฑ์บิสกิตจากแป้ง
ลูกเด็ย (*Product development of biscuit using adlay flour*) (วิทยานิพนธ์ปริญญา
โทบริหารธุรกิจ สาขาการจัดการ, มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์).

สำนักพิมพ์แสงแดด. (ม.ป.ป.). ลูกเด็ย กินอร่อย ทรงคุณค่ามหาศาลต่อร่างกาย.

https://krua.co/food_story/job-tear-benefits

City Fresh. (2564). องุ่น 3 สี นำเข้าจากออสเตรเลีย.

<https://cityfreshfruit.com/blog/australian-grapes-3colors>

howtocookhub. (ม.ป.ป.). พานาคอตต้า ของหวานสัญชาติอิตาลี อร่อยเต็มรสผลไม้.

<https://howtocookhub.com/2022/01/08/พานาคอตต้า-ของหวานสัญชาติอิตาลี/>

MGR ONLINE. (2566). "นมข้าวโอ๊ต" กับประโยชน์ต่อสุขภาพ.

<https://mgronline.com/goodhealth/detail/9660000082288>

RXV Wellness. (ม.ป.ป.). ข้อมูลโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน.

<https://www.rxvwellness.com/>

RXV Wellness. (ม.ป.ป.). แผนที่โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน.

<https://www.rxvwellness.com/th/contact-us>

Sanook. (2566). องุ่น ไซน์มีรสเคทคืออะไร เพราะอะไรจึงนิยมทานกัน.

<https://www.sanook.com/women/243837/>



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
รูปภาพขณะปฏิบัติสหกิจศึกษา

รูปภาพขณะปฏิบัติสหกิจศึกษา

1. นายปริญญา เสงีนา

ฝึกงานในแผนก : ครัว (Kitchen) ส่วนงาน : อาร์เอ็กซ์วี คิตเชน (RXV Kitchen)



ปรุงอาหารที่ได้รับมอบหมาย



บริการทำอาหารแบบสดๆ ในห้องอาหาร ไลน์อาหารบุฟเฟต์

2. นางสาวนุชกร คงแสง

ฝึกงานในแผนก : ครัว (Kitchen) ส่วนงาน : อาร์เอ็กซ์วี คิตเชน (RXV Kitchen)



ปรุงอาหารที่ได้รับมอบหมาย



บริการทำอาหารแบบสดๆ ในห้องอาหาร ไลน์อาหารบุฟเฟต์

3. นายศตวรรษ อรรถโยโค

ฝึกงานในแผนก : การบริการอาหารและเครื่องดื่ม (F&B Service) ส่วนงาน : จัดเลี้ยง (Banquet)



เซ็ตอัฟดินเนอร์ ริมแม่น้ำท่าจีน



ดินเนอร์ ริมแม่น้ำท่าจีน



รูปภาพอาจารย์ที่ปรึกษามานิตเทศ ณ โรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน





ภาคผนวก ข
ตัวอย่างแบบสอบถาม

ตัวอย่างแบบสอบถาม
เรื่อง พานาคอตตำน้ำลูกเดี๋ย
Panna Cotta with Millet Juice

คำชี้แจง : แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการประกอบการศึกษาในระดับปริญญาตรี
คณะศิลปศาสตร์ ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและบริการ มหาวิทยาลัยสยาม
คณะผู้จัดทำ จึงขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามนี้ ด้วยความเป็นจริง

ส่วนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไปของผู้ที่ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง หน้าช่องข้อความที่ตรงตามความเป็นจริงกับข้อมูล
ของท่าน

1. เพศ

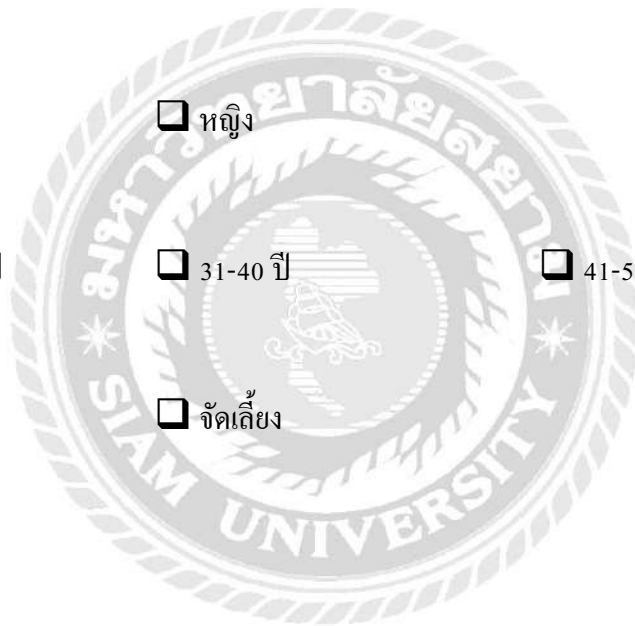
- ชาย หญิง

2. อายุ

- 21-30 ปี 31-40 ปี 41-50 ปี

3. ส่วนงาน

- คร่ำ จัดเลี้ยง



ส่วนที่ 2 : ประเมินแบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อเมนูพานาคอตดำน้าลูกเดี๋ย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ระดับความพึงพอใจที่ตรงตามความเป็นจริงกับข้อมูลของท่านมากที่สุด

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

หัวข้อการประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
	5	4	3	2	1
1. มีความริเริ่มอย่างสร้างสรรค์					
2. มีการเลือกใช้วัตถุดิบที่ดีต่อสุขภาพ					
3. มีการนำไอเดียมาประยุกต์ใช้ให้เกิดเป็นเมนูใหม่ขึ้นได้					
4. มีประโยชน์ที่ได้รับจากการรับประทานอาหาร					
5. สีสีนของพานาคอตดำน้าลูกเดี๋ยมีความสวยงาม					
6. ปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม					
7. เป็นเมนูที่แปลกใหม่และน่าสนใจ					
8. สามารถสร้างเพิ่มรายได้จากของที่เหลือใช้					
9. สามารถนำมาวางขายได้จริง					

ส่วนที่ 3 : ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....



ภาคผนวก ค
บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

จากการสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษาเกี่ยวกับโครงการ พนักงานที่ปรึกษามีความเห็นว่โครงการพานาคอต้าน้ำลูกเดี๋ย (Panna Cotta with Millet Juice) เมนูนี้เป็นอาหารที่แปลกใหม่ ไม่เคยเจอมาก่อน เป็นความคิดที่สร้างสรรค์ที่ดี เพราะว่าการที่นำลูกเดี๋ยแห้งมาสกัดให้เป็นน้ำลูกเดี๋ย และเอาไปทำเป็นพานาคอตต้า ประรชชาติใหม่ สามารถใช้วัตถุดิบที่เหลือจากในครัวมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุดได้ ทำให้ลูกค้าเกิดความประทับใจ และคำชม และได้ผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ มีคุณค่าทางโภชนาการ และสามารถเพิ่มรายได้ให้กับทางโรงแรมอาร์เอ็กซ์วี เวลเนส วิลเลจ สามพราน (RXV Wellness Village Sampran)



Suta

(คุณสุธี น้าสมบูรณ์)

.....พนักงานที่ปรึกษา

ประวัติคณะผู้จัดทำ



ชื่อ-นามสกุล : นายปริญญา เสง์นา
รหัสนักศึกษา : 6204400033
คณะ : ศิลปศาสตร์
ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
ที่อยู่ปัจจุบัน : 5 / 3 ซ. เพชรเกษม 48 แยก 4-7
แขวงบางจาก เขตภาษีเจริญ กทม. 10160



ชื่อ-นามสกุล : นางสาวบุษกร คงแสง
รหัสนักศึกษา : 6204400035
คณะ : ศิลปศาสตร์
ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
ที่อยู่ปัจจุบัน : 398 ถ. เพชรเกษม แขวงบางด้วน
เขตภาษีเจริญ กทม. 10160



ชื่อ-นามสกุล : นายศตวรรษ อรรถโยโค
รหัสนักศึกษา : 6204400065
คณะ : ศิลปศาสตร์
ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
ที่อยู่ปัจจุบัน : 26 / 67 ม.2 หมู่บ้านเกษมทอง
ซ. เพชรเกษม 114 แขวงหนองค้างพลู เขตหนองแขม กทม. 10160



<https://me-qr.com/NxiP0hKA>

รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

พานาคอตตำน้ำลูกเดือย

Panna Cotta with Millet Juice

โดย

นายปริญญา เสงีนา 6204400033

นางสาวบุษกร คงแสง 6204400035

นายศตวรรษ อรรถโยโค 6204400065

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา 119-413 การศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2566