



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

Sam Kler Sticky Rice



นางสาวศิริรัตน์ โคจ้านงค์ 6204400095

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา 119-413 การศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2565

หัวข้อโครงการ : ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ
Sam Kler Sticky Rice
รายชื่อผู้จัดทำ : นางสาวศิริรัตน์ โคจ่านงค์ 6204400095
ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
อาจารย์ที่ปรึกษา : ดร.กฤต จุระกะนิษฐ์

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2565



คณะกรรมการสอบโครงการ

Kaip J.

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(ดร.กฤต จุระกะนิษฐ์)

[Signature]

.....พนักงานที่ปรึกษา
(คุณนันท หารทรัพย์)

[Signature]

.....กรรมการกลาง
(อาจารย์ปัญญา เปมะโยธิน)

[Signature]

.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มารุจ ลิ้มปะวัฒน์)

ชื่อโครงการ	: ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ
หน่วยกิต	: 5
ผู้จัดทำ	: นางสาวศิริรัตน์ ใจจำนงค์
อาจารย์ที่ปรึกษา	: ดร.กฤต จุระกะนิษฐ์
ระดับการศึกษา	: ปริญญาตรี
สาขาวิชา	: อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
คณะ	: ศิลปศาสตร์
ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา	: 3 / 2565

บทคัดย่อ

การจัดทำโครงการสหกิจเรื่อง ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อนำเสนอรายการของหวานที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากขนมไทยที่มีชื่อเสียง 2) เพื่อสร้างสรรค์เมนูข้าวเหนียวแนวใหม่ในรายการของหวานในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ 3) เพื่อให้เกิดประโยชน์ และเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับสถานประกอบการ ในตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ณ ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ ผู้จัดทำจึงได้ทราบถึงปัญหาของทางลูกค้า คือรายการอาหารของหวาน มีรายการอาหารให้เลือกน้อยเกินไป ผู้จัดทำจึงคิดทำเมนูข้าวเหนียวมูนสามเกลอ โดยนำข้าวเหนียวมูนที่เป็นส่วนประกอบของเมนูข้าวเหนียวมูนมะม่วง และนำวัตถุดิบอื่นๆ อาทิ เผือกสมบุญ สั้ขยาไข่โบราณ และปลาแห้ง ทำให้มีรายการเมนูของหวานเพิ่มเข้ามาในรายการ และสามารถที่จะช่วยลดของเหลือทิ้งได้

จากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจของพนักงานในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ เป็นจำนวน 10 คน พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 26-41 ปี และส่วนใหญ่เป็นตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ผลจากการตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อข้าวเหนียวมูนสามเกลอ โดยรวมอยู่ในระดับมากทุกประเด็น มีค่าเฉลี่ย 4.21 หากพิจารณารายประเด็นพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทุกประเด็น

คำสำคัญ: เมนู ข้าวเหนียวมูน สามเกลอ

Project Title : Sam Kler Sticky Rice
Credits : 5
By : Miss Sirirat Chojamnong
Advisor : Krip Jurakanit Ph.D.
Degree : Bachelor of Arts
Major : Tourism and Hospitality Industry
Faculty : Liberal Arts
Semester / Academic Year : 3 / 2022

Abstract

The Sam Kler Sticky Rice project aimed: 1) To present a dessert menu inspired by famous Thai desserts; 2) To create a new style of sticky rice menu in the dessert menu at Somboon Pochana (Somboon Seafood) Surawong; 3) To benefit and increase income for the establishment. During the cooperative education, as a reception at the Somboon Pochana (Somboon Seafood) Surawong, the customer's problem was that there were too few dessert menu items. Therefore, we have decided to make sam kler sticky rice, using sticky rice as an ingredient for mango sticky rice, and using other ingredients such as taro somboon, egg custard, and dried fish. This is a Thai dessert that perfectly expresses Thai identity and leaves a deep impression on customers.

From the employee satisfaction survey of 10 people, it was found the most of the respondents were female, aged 26-41 years old and most respondents worked in reception. The results of the satisfaction questionnaire for the Sam Kler Sticky Rice were summarized in the mean score and standard deviation tables. There was a high of satisfaction, representing an overall average of 4.21.

Keywords: menu, sam kler, sticky rice

..... Krip J.
Co-op Advisor

Approved by
.....

กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติสหกิจศึกษา ในตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ณ ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ ตั้งแต่วันที่ 22 พฤษภาคม 2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน 2566 ได้สำเร็จ ล่วงตามวัตถุประสงค์ด้วยดี ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้ ประสบการณ์การทำงานต่างๆ และความ เข้าใจในชีวิตการทำงานจริง ที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน และสามารถนำความรู้ประสบการณ์ที่ได้ ไปใช้ในการประกอบอาชีพในอนาคต ด้วยความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ ที่ให้โอกาสผู้จัดทำเข้ามาปฏิบัติสหกิจศึกษา ระยะเวลา สอนงาน และช่วยเหลือด้านต่างๆ ตลอดระยะเวลาในการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาในครั้งนี้ จึง ขอขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ ที่นี้ จากการสนับสนุนหลายฝ่าย ดังนี้

1. คุณนันท์ ทหารภัย พนักงานต้อนรับ
2. ดร.กฤป จุระกะนิศย์ อาจารย์ที่ปรึกษาสหกิจศึกษา

และบุคคลที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่าน ที่ได้ให้คำแนะนำในการจัดทำรายงานสหกิจศึกษาฉบับนี้ จนเสร็จสมบูรณ์

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่ารายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ และผู้ที่สนใจไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาของร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ เพื่อเป็นแนวทางเบื้องต้นในการทำความเข้าใจ และพัฒนา โครงการต่อไป รวมทั้งในการค้นคว้าของผู้ที่สนใจทั่วไปด้วย หากรายงานฉบับนี้มีข้อผิดพลาด ประการใดผู้จัดทำก็ขออภัยมา ณ ที่นี้

ผู้จัดทำ

นางสาวศิริรัตน์ โคจ้านงค์

14 ตุลาคม 2566

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ	2
1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	2
บทที่ 2 รายละเอียดการปฏิบัติงาน	
2.1 ชื่อและที่ตั้งสถานประกอบการ	3
2.2 ลักษณะผลิตภัณฑ์ขององค์กร	9
2.3 แผนผังองค์กร	18
2.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย	19
2.5 ชื่อและตำแหน่งพนักงานที่ปรึกษา	20
2.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน	20
2.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	20
2.8 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	21
2.9 ข้อเสนอแนะการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	22
บทที่ 3 การทบทวนเอกสาร/วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
3.1 ประวัติความเป็นมาของข้าวเหนียว	23
3.2 ประเภทของข้าวเหนียว	26
3.3 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในเมนู "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ"	31
3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	37

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงาน	
4.1 วัตถุประสงค์ในการทำข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	38
4.2 อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	38
4.3 ขั้นตอนในการทำข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	39
4.4 การคำนวณต้นทุนของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	44
4.5 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	44
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลของทำโครงการ	47
บรรณานุกรม	
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก ภาพการปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก ข ตัวอย่างแบบสอบถาม	
ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา	
ประวัติผู้จัดทำ	



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 : แสดงระยะเวลาในดำเนินงานของโครงการ	21
ตารางที่ 4.1 : แสดงการคำนวณต้นทุนของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	44
ตารางที่ 4.2 : แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	45
ตารางที่ 4.3 : แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	45
ตารางที่ 4.4 : แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตำแหน่ง	45
ตารางที่ 4.5 : แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	46



สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปภาพที่ 2.1 : ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์	3
รูปภาพที่ 2.2 : โลโก้ ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์	3
รูปภาพที่ 2.3 : แผนที่ ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์	4
รูปภาพที่ 2.4 : กำเนิดร้านสมบุญโภชนา	5
รูปภาพที่ 2.5 : สาขาสุรวงศ์	5
รูปภาพที่ 2.6 : สาขาบรรทัดทอง	6
รูปภาพที่ 2.7 : สมบุญไซนีส	6
รูปภาพที่ 2.8 : สาขารัชดา	7
รูปภาพที่ 2.9 : สาขาอุดมสุข	7
รูปภาพที่ 2.10 : สาขาสามย่าน	8
รูปภาพที่ 2.11 : สาขาสยามสแควร์วัน (SQ1)	8
รูปภาพที่ 2.12 : สาขาเซ็นทรัลเวิลด์	9
รูปภาพที่ 2.13 : ปูผัดผงกะหรี่	10
รูปภาพที่ 2.14 : กุ้งอบวุ้นเส้น	10
รูปภาพที่ 2.15 : ต้มยำกุ้ง	11
รูปภาพที่ 2.16 : ปลากระพงทอดน้ำปลา	11
รูปภาพที่ 2.17 : กุ้งก้ามกรามผัดพริกเกลือ	12
รูปภาพที่ 2.18 : กุ้งแม่น้ำเผา	12
รูปภาพที่ 2.19 : ปลาเต้าเตี้ย นึ่ง/ต้มยำบ๊วย	13
รูปภาพที่ 2.20 : ผัดผักบุ้งไฟแดง	13
รูปภาพที่ 2.21 : ผัดผักกระเฉด	14
รูปภาพที่ 2.22 : มะเขือปลาเค็ม	14
รูปภาพที่ 2.23 : รวมมิตรทอด	15
รูปภาพที่ 2.24 : ซี่โครงหมอบยอดผัก	15
รูปภาพที่ 2.25 : แพนฟังก์เกอร์	18
รูปภาพที่ 2.26 : นักศึกษาสหกิจศึกษา	19
รูปภาพที่ 2.27 : พนักงานที่ปรึกษา	20
รูปภาพที่ 3.1 : ข้าวเหนียว	24

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

	หน้า
รูปภาพที่ 3.2 : ข้าวกำลิมฝั้ว	26
รูปภาพที่ 3.3 : ข้าวเหนียวหมยหนอง	26
รูปภาพที่ 3.4 : ข้าวเหนียวเขาวงกตพินธุ์	27
รูปภาพที่ 3.5 : ข้าวเหนียวพันธุ์เขียวสูง	27
รูปภาพที่ 3.6 : ข้าวเหนียวสันป่าตอง	28
รูปภาพที่ 3.7 : ข้าวกำพันธ์พื้นเมือง	28
รูปภาพที่ 3.8 : ข้าวเจ้าแตก	29
รูปภาพที่ 3.9 : ข้าวเหนียวกำกัญญา	29
รูปภาพที่ 3.10 : ข้าวเหนียวคำหมอ	30
รูปภาพที่ 3.11 : ข้าวคอกเชียงราย	30
รูปภาพที่ 3.12 : ข้าวเหนียวมูน	31
รูปภาพที่ 3.13 : เผือกสมบูรณ์	32
รูปภาพที่ 3.14 : สังขยาไข่โบราณ	33
รูปภาพที่ 3.15 : หน้าปลาแห้ง	34
รูปภาพที่ 3.16 : ใบตอง	35
รูปภาพที่ 3.17 : ใบเตย	36
รูปภาพที่ 4.1 : ชั้นตอนที่ 1	39
รูปภาพที่ 4.2 : ชั้นตอนที่ 2	39
รูปภาพที่ 4.3 : ชั้นตอนที่ 3	40
รูปภาพที่ 4.4 : ชั้นตอนที่ 4	40
รูปภาพที่ 4.5 : ชั้นตอนที่ 5	41
รูปภาพที่ 4.6 : ชั้นตอนที่ 6	41
รูปภาพที่ 4.7 : ชั้นตอนที่ 7	42
รูปภาพที่ 4.8 : ชั้นตอนที่ 8	42
รูปภาพที่ 4.9 : ชั้นตอนที่ 9	43
รูปภาพที่ 4.10 : ชั้นตอนที่ 10	43

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ร้านสมบุญโภชนา เป็นร้านอาหารทะเลที่มีรสชาติเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว เปิดให้บริการตั้งแต่ปี พ.ศ. 2512 ด้วยการผสมผสานมีจุดเด่นของอาหารไทยและจีนอย่างกลมกล่อมได้อย่างลงตัว โดยเฉพาะ "ปูผัดผงกะหรี่" นั้นเป็นอาหารจานเด็ดที่มีสูตรพิเศษเฉพาะของทางร้าน จนได้รับการยกย่องจากสื่อระดับโลกให้เป็นต้นตำรับปูผัดผงกะหรี่อันดับหนึ่งของเอเชีย เป็นหนึ่งในร้านอาหารไม่กี่ร้านในประเทศไทยที่เป็นจุดหมายปลายทางที่พลาดไม่ได้สำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ รวมไปถึงเป็นร้านที่ได้รับเกียรติต้อนรับผู้นำและบุคคลสำคัญทั้งระดับประเทศและระดับนานาชาติมาอย่างต่อเนื่อง

จากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ในตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ณ ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ ผู้จัดทำมีหน้าที่ต้อนรับลูกค้าหน้าร้าน รับโทรศัพท์จากลูกค้าทำการจองให้แก่ลูกค้าและแนะนำรายการอาหาร รับออเดอร์ผ่านช่องทางออนไลน์และออฟไลน์ รวมไปถึงในส่วนของการบริการอาหารและเครื่องดื่ม ในการปฏิบัติงานทั้ง 2 ส่วน เป็นบริการที่ติดต่อกับลูกค้าโดยตรง

ผู้จัดทำจึงได้ทราบถึงปัญหาของทางลูกค้า คือรายการอาหารของหวาน มีรายการอาหารให้เลือกน้อยเกินไป ได้แก่ เผือกสมบุญ ผุดคิงมะพร้าว ข้าวเหนียวมะม่วง และผลไม้รวม เป็นต้น ดังนั้น ผู้จัดทำจึงคิดทำเมนู "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ" โดยนำข้าวเหนียวมูนที่เป็นส่วนประกอบของเมนูข้าวเหนียวมูนมะม่วง จากทางร้านจะใช้ข้าวเหนียวมูนวันต่อวัน ถ้าขายไม่หมดก็จะทิ้งและได้นำวัตถุดิบอื่นๆ เช่น เผือกสมบุญ สังขยาไข่โบราณ และปลาแห้ง ทำให้มีรายการของหวานเพิ่มเข้ามาในรายการ และสามารถที่จะช่วยลดของเหลือทิ้งได้

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1.2.1 เพื่อนำเสนอรายการของหวานที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากขนมไทยที่มีชื่อเสียง
- 1.2.2 เพื่อสร้างสรรค์เมนูข้าวเหนียวแนวใหม่ในรายการของหวานในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์
- 1.2.3 เพื่อให้เกิดประโยชน์และเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับสถานประกอบการ

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่

ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์

1.3.2 ขอบเขตประชากร

พนักงานในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ จำนวน 10 คน

1.3.3 ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระหว่างวันที่ 22 พฤษภาคม 2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน 2566

1.3.4 ขอบเขตด้านเนื้อหาและการค้นคว้าข้อมูล

ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลเกี่ยวกับข้าวเหนียวมูนสามเกลอและศึกษาวิธีการขั้นตอนการทำต่างๆ ตามสื่อออนไลน์และเอกสาร บทความ วรรณกรรม เป็นต้น

1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.4.1 ได้เรียนรู้ว่าขนมไทยมีชื่อเสียง "ข้าวเหนียวมะม่วง" สามารถนำมาสร้างสรรค์เป็นเมนูข้าวเหนียวแนวใหม่ที่สามารถนำไปใช้ได้จริง

1.4.2 ช่วยเพิ่มรายการของหวานทางเลือกใหม่ให้กับลูกค้าที่มารับประทานอาหารในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์

1.4.3 เป็นช่องทางหนึ่งในการเพิ่มรายได้ให้กับร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์

บทที่ 2

รายละเอียดการปฏิบัติงาน

2.1 ชื่อและที่ตั้งสถานประกอบการ

- ชื่อสถานประกอบการ : ร้านสมบุญ โกชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์
Somboon Pochana (Somboon Seafood) Surawong
- ที่ตั้ง : เลขที่ 169,169/7-12 ถนนสุรวงศ์ แขวงสุรวงศ์ เขตบางรัก
กรุงเทพฯ 10500
- โทรสาร : 02-234-4499 และ 02-233-3104
- โทรศัพท์ : 095-932-3104
- เว็บไซต์ : www.somboonseafood.com/th/



รูปภาพที่ 2.1 : ร้านสมบุญโกชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์
ที่มา : www.facebook.com/103695537946978/posts/169565568026641/



สมบุญโกชนา
SOMBOON SEAFOOD

รูปภาพที่ 2.2 : โลโก้ ร้านสมบุญโกชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์
ที่มา : www.facebook.com/103695537946978/posts/169565568026641/

2.1.1 ประวัติและความเป็นมาเกี่ยวกับสถานประกอบการ

นิกถึง "สมบุญโภชนา" ให้นิกถึง "ต้นตำรับปูผัดผงกะหรี"

ความตั้งใจและประสบการณ์ครึ่งศตวรรษ ที่คงรสชาติดั้งเดิมและได้ถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น เล่าขานจากปากสู่ปาก จนในปัจจุบันสมบุญโภชนาได้เปิดให้บริการทั้งหมด 8 สาขาในกรุงเทพฯ เท่านั้นและไม่มีสาขาในต่างจังหวัดและต่างประเทศ

สมบุญโภชนา หรือ Somboom Seafood ผู้สร้างตำนานร้านอาหารทะเลที่มีรสชาติเป็นเอกลักษณ์ไม่เหมือนใครในประเทศไทยมายาวนาน โดยร้านแรกได้เปิดให้บริการในห้องแถวขนาด 1 คูหา เป็นบริเวณสามย่าน ป่าป่าพิชัยและห่อม้าจิดราได้คิดค้นพัฒนาอาหารแต่เมนูด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจจริง เลือกสรรวัตถุดิบคุณภาพและส่วนผสมที่กลมกล่อม ได้อย่างลงตัว จนนำมาสู่ความเป็นต้นตำรับ "ปูผัดผงกะหรี" รวมถึงเมนูซีฟู้ดและเมนูอื่นๆ ก็ล้วนเป็นที่นิยมชื่นชอบของนักท่องเที่ยวและนักชิมไม่แพ้กัน เช่น ปลากระทงทอดน้ำปลา กุ้งก้ามกรามผัดพริกเกลือ ปลาหมึกนึ่งพริกมะนาว ผักบุ้งผัดไฟแดง อาหารทะเลเผาและอีกหนึ่งเมนูที่พลาดไม่ได้ "ต้มยำกุ้ง" ที่มีรสชาติอร่อยเข้มข้นกลมกล่อม รักษาเอกลักษณ์ความเป็นไทยต้นตำรับได้อย่างครบเครื่องตั้มา ทำให้ต้มยำสูตรของสมบุญโภชนาได้รับรางวัลอาหารถิ่นที่ห้ามพลาด ภายใต้โครงการอาหารไทยนิยมของจังหวัดกรุงเทพมหานคร จากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.)



รูปภาพที่ 2.3 : แผนที่ ร้านสมบุญโภชนา (Somboom Seafood) สาขาสุรวงศ์

ที่มา : cdn.somboonseafood.com/media/bucket/images/h_20226101334337952421654842873.pdf

ปัจจุบันสมบุญโภชนาเปิดให้บริการทั้งหมด 8 สาขาในกรุงเทพฯ เท่านั้น (ไม่มีสาขาในต่างจังหวัดและต่างประเทศ) ได้แก่ สาขาสุรวงศ์ (2533) / สาขาบรรทัดทอง (2534) / สาขารัชดา (2539) / สาขาอุดมสุข (บางนา) (2544) / สาขาสามย่าน (2551) / สาขาเซ็นทรัลเอ็มบาซี (2557) / สาขาสแควร์วัน (SQ1) (2557) / สาขาเซ็นทรัลเวิลด์ (2561)

พ.ศ. 2512 : กำเนิดร้านสมบุญโภชนา



รูปภาพที่ 2.4 : กำเนิดร้านสมบุญโภชนา

ที่มา : www.somboonseafood.com/th/

"สมบุญโภชนา" ถือกำเนิดเป็นครั้งแรกที่สามย่าน ในตึกแถว 1 คูหา ข้างคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ณ ที่นี้คือจุดเริ่มต้น "ปูผัดผงกะหรี่" สูตรพิเศษต้นตำรับที่รสชาติไม่เหมือนใครในยุคนี้ ความสดของปูสดๆ ความอร่อยและราคาที่สมเหตุสมผล ทำให้ถูกปากนักชิม จากปากต่อปากส่งผลให้ต้องขยายพื้นที่ให้บริการในบริเวณนี้อยู่หลายครั้ง

พ.ศ. 2533 : สาขาสุรวงศ์



รูปภาพที่ 2.5 : สาขาสุรวงศ์

ที่มา : www.somboonseafood.com/th/

เปิดให้บริการสาขาที่ 2 คือ "สุรวงศ์" สาขาที่เป็นจุดเริ่มต้นในการเป็นที่รู้จักของชาวญี่ปุ่นและชาวต่างประเทศ

พ.ศ. 2534 : สาขาบรรทัดทอง



รูปภาพที่ 2.6 : สาขาบรรทัดทอง

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เนื่องจากสาขาสามย่านหมดสัญญาเช่ากับสำนักงานทรัพย์สินจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จึงได้ย้ายมาที่ จุฬา ซอย 8 ถนนบรรทัดทอง ซึ่งกลายมาเป็นสาขายอดนิยมของลูกค้าประจำสมบุญ โภชนา

พ.ศ. 2536 : สมบุญไชนีส



รูปภาพที่ 2.7 : สมบุญไชนีส

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เปิดให้บริการร้านอาหารจีนสไตล์กว้างตั้งในนาม "สมบุญไชนีส" บนถนนบรรทัดทอง ปปรุงอาหารจีนที่รสชาติดั้งเดิมและลิกล้า ถูกใจนักชิม บุคคลสำคัญและนักธุรกิจมากมายทั้งในและต่างประเทศ

พ.ศ. 2539 : สาขารัชดา



รูปภาพที่ 2.8 : สาขารัชดา

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เปิดให้บริการ "สาขารัชดา" ซึ่งเป็นใจกลางย่านธุรกิจใหม่ของกรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2544 : สาขาอุดมสุข



รูปภาพที่ 2.9 : สาขาอุดมสุข

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เปิดให้บริการ "สาขาอุดมสุข (บางนา)" ย่านที่พักอาศัยขนาดใหญ่ด้านตะวันออกของกรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2551 : สาขาสามย่าน



รูปภาพที่ 2.10 : สาขาสามย่าน

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เป็นการกลับมาเปิดให้บริการอีกครั้งของ "สาขาสามย่าน" ในที่ตั้งเดิม ซึ่งในปัจจุบันได้กลายมาเป็นอาคารจามจूरิสแควร์

พ.ศ. 2557 : ครบ 45 ปี 2 สาขาใหม่ในห้างสรรพสินค้า



รูปภาพที่ 2.11 : สาขาสยามสแควร์วัน (SQ1)

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เฉลิมฉลองโอกาสครบรอบ 45 ปี ด้วยการเปิดให้บริการอีก 2 สาขา คือ "สาขาเซ็นทรัลเอ็มบาสซี" และ "สาขาสยามสแควร์วัน (SQ1)" ซึ่งทั้งสองสาขานี้ตั้งอยู่ในห้างสรรพสินค้าที่สามารถเดินทางสะดวกด้วยรถไฟฟ้า BTS (สถานีชิดลม เพลิดจิดและสถานีสยาม)

พ.ศ. 2560 : 8 สาขาใน 48 ปี



รูปภาพที่ 2.12 : สาขาเซ็นทรัลเวิลด์

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เปิดให้บริการ "สาขาเซ็นทรัลเวิลด์" ในวาระครบ 48 ปี ของการรักษามาตรฐานและคุณภาพ ในความเป็นต้นตำรับ "ปูผัดผงกะหรี่"

2.2 ลักษณะผลิตภัณฑ์ขององค์กร

"ต้นตำรับปูผัดผงกะหรี่"

"ปูผัดผงกะหรี่" เป็นเมนูที่ถูกสั่งเป็นประจำทุกโต๊ะที่ร้านสมบุญโภชนา หากลูกค้าพลาดเมนูนี้ก็เหมือนกับลูกค้าที่ไม่ถึงร้านสมบุญโภชนาก็ว่าได้กว่าที่สมบุญจะสร้างชื่อเสียงจนกลายมาเป็นร้านอาหารระดับตำนาน "ต้นตำรับปูผัดผงกะหรี่" ที่เป็นที่ยอมรับและกล่าวขวัญถึงจากนักชิมทั่วโลกมาร่วมครั้งศตวรรษ ป้าป้าพิชัยและหม่อมมาจิตรา สองผู้ตั้งร้านสมบุญโภชนา ได้ร่วมกันคิดค้นการปรุงและได้พัฒนารสชาติให้ถูกปากลิ้นลิ้น จึงไม่น่าแปลกใจว่าทำไมนักชิมจากทั่วโลกที่เดินทางมาท่องเที่ยวในประเทศไทย จะต้องมีชื่อสมบุญโภชนาเป็นหนึ่งในจุดหมายปลายทางที่พลาดไม่ได้ อยู่ในตารางเดินทาง ชื่อของสมบุญโภชนามักจะถูกรวมไว้ในรายการท่องเที่ยวของบริษัททัวร์อีกด้วย

เมื่อเข้ามาในร้านสมบุญโภชนา จะพบว่ามีจาน "ปูผัดผงกะหรี่" วางอยู่บนทุกโต๊ะ โดยมีปูตัวใหญ่เนื้อแน่น ก้ามโต ผัดกับซอสผงกะหรี่เนื้อเนียนละเอียดและต้นหอมกับพริกชี้ฟ้า รับประทานคลุกข้าวหอมมะลิร้อนๆ ทำให้ลูกค้าไม่ยอมพลาดที่จะสั่งเมนูพิเศษนี้ทุกครั้ง จนมีเรื่องเล่าขานว่าแฟนคลับจากสิงคโปร์ท่านหนึ่ง ถึงกับทนคิดถึงรสชาติสุดแสนอร่อยไม่ไหว ต้องนั่งเครื่องบินเจ็ทส่วนตัวมาลงที่กรุงเทพฯ เพียงเพื่อมารับประทานปูผัดผงกะหรี่ระดับตำนานงานนี้ ที่สมบุญโภชนาเป็นประจำ

"ปูผัดผงกะหรี่" ของสมบุญโภชนา ได้รับการยกย่องจาก CNN สื่อดังระดับโลกว่าเป็น 1 ใน 50 เหตุผลที่กรุงเทพฯ เป็นเมืองที่น่าเที่ยวอันดับหนึ่งของโลก ด้วยการยกย่องให้ "ปูผัดผงกะหรี่" ของสมบุญโภชนา เป็นเมนูปูผัดผงกะหรี่อร่อยสุดยอดในเอเชีย"

2.2.1 เมนูแนะนำจากร้านอาหารสมบุญโภชนา มีดังนี้

1. ปูผัดผงกะหรี่



รูปภาพที่ 2.13 : ปูผัดผงกะหรี่

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ปูทะเลสดคุณภาพดีที่สุดจากอ่าวไทยตัวใหญ่เนื้อหวานแน่น ก้ามโต ผัดกับซอสผงกะหรี่ เนื้อเนียนนุ่มละมุนลิ้นและต้นหอมกับพริกชี้ฟ้า เป็นเมนูต้นตำรับที่ถูกสั่งเป็นประจำทุกโต๊ะทุกสาขาที่ร้านสมบุญโภชนา

2. กุ้งอบวุ้นเส้น



รูปภาพที่ 2.14 : กุ้งอบวุ้นเส้น

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

กุ้งอบวุ้นเส้นระดับมิชลินแนะนำให้ชิมด้วยคุณภาพและความสดของกุ้ง รวมถึงการปรุงอย่างพิถีพิถัน จึงทำให้ถูกคัดเลือกอยู่ใน Michelin Guild Bangkok 2018 (สาขาสุรวงศ์)

3. ต้มยำกุ้ง



รูปภาพที่ 2.15 : ต้มยำกุ้ง

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ต้มยำกุ้งที่ปรุงรสชาติอร่อยเข้มข้นกลมกล่อม ครบเครื่องต้นตำรับต้มยำแบบไทย เป็นเมนูที่ได้รับรางวัลอาหารถิ่นที่ห้ามพลาด ภายใต้โครงการอาหารไทยยอดเยี่ยมของจังหวัดกรุงเทพฯ จากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.)

4. ปลากระพงทอดน้ำปลา



รูปภาพที่ 2.16 : ปลากระพงทอดน้ำปลา

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ปลากระพงสดเนื้อแน่นจากแหล่งคุณภาพ ทอดในน้ำมันร้อนท่วมจนกรอบนอกนุ่มในและราดด้วยซอสน้ำปลาปรุงพิเศษหอมอร่อยรสกลมกล่อม

5. กุ้งก้ามกรามผัดพริกเกลือ



รูปภาพที่ 2.17 : กุ้งก้ามกรามผัดพริกเกลือ

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

กุ้งก้ามกรามตัวโตเนื้อสดแน่นจากแหล่งคุณภาพ ผัดคลุกเคล้ากับพริกกระเทียมและเกลือในสไลต์ต้นตำรับฮ่องกง ให้รสถึงเครื่องกลมกล่อม

6. กุ้งแม่น้ำเผา



รูปภาพที่ 2.18 : กุ้งแม่น้ำเผา

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

เมนูที่กุ้งที่ถูกสั่งเป็นประจำทุกโต๊ะที่ร้านสมบุญโภชนา หากลูกค้าพลาดเมนูนี้ก็เหมือนกับลูกค้าไม่มาถึงร้านสมบุญโภชนาก็ว่าได้

7. ปลาเต้าเตี้ย นึ่ง/ต้มเค็มบ๊วย



รูปภาพที่ 2.19 : ปลาเต้าเตี้ย นึ่ง/ต้มเค็มบ๊วย

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ปลาเต้าเตี้ยน้ำลึกจากทะเลไทย ที่มีเนื้อแน่นเนียนละเอียด เมื่อต้มหรือนึ่งกับซุปลพิเศษใส่บ๊วยและขิง จะให้รสชาติเข้มข้นชุ่มคอ กลมกล่อมจนติดใจ

8. ผัดผักนึ่งไฟแดง



รูปภาพที่ 2.20 : ผัดผักนึ่งไฟแดง

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ผัดผักงานโปรดของชาวเอเชีย ผักนึ่งคั้ดเกรดดี สดกรอบ ผัดไฟแรงกับพริกกระเทียมส่งกลิ่นหอม จนเป็นงานที่ขาดไม่ได้เมื่อมาสมบุญน์โภชนา

9. ผัดผักกระเฉด



รูปภาพที่ 2.21 : ผัดผักกระเฉด

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ยอดผักกระเฉดอ่อนคัดสรรอย่างดี สดกรอบ ผัดไฟแรงกับพริกกระเทียมส่งกลิ่นหอม
บุคลิกเฉพาะของผักกระเฉด กลายเป็นคู่แข่งผักผัดอื่นๆ ไฟแดงเลยทีเดียวนะ

10. มะเขือปลาเค็ม



รูปภาพที่ 2.22 : มะเขือปลาเค็ม

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

มะเขือยาวผัดสไตล์ฮ่องกง ผสมผสานกับปลาเค็มไทยคุณภาพดีที่สุด เสิร์ฟในกะทะร้อน
เพื่อขบแน่นกลิ่นและรสชาติพิเศษ หอมกลมกล่อม จนอยากให้อั่งต่องสั่งเมนูนี้

11. รวมมิตรทอด



รูปภาพที่ 2.23 : รวมมิตรทอด

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ทอดมันกุ้งแฮ่กิ้นและหอยจืดที่ทางร้านทำเองจากวัตถุดิบคุณภาพเนื้อกุ้งและเนื้อปูแน่นๆ เต็มคำทอดให้กรอบนอกนุ่มใน จนลูกค้าทุกคนในครอบครัวนั้นยังติดใจกลับมาใช้บริการซ้ำ

12. ซีโรงหมูอบยอดผัก



รูปภาพที่ 2.24 : ซีโรงหมูอบยอดผัก

ที่มา : www.somboonseafood.com/th

ซีโรงหมูชั้นดีปรุงอย่างพิถีพิถันเกี่ยวกับน้ำแดงนานจนนุ่ม รสชาติล้ำลึกเข้าถึงเนื้อใน เป็นอีกเมนูยอดนิยมนของทางร้าน

2.2.2 เวลาทำการให้บริการ 8 สาขาของร้านอาหารสมบุญโภชนา

1. สาขาบรรทัดทอง

895/6-12 ซอยจุฬาฯ 8 ถนนบรรทัดทอง แขวงวังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.30 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-216-4203-5

2. สาขาสุรวงศ์

169,169/7-12 ถนนสุรวงศ์ แขวงสุรวงศ์ เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500

เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.30 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-233-3104 และ 02-234-4499

3. สาขารัชดา

167/9-12 สี่แยกห้วยขวาง ถนนรัชดาภิเษก แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพฯ 10400

เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.30 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-692-6850-2

4. สาขาอุดมสุข (บางนา)

26 ซอยอุดมสุข 60 ถนนสุขุมวิท 103 แขวงหนองบอน เขตประเวศ กรุงเทพฯ 10250

เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.30 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-746-6850-2

5. สาขาสามย่าน

315 อาคารจามจุรีสแควร์ ชั้น G ถนนพญาไทย เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.30 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-160-5100

6. สาขาเซ็นทรัลเอ็มบาซซี

ชั้น 5 เซ็นทรัลเอ็มบาซซี 1031 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.30 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-160-5965-6

7. สาขาสยามสแควร์วัน (SQ1)

ชั้น 4 อาคารสยามสแควร์วัน 388 ถนนพระราม 1 แขวงปทุมวัน เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.30 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-115-1401-2

8. สาขาเซ็นทรัลเวิลด์

C602 ชั้น 6 ศูนย์การค้าเซ็นทรัลเวิลด์ เลขที่ 4,4/1-4/2,4/4 ถนนราชดำริห์ แขวงปทุมวัน เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

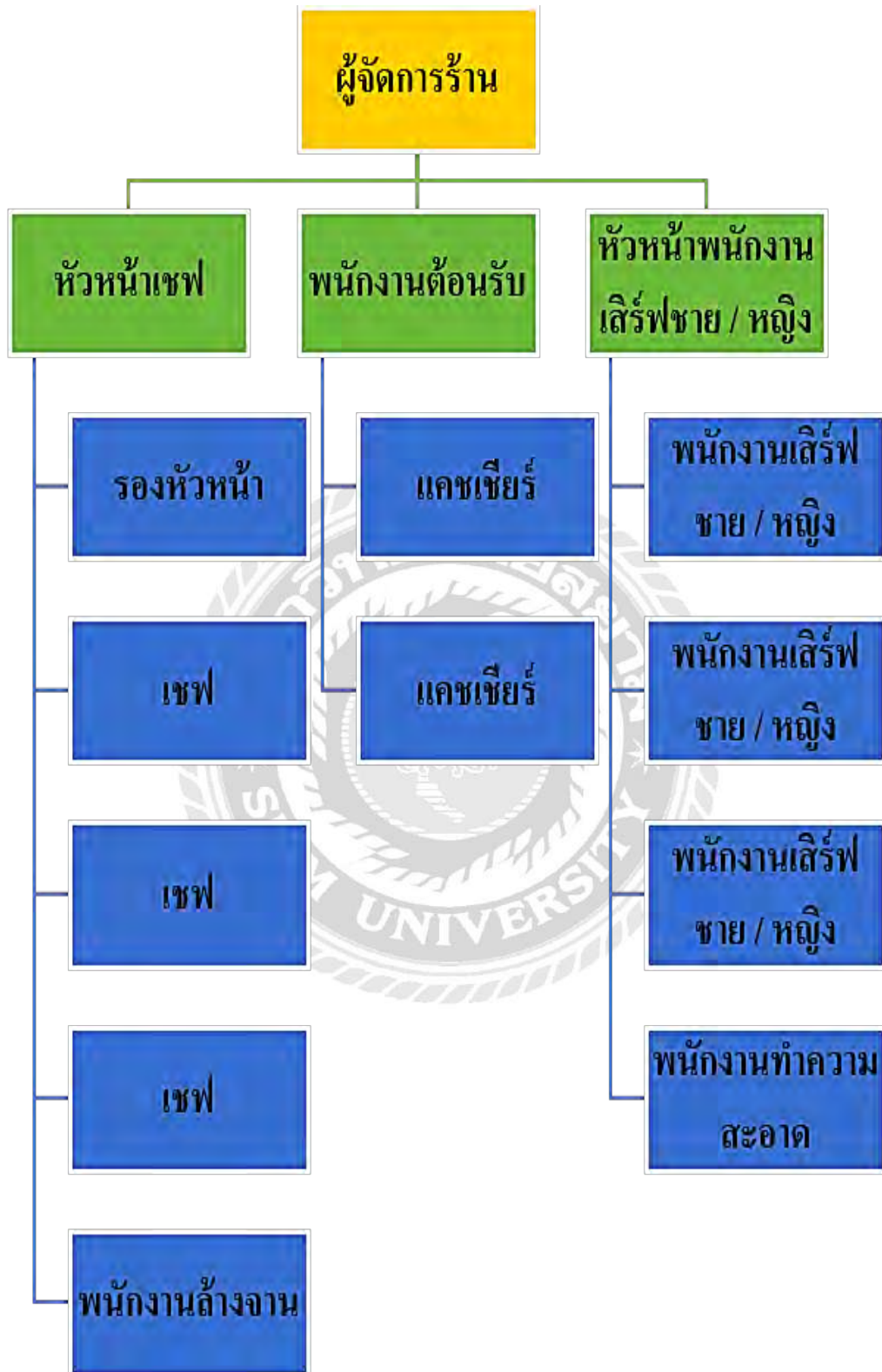
เปิดบริการ เวลา 11.00 น.

สั่งอาหารครั้งสุดท้าย เวลา 21.00 น.

ปิดบริการ เวลา 22.00 น.

เบอร์โทรศัพท์ : 02-090-6602

2.3 แผนผังองค์กร



รูปภาพที่ 2.25 : แผนผังองค์กร

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

2.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย

- ชื่อผู้ที่ปฏิบัติงาน : นางสาวศิริรัตน์ โคจ่านงค์
 ตำแหน่ง/ส่วนงาน : พนักงานต้อนรับ
 ระยะเวลาปฏิบัติงาน : ระหว่างวันที่ 22 พฤษภาคม 2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน 2566



รูปภาพที่ 2.26 : นักศึกษาสหกิจศึกษา

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

ลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย

1. รับสายลูกค้าและจองโต๊ะ
2. รับออเดอร์ลูกค้าผ่านออนไลน์ ออฟไลน์และให้ข้อมูลต่างๆ ให้กับลูกค้า
3. ต้อนรับลูกค้า
4. รับออเดอร์หรือคำสั่งที่เกี่ยวกับอาหารและเครื่องดื่มของลูกค้า
5. นำอาหารและเครื่องดื่มไปเสิร์ฟ
6. เก็บโต๊ะเมื่อลูกค้ารับประทานอาหารเสร็จแล้ว
7. จัดอุปกรณ์ เช็ดทำความสะอาดอุปกรณ์ต่างๆ

2.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา

ชื่อ-นามสกุล	: คุณนันภัท หาทร์ชัย
ตำแหน่ง/ส่วนงาน	: พนักงานต้อนรับ
อีเมล	: nannapashasap@gmail.com
โทรศัพท์	: 081-448-2864



รูปภาพที่ 2.27 : พนักงานที่ปรึกษา
ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

2.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ในการปฏิบัติงาน โครงการสหกิจศึกษา ได้ใช้เวลาในการปฏิบัติงานในภาคเรียนที่ 3 ปีการศึกษา 2565 เริ่มปฏิบัติงานตั้งแต่วันที่ 22 พฤษภาคม 2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน 2566 เป็นระยะเวลา 15 สัปดาห์ ภายใน 1 วันทำงาน 9 ชั่วโมงรวมเวลาพัก ซึ่งจะปฏิบัติงาน 5 วันต่อสัปดาห์ วันหยุด 2 วันต่อสัปดาห์

2.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

2.7.1 ศึกษาข้อมูลวิธีการดำเนินงาน ข้อมูลต่างๆ จากประสบการณ์ ปฏิบัติงานจริงที่ได้รับจากการปฏิบัติงานและสอบถามจากพนักงานที่ปรึกษาและเพื่อนร่วมงาน

2.7.2 กำหนดหัวข้อ โครงการและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับเมนูข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

2.7.3 คัดกรองข้อมูลที่ได้รับมาทั้งหมด จากแหล่งอ้างอิงที่น่าเชื่อถือต่างๆ เพื่อนำมาคัดเลือกให้เหมาะสมและถูกต้องที่สุด

2.7.4 ตรวจสอบความถูกต้อง โดยการนำข้อมูลทั้งหมดที่คัดเลือกไว้ทบทวนและเรียบเรียงอีกครั้งและให้พนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องและนำคำแนะนำเพิ่มเติมมาแก้ไขในส่วนที่ไม่ถูกต้อง

2.7.5 เมื่อได้ปรึกษาจากทางพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นที่เรียบร้อยแล้ว จึงเริ่มศึกษา

2.7.6 เรียบเรียงและนำเสนอผลงานที่ปรึกษาอาจารย์ โดยนำข้อมูลที่ได้ผ่านการตรวจสอบ จัดทำมาเป็นรูปเล่ม โครงงานและส่งให้พนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาอีกครั้ง เพื่อไม่ให้เกิด ความผิดพลาด

2.7.7 วิเคราะห์ข้อมูล โดยการนำแบบสอบถามมาประเมินและวิเคราะห์ระดับความ พึงพอใจของผู้ตอบแบบสอบถาม

2.7.8 สรุปและจัดทำรายงาน โดยการนำข้อมูลทั้งหมดนำมาสรุปผลและเรียบเรียง เพื่อนำไปประกอบเป็นรูปเล่ม โครงงาน เพื่อในการนำไปเผยแพร่และการนำเสนอต่อไป

ตารางที่ 2.1 : แสดงระยะเวลาในดำเนินงานของโครงงาน

ขั้นตอนการดำเนินงาน	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
1. ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหา	→				
2. คิดหัวข้อและนำเสนอหัวข้อ โครงงาน	→				
3. ค้นคว้าข้อมูลและดำเนินการตามหัวข้อที่เสนอไว้		→			
4. จัดเตรียมวัสดุคืบและอุปกรณ์		→			
5. ทดลองทำผลิตภัณฑ์		→	→		
6. นำผลิตภัณฑ์ที่ได้ไปทดลองชิม			→	→	
7. จัดทำแบบประเมินเพื่อทำการสำรวจ			→	→	
8. จัดทำรูปเล่ม โครงงาน				→	→

2.8 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

หลังจากที่ได้เข้าปฏิบัติงานในตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ผู้จัดทำได้เรียนรู้ถึงระบบการทำงานที่เกี่ยวข้องกับหลากหลายตำแหน่งในองค์กร ทำให้ได้เรียนรู้หลากหลายในระยะเวลา 15 สัปดาห์ สิ่งที่ได้รับการปฏิบัติงานในครั้งนี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้และสามารถนำไปพัฒนาตนเอง ให้มีความพร้อมในการทำงานอนาคตต่อไป ไม่ว่าจะเป็นความรู้และความเข้าใจรวมไปถึงความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายและมีระเบียบวินัย ความอดทนการทำงานร่วมกับผู้อื่น สามารถทำงานภายใต้แรงกดดันได้ดี รวมไปถึงในสถานการณ์การแก้ไขเฉพาะหน้าในสถานที่ไม่เคยคาดคิดได้พัฒนาบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ที่ดีมากขึ้น

2.9 ข้อเสนอแนะการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

2.9.1 การสื่อสารและการพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงาน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมาก เพื่อให้งานบรรลุเป้าหมายเดียวกันกับการทำให้งานสำเร็จไปได้ด้วยดีและไม่มีข้อบกพร่อง

2.9.2 มีสติและรอบคอบในการทำ เพื่อลดปัญหาที่ผิดพลาดนั้น เมื่อเกิดปัญหาแล้วต้องรีบแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าได้ทันที

2.9.3 มีความตั้งใจในการทำงานเรียนรู้และจดจำ คำแนะนำของพนักงานที่ปรึกษาและนำมาพัฒนาตนเองให้ทำงานได้มีศักยภาพมากขึ้น



บทที่ 3

การทบทวนเอกสาร/วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

จากการที่ผู้จัดทำโครงการเรื่อง "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ" โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อนำเสนอรายการของหวานที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากขนมไทยที่มีชื่อเสียง เพื่อสร้างสรรค์เมนูข้าวเหนียวแนวใหม่ในรายการของหวานในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์และเพื่อให้เกิดประโยชน์และเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับสถานประกอบการ ดังนั้น ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร บทความ วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

3.1 ประวัติความเป็นมาของข้าวเหนียว

3.2 ประเภทของข้าวเหนียว

3.3 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในเมนู "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ"

3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 ประวัติความเป็นมาของข้าวเหนียว

JOM (2560) ได้กล่าวว่า ข้าวเหนียว (Glutinous Rice) เป็นข้าวชนิดหนึ่ง เป็นพื้นตระกูลหญ้า มีอายุสั้นเพียงฤดูเดียว เจริญเติบโตได้ง่ายๆ เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก ลำต้นตั้งตรง ลำต้นมีลักษณะกลมๆ มีข้อและปล้องกลาง ช่วงโคนต้นมีข้อและปล้องสั้นกว่าและยาวขึ้นเรื่อยๆ มีเปลือกหนา มีขนหยาบๆ ปกคลุม ต้นมีสีเหลืองนวล สีเขียว ผลเป็นเมล็ด อยู่เป็นช่อ มีลักษณะทรงรีเล็กๆ มีเปลือกแข็งแห้งหุ้มเมล็ด เปลือกเมล็ดอ่อนมีสีเขียว เปลือกเมล็ดแก่มีสีเหลืองทอง สีม่วงแดงตามสายพันธุ์ ช้างในมีเมล็ดแข็งมาก มีสีขาวปนสีดำ ตามสายพันธุ์ ข้าวเหนียวสุกแล้ว เมล็ดจะเหนียวติดกันเหมือนกาว มีกลิ่นหอม มีถิ่นกำเนิดอยู่ในทวีปเอเชีย มีปลูกกันในเขตร้อนหลายประเทศทั่วโลก ในประเทศไทยมีปลูกหลายสายพันธุ์ มีประโยชน์และสรรพคุณ ทางยาหลายอย่าง นำมารับประทานนำมาประกอบอาหารต่างๆ หลายเมนู

พืชผักสมุนไพร

ชื่อไทย	:	ข้าวเหนียว
ชื่อสามัญ	:	Glutinous Rice
ชื่ออื่นๆ	:	Sticky Rice, Waxy Rice, Sweet Rice
ชื่อทางวิทยาศาสตร์	:	Oryza Sativa Var. Glutinosa
ชื่ออยู่ในวงศ์	:	Poaceae



รูปภาพที่ 3.1 : ข้าวเหนียว

ที่มา : <https://www.thai-thaifood.com/th/ข้าวเหนียว/>

ข้าวเหนียว (Khao-Neaw) เป็นข้าวชนิดหนึ่ง เป็นพืชตระกูลหญ้า มีอายุสั้นเพียงฤดูเดียว เจริญเติบโตได้ง่ายๆ เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก ลำต้นตั้งตรง ลำต้นมีลักษณะกลมเล็กๆ มีข้อและปล้อง กลวง ช่วงโคนต้นมีข้อและปล้องสั้นกว่าและยาวขึ้นเรื่อยๆ มีเปลือกหนา มีขนหยาบๆ ปกคลุม ต้นมีสีเหลืองนวล สีเขียว ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้ามสลับกัน ใบมีลักษณะยาวรี ขอบใบเรียบ มีเส้นกลางใบตามยาวเห็นชัด ก้านใบออกหุ้มรอบๆ ลำต้น มีขนเล็กๆ ปกคลุม ผิวใบสากมือ มีสีเขียว ผลเป็นเมล็ด อยู่เป็นช่อ มีลักษณะทรงรีเล็กๆ มีเปลือกแข็งแห้งหุ้มเมล็ด เปลือกเมล็ดอ่อน มีสีเขียว เปลือกเมล็ดแก่มีสีเหลืองทอง สีม่วงแดง ตามสายพันธุ์ ช้างในมีเมล็ดแข็งมาก มีสีขาวขุ่น สีดำ ตามสายพันธุ์ ข้าวเหนียวหุงสุกแล้ว เมล็ดจะเหนียวติดกันเหมือนกาว มีกลิ่นหอม นำมาประกอบอาหารต่างๆ หลายเมนู ในประเทศไทยมีการปลูกหลายสายพันธุ์ เมล็ดข้าวเหนียวมีสองชนิดคือ ข้าวเหนียวดำและข้าวเหนียวขาว

3.1.1 ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ข้าวเหนียว

- ลำต้น

เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก เป็นพืชตระกูลหญ้า มีอายุสั้นเพียงฤดูเดียว ลำต้นตั้งตรง ลำต้นมีลักษณะกลมเล็กๆ มีข้อและปล้องกลวง ช่วงโคนต้นมีข้อและปล้องสั้นกว่าและยาวขึ้นเรื่อยๆ มีเปลือกหนา มีขนหยาบๆ ปกคลุม ต้นมีสีเหลืองนวล สีเขียว

- ใบ

เป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้ามสลับกัน ใบมีลักษณะยาวรี ขอบใบเรียบ มีเส้นกลางใบตามยาวเห็นชัด ก้านใบออกหุ้มรอบๆ ลำต้น มีขนเล็กๆ ปกคลุม ผิวใบสากมือ มีสีเขียว

- ราก

เป็นระบบรากฝอย มีลักษณะกลมเล็กๆ แทงลงในดิน มีรากออกที่ข้อลำต้นที่อยู่ใต้ดิน ออกบริเวณรอบๆ ลำต้นมีสีน้ำตาล

- ดอก

ออกเป็นช่อ ออกปลายยอด ก้านช่อดอกยาว มีดอกย่อยจำนวนมาก มีลักษณะทรงรีเล็กๆ มีสีขาว มีเกสรสีเหลืองเบาปลิวกระจายได้ ก้านช่อดอกสั้น

- ผล

เป็นเมล็ด อยู่เป็นช่อ มีลักษณะทรงรีเล็กๆ มีเปลือกแข็งแห้งหุ้มเมล็ด เปลือกเมล็ดอ่อนมีสีเขียว เปลือกเมล็ดแก่มีสีเหลืองทอง สีม่วงแดง ตามสายพันธุ์ ข้างในมีเมล็ดแข็งมาก มีสีขาวขุ่น สีดำ ตามสายพันธุ์ ข้าวเหนียวหุงสุกแล้ว เมล็ดจะเหนียวติดกันเหมือนกาว มีกลิ่นหอม

3.1.2 การปลูกและขยายพันธุ์ข้าวเหนียว

ข้าวเหนียวเป็นพืชที่เจริญได้ในดินแทบทุกชนิด ดินร่วนปนทรายจะเจริญเติบโตได้ดี ควรปลูกในฤดูฝนจะดี การปลูกจะนิยมปลูกโดยใช้วิธีการขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด เตรียมดินให้พร้อม โดยนำเมล็ดพันธุ์ มาปลูกในแปลงที่เตรียมไว้ โดยหว่านลงไปให้กระจายให้ทั่วๆ ในแปลง

3.1.3 วิธีดูรักษาข้าวเหนียว

ข้าวเหนียวเจริญเติบโตได้ง่ายๆ เป็นพืชที่สามารถเจริญได้ในน้ำขังและในที่แห้ง ไม่มีน้ำขัง โคนแตกได้ตลอดวัน จะทำให้โตได้เร็ว

3.1.4 การเก็บเกี่ยวผลผลิตข้าวเหนียว

การเก็บเกี่ยวผลผลิตข้าวเหนียว มีอายุประมาณ 4-6 เดือน หลังปลูกลงในแปลงตามสายพันธุ์ เมล็ดข้าวมีสีเหลืองทอง สีม่วงแดง ตามสายพันธุ์ จะสามารถเก็บเกี่ยวได้ เก็บเกี่ยวด้วยรถ หรือ ด้วยมือตามสะดวก แล้วนำเมล็ดมาตากแดดให้แห้ง

3.1.5 วิธีเก็บรักษาข้าวเหนียว

นำเมล็ดข้าวเหนียว แล้วนำมาตากแดดให้แห้ง แล้วนำมาเก็บในภาชนะที่เตรียมไว้ แล้ววางในอากาศที่ถ่ายเทได้สะดวก ในที่แห้งไม่ชื้น จะเก็บรักษาไว้ได้นาน

3.2 ประเภทของข้าวเหนียว

Writer (2564) ได้กล่าวว่า สายพันธุ์ข้าวเหนียวที่ปลูกในทุกภูมิภาคของประเทศไทย มีดังนี้

1. ข้าวกำลังิฝัว จะเป็นพันธุ์ข้าวเหนียวนาปีของกลุ่มชาติพันธุ์ชาวม้ง จังหวัดตาก รวงมีสีดำ เมล็ดข้าวเปลือกสีฟางแถบดำ คุณภาพการสีดี ได้ข้าวเต็มเมล็ด มีสีม่วงดำทั้งเยื่อหุ้มเมล็ด และเนื้อเมล็ด ฝิวมัน เมื่อหุงสุกแล้วจะมีกลิ่นหอม รสชาติอร่อย เมื่อเคี้ยวจะรู้สึกกรุบ มีความมัน ภายในนุ่มเหนียว ข้าวกล้องจะมีความแข็ง มีเส้นใยอาหารสูงส่งผลดีต่อระบบการขับถ่าย สำหรับผู้สูงอายุอาจจะแข็งเคี้ยวยากเกินไป มีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีกรดไขมันไม่อิ่มตัว เช่น โอเมก้า 3 โอเมก้า 6 และ โอเมก้า 9 มีวิตามิน อี ธาตุเหล็ก แคลเซียม แมกนีเซียม มีฤทธิ์ต่อต้านอนุมูลอิสระ



รูปภาพที่ 3.2 : ข้าวกำลังิฝัว

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

2. ข้าวเหนียวเหมยนอง จะนิยมปลูกมากในทางภาคเหนือ ชาวบ้านนิยมปลูกไว้กิน เป็นสายพันธุ์หลัก ข้าวเปลือกสีฟางกระน้ำตาล ก้นจุด ให้ผลผลิตสูง เมล็ดอ้วนป้อม มีขนาดใหญ่ คุณภาพข้าวสุก เหนียวนุ่ม แต่ถ้าอุ้นซ้ำจะมีความเหนียวค่อนข้างมาก ปัจจุบันจะปลูกไว้เลี้ยงไก่ชน



รูปภาพที่ 3.3 : ข้าวเหนียวเหมยนอง

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

3. ข้าวเหนียวเขาวงกาฬสินธุ์ จะปลูกในพื้นที่อำเภอเขาวงและในบางตำบลของอำเภอกุฉินารายณ์ จังหวัดกาฬสินธุ์ แหล่งปลูกบริเวณดังกล่าวจะมีแคลเซียมและซิลิกอนสูงจึงทำให้ได้ผลผลิตดี ข้าวเปลือกเป็นสีน้ำตาล เมล็ดข้าวสารมีสีขาวนวล เมื่อนึ่งสุกจะมีความหอมและนุ่มไม่แฉะติดมือ ถึงแม้จะทิ้งไว้ให้เย็นก็ยังคงมีความอ่อนนุ่มอยู่



รูปภาพที่ 3.4 : ข้าวเหนียวเขาวงกาฬสินธุ์

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

4. ข้าวเหนียวพันธุ์เขี้ยว จะ เป็นข้าวพันธุ์พื้นเมืองดั้งเดิม พบปลูกมาในจังหวัดเชียงรายและพื้นที่ใกล้เคียงในภาคเหนือ เปลือกเมล็ดมีสีฟาง ก้นจืด ข้าวกล้องสีน้ำตาล ข้าวสารมีสีขาวขุ่น ขนาดเมล็ดเล็ก เรียวยาว เมื่อนึ่งสุกแล้วมีสีขาว ข้าวเกาะตัวเหนียวแต่ไม่แฉะ ผิวเลื่อมมัน เนื้อสัมผัสนุ่มและมีกลิ่นหอม นิยมนำไปทำเป็นข้าวเหนียวมูน หรือ ทำขนมไทยเป็นข้าวเหนียวหน้าต่างๆ เป็นพันธุ์ข้าวเหนียวที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในปัจจุบัน



รูปภาพที่ 3.5 : ข้าวเหนียวพันธุ์เขี้ยว

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

5. ข้าวเหนียวสันป่าตอง จะเป็นข้าวพันธุ์พื้นเมืองที่นิยมปลูกแถบภาคเหนือและภาคอีสาน เมล็ดข้าวเปลือกสีน้ำตาล ยอดเมล็ดสีฟาง มีขนที่เปลือกเมล็ด ให้ผลผลิตดี ข้าวที่ขัดสีออกมาเมล็ดสวยเต็มเมล็ด มีความอ่อนนุ่ม ข้าวกล้องสามารถหุงกินได้แบบข้าวเจ้า มีความนุ่มเหนียว เคี้ยวหนึบ รสชาติอร่อยเป็นเอกลักษณ์ ถึงแม้ทิ้งให้เย็นก็ยังนุ่มอยู่ จึงเป็นอีกหนึ่งพันธุ์ที่นิยมรับประทานกัน



รูปภาพที่ 3.6 : ข้าวเหนียวสันป่าตอง

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

6. ข้าวดำพันธุ์พื้นเมือง จะปลูกในเขตภาคเหนือตอนบน คือ จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ลำปาง ลำพูน แพร่ น่าน พะเยาและแม่ฮ่องสอน ลำต้นมีลักษณะเป็นสีม่วง สีม่วงปนเขียว หรือ สีเขียว เมล็ดข้าวเปลือกสีฟ้า หรือ ฟ้าอมม่วง เมื่อสีออกมาจะได้เมล็ดข้าวสีม่วง หรือ สีดำ มีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีสารแกมมาโอไรซานอลในส่วนของผิวข้าวที่ยังไม่ขัดสี สารแอนโทไซยานิน มีฤทธิ์เป็นสารต้านอนุมูลอิสระและมีวิตามิน อี ช่วยส่งเสริมการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกาย



รูปภาพที่ 3.7 : ข้าวดำพันธุ์พื้นเมือง

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

7. ข้าวเจ้าแตก จะเป็นข้าวเหนียวประจำภาคอีสาน มีถิ่นกำเนิดอยู่ที่จังหวัดนครพนมให้ผลผลิตที่สูงมาก ข้าวเปลือกสีน้ำตาลอ่อนมีขนสั้น เมล็ดค่อนข้างป้อม ข้าวกล้องสีขาวอมน้ำตาลอ่อน ข้าวสารสีขาวขุ่น เมื่อนำไปหุงจะมีกลิ่นหอม รสหวานเล็กน้อย มีความเหนียว อ่อนนุ่มมาก แม้ทิ้งไว้จนเย็นแล้วก็ยังคงความนุ่มอยู่



รูปภาพที่ 3.8 : ข้าวเจ้าแตก

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

8. ข้าวเหนียวก่ำกัญญา จะเป็นข้าวนาปี ปลูกได้ในนาลุ่มและนาดอน เป็นข้าวไวต่อช่วงแสง มีลำต้น ใบและเปลือกสีดำ เมล็ดสั้นมีสีดำ รสออกมันขม มีสรรพคุณทางยาเพราะมีธาตุเหล็กสูง ช่วยบำรุงเลือด ป้องกันโรคโลหิตจาง มีสารต้านอนุมูลอิสระ ปัจจุบันหารับประทานได้ยาก



รูปภาพที่ 3.9 : ข้าวเหนียวก่ำกัญญา

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

9. ข้าวเหนียวดำหอม ข้าวเหนียวพันธุ์พื้นเมืองทางภาคใต้ นิยมปลูกบริเวณจังหวัด กระบี่ นครศรีธรรมราช พัทลุง สงขลา ปัตตานี ข้าวเปลือกสีฟางกระน้ำตาล เมล็ดค่อนข้างป้อม มีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีแคลเซียม ธาตุเหล็ก ธาตุ สังกะสี มีสารต้านอนุมูลอิสระสูง มีวิตามินบี 1 วิตามินบี 3 และวิตามินบี 6 ช่วยสร้างภูมิคุ้มกัน กระตุ้นการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกาย เมื่อนึ่งสุกมีลักษณะอ่อนนุ่ม นิยมใช้ในงานบุญและพิธีกรรมต่างๆ มีราคาจำหน่ายสูงกว่าข้าวขาวทั่วไป



รูปภาพที่ 3.10 : ข้าวเหนียวดำหอม

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

10. ข้าวคอเชียงราย จะเป็นข้าวเหนียวพันธุ์พื้นเมือง เป็นพันธุ์ที่ไม่อาศัยแสง ไม่อาศัยฤดูกาล ใช้วิธีนับอายุเก็บเกี่ยวให้ผลผลิตต่อไร่สูง คุณภาพการหุงต้มดี เหนียวนุ่ม มีกลิ่นหอม รับประทานอร่อย ปัจจุบันมีการณรงค์ให้ปลูกเพื่อการอนุรักษ์ เป็นข้าวพื้นเมืองที่เกือบจะสูญหายไปจากท้องถิ่น



รูปภาพที่ 3.11 : ข้าวคอเชียงราย

ที่มา : <https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>

3.3 สรรพคุณของวัตถุดิบที่ใช้ในเมนู "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ"

3.3.1 ข้าวเหนียวมูน

Weina Fomedajs (2559) ข้าวเหนียวมูน เป็นขนมไทยของภาคกลาง ขนมนส่วนใหญ่จะทำมาจากข้าวเจ้า ข้าวเหนียวมูนเป็นอาหารที่คนไทยนิยมรับประทานกันมานาน แต่จะทำอย่างไรให้ข้าวเหนียวมูนนั้นมีรสชาติที่อร่อย จะมีเทคนิคในการทำที่แตกต่างกันออกไป หากหัวใจสำคัญของทำข้าวเหนียวมูนคือ ต้องมีรสชาติที่เข้มข้นทั้งความหวาน ความมันและความหอม



รูปภาพที่ 3.12 : ข้าวเหนียวมูน

ที่มา : <https://www.slideshare.net/weinanena/ss-66431045>

ประโยชน์ของข้าวเหนียวมูน

ข้อดี

- ข้าวเหนียวมี 2 สีคือ สีขาวและสีดำแต่ข้าวเหนียวดำจะมีสารอาหารที่เป็นประโยชน์มากกว่าข้าวเหนียวขาว สารอาหารที่ว่าคือ "โอพีซี" มีสรรพคุณช่วยชะลอการแก่ก่อนวัยและความเสื่อม ถอยของร่างกาย โดยสารโอพีซีที่พบในข้าวเหนียวดำ เป็นสารชนิดเดียวกับสารสกัดที่ได้จากองุ่นดำและองุ่นแดง เปลือกสนทั้งนี้ สารโอพีซียังพบในแอปเปิ้ลแดง แอปเปิ้ลฟูจิ มะเขือม่วง หอมแดง ถั่วแดง ถั่วดำ มันสีม่วง ลูกหว้า ชมพู่มะเหมี่ยว

ข้อเสีย

- ข้าวเหนียวให้พลังงานที่เยอะ จะให้อินมูลติสระเยอะตามไปด้วย เมื่อกินในปริมาณมากไป จะทำให้ง่วงนอน นอกจากนี้ในข้าวเหนียว โดยเฉพาะข้าวเหนียวขาวยังมีสารกลูเต็น ซึ่งเป็นสารที่ทำให้เกิดความเหนียวหนืด อาจทำให้บางคนเกิดอาการแพ้ได้ ในกรณีผู้สูงอายุและเด็ก อาจจะทำให้ติดคออุดตันลำไส้ หรือ ทำให้อึดอัดท้อง ระบบทางเดินอาหารไม่ปกติได้ ดังนั้น ในผู้ที่มีปัญหา ระบบการย่อยอาหารไม่ดี เป็นโรคเบาหวาน ไม่ควรกินข้าวเหนียวในปริมาณมากและควรเน้นไปที่ข้าวเหนียวดำและกินข้าวเหนียวทุกครั้งควรเคี้ยวให้ละเอียด เพื่อจะได้ย่อยง่ายขึ้น และควรกินในตอนเช้าจะเหมาะสมกว่าในตอนเย็น

3.3.2 เผือก

"เผือก" (Taro) พืชเศรษฐกิจชนิดหนึ่งที่นิยมปลูกและรับประทานกันทั่วโลก มีรสชาติมันอมหวานนิดๆ เผือกเป็นอาหารที่อุดมไปด้วยสารอาหารแบบเดียวกับอาหารในกลุ่มคาร์โบไฮเดรตทั้งหลาย รับประทานอ้อมและได้ประโยชน์เหมือนกับข้าว แต่เผือกสามารถนำมาปรุงอาหารได้หลากหลายชนิดมากกว่าทั้งอาหารคาวและอาหารหวาน

ประโยชน์และสรรพคุณของเผือก

1. เผือกมีสรรพคุณใช้บำรุงกำลัง สำหรับผู้ป่วย ผู้ที่ร่างกายอ่อนแอ โดยนำมาปรุงอาหารหรือต้มรับประทาน เผือกจะช่วยบำรุงธาตุ บำรุงกำลัง ทำให้มีแรง ช่วยฟื้นฟูร่างกาย
2. เผือกใช้ทานลดไข้ นำเผือกมาต้มผสมกับข้าวสวย โดยต้มให้นิ่มและเหมือนโจ๊ก ทานช่วยลดไข้ได้ดี
3. เผือกช่วยป้องกันฟันผุ เนื่องจากเผือกมีฟอสฟอรัสสูงมาก จึงช่วยป้องกันฟันผุ นอกจากนี้ยังบำรุงฟันและกระดูกให้แข็งแรงอีกด้วย
4. เผือกแก้พิษแมลงสัตว์กัดต่อย โดยการนำหัวเผือกมาโขลกผสมน้ำมันงา หรือเอาน้ำยางจากเผือกมาทาบริเวณที่โดนกัดต่อย ช่วยลดอาการปวดบวมและอักเสบได้
5. เผือกแก้ท้องเสีย การทานเผือกเมื่อท้องเสียจะช่วยบรรเทาอาการท้องเสียและช่วยบำรุงลำไส้ได้
6. เผือกแก้ปวดเมื่อย นำหัวเผือกไปโขลกผสมกับน้ำมันงา นำไปทา บรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เส้นเอ็นและกระดูก
7. เผือกแก้โรคผิวหนัง โดยการนำใบมาต้มกับน้ำแล้วมาผสมกับน้ำใช้อาบ



รูปภาพที่ 3.13 : เผือกสมบุรณ์

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

3.3.3 สังกยาไขโบราณ

เมื่อพูดถึงการใช้วัตถุดิบของเมนูสังขยาไขหลายคนอาจจะยังไม่รู้ว่าส่วนประกอบของเมนูนี้มีอะไรบ้าง วิธีทำสังขยาไขให้อร่อยได้นั้นต้องใช้ไขเปิดแบบสดใหม่ น้ำตาล ไข่เคียวสด และกะทิสด หรือถ้าหากว่าใครอยากเพิ่มมะพร้าวอ่อนลงไปก็สามารถใส่ลงไปด้วยได้เช่นกัน ซึ่งวัตถุดิบทุกอย่างนั้นเป็นวัตถุดิบที่พื้นบ้านมากๆ แถมยังหาซื้อได้ตามท้องตลาดทั่วไปอีกด้วย

การเลือกไขเป็นเพื่อทำสังขยาไขต้องเลือกไขที่สดใหม่ออกจากฟาร์มหรือเล้ามาหมาดๆ เพื่อให้สีของไขเป็นนํ้ายังคงดูสดและนำไปทำเนื้อสังขยาไขได้นวลมากยิ่งขึ้น ส่วนน้ำตาลที่ใช้ถ้าจะให้เนาะนํ้าก็จะต้องใช้น้ำตาลมะพร้าวจะดีที่สุด เพราะน้ำตาลชนิดนี้จะมีกลิ่นหอมที่เฉพาะตัวมากกว่าน้ำตาลชนิดอื่น อีกหนึ่งข้อสำคัญเพื่อทำให้สังขยามีกลิ่นหอมกว่าปกติคือการใช้ไข่เคียวในการขยำไขและส่วนประกอบอื่นๆ ให้เข้ากัน

วิธีทำสังขยาไขโบราณ

1. ทำการตอกไข่ใส่กะละมังใบกว้างๆ หน่อย จากนั้นทำการใส่น้ำตาลมะพร้าวตามลงไป แล้วจึงทำการมัดไข่เคียวลงไปขยำกับไข่และน้ำตาลจนกว่าเนื้อไข่จะฟูขึ้น
2. นำแป้งข้าวเจ้าเทลงไปลงในกะทิแล้วคนให้แป้งละลาย จากนั้นจึงค่อยๆ เทกะทิใส่ลงไป ไข่ คนจนเข้ากันอีกครั้ง
3. ทำการกรองเนื้อขนมด้วยกระชอน
4. เทขนมใส่ในภาชนะแบบที่ต้องการ แล้วนำไปนึ่งในซึ้งด้วยไฟอ่อนๆ ประมาณ 20-30 นาทีหรือจนกว่าสังขยาจะสุก



รูปภาพที่ 3.14 : สังกยาไขโบราณ

ที่มา : <https://pantip.com/topic/40723926>

3.3.4 หน้าปลาแห้ง

วิธีการทำปลาแห้ง

1. นำปลาสด มาล้างทำความสะอาด ขอดเกล็ด ตัดหัวออก จากนั้น เอาไส้ และเครื่องใน ออกให้หมด เตรียมไว้
2. นำปลา มาผ่าซีกให้แบบออก
3. เตรียมซอผสม นำเครื่องปรุงน้ำปลา ผลชูรส น้ำตาลทราย กระเทียมและพริกไทย ผสม ให้เข้ากัน
4. จากนั้น นำปลาที่ทำเตรียมไว้ หมักกับเครื่องปรุง ทิ้งไว้ประมาณ 30 นาที
5. นำปลาที่หมักได้ที่แล้ว ไปตากแดด 1-2 แดด จนปลาแห้ง พร้อมนำไปทำอาหารได้เลย

ประโยชน์และสรรพคุณของหน้าปลาแห้ง

1. มีแคลเซียมสูง จากก้างปลาที่ถูกอบจนแห้ง ช่วยบำรุงรักษากระดูก และฟัน ให้มีความแข็งแรงและป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุนด้วย
2. เสริมสร้างและซ่อมแซมกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย
3. ช่วยบำรุงสายตา ระบบการมองเห็น ให้สามารถทำงานได้เป็นปกติ
4. ช่วยทำให้สมองทำงานได้ดีขึ้น
5. ลดอาการอักเสบ ที่บริเวณส่วนต่างๆ ของร่างกาย
6. ลดโอกาสความเสี่ยง ที่จะทำให้เกิดเป็นโรคหัวใจ
7. ป้องกันการเกิดเส้นเลือดอุดตัน ซึ่งเป็นสาเหตุ ที่อาจจะทำให้เกิดภาวะหัวใจวายได้
8. ช่วยลดอาการของผู้ที่ป่วย โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง
9. ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งได้



รูปภาพที่ 3.15 : หน้าปลาแห้ง

ที่มา : https://www.sentangsedtee.com/food-recipes-for-job/article_96495

3.3.5 ใบตอง

ใบตอง หรือ ใบของต้นกล้วยที่นิยมนำมาห่อขนมมีทั้งใบจากกล้วยตานีและใบจากต้นกล้วยน้ำว้า ซึ่งใบตองทั้งสองชนิดนี้มีคุณสมบัติที่แตกต่างกันอย่างชัดเจนเลยล่ะ รวมถึงสีและขนาดของใบด้วย หากเราเลือกใช้ใบตองให้ถูกประเภท มีดังนี้

1. ใบตองกล้วยตานี

- เป็นใบตองที่โดดเด่นในเรื่องความเหนียวนุ่ม ไม่เปราะ หรือ แตกง่าย มีสีเขียวเข้มชัดเจน หน้าใบกว้างจึงทำให้สามารถนำมาใช้งานได้อย่างดีเยี่ยม เหมาะแก่การนำใบตองตานีมาทำเป็นงานประดิษฐ์ที่ต้องการความแข็งแรงคงทนสูง ผิวของใบตองตานีมีความแวววาวสวยงาม ถ้าถามว่าใบตองตานีสามารถนำมาห่ออาหาร

2. ใบตองกล้วยน้ำว้า

- ด้วยความกว้างของหน้าใบของใบตองชนิดนี้ เรียกได้ว่าแพ้ใบตองตานีอยู่มาก ค่อยข้างเปราะและแตกง่าย สีของใบตองตานีเป็นสีเขียวอ่อน เหมาะแก่การนำมาห่ออาหาร ทำเป็นภาชนะสำหรับของหวาน ผิวของใบตองกล้วยน้ำว้ามีความด้านกว่า ใบตองกล้วยตานี

กระทงแบบหนึ่งกลัดเป็นกระทงแบบแรกที่ทำง่าย ใช้เพียงแค่การกลัดไม้กลัดแค่หนึ่งครั้งก็สามารถทำให้ใบตองกลมๆ กลายร่างเป็นกระทง เป็นภาชนะใส่อาหารและขนมสมัยก่อนใช้การทำกระทงแบบหนึ่งกลัดแบบนี้สำหรับการใส่ขนมตะโก้ แต่ปัจจุบันไม่นิยมใช้กันแล้วหันมาใช้กระทงใบเตยที่ให้ความหอมอ่อนๆ กับขนม หรือใช้กระทงในแบบอื่นๆ แทน



รูปภาพที่ 3.16 : ใบตอง

ที่มา : <https://www.baanlaesuan.com/134618/diy/diy101/food-container-made-by-banana-leave>

3.3.6 ไบเตย

ไบเตยเป็นพืชที่คนไทยรู้จักกันเป็นอย่างดีมาตั้งแต่สมัยโบราณแล้ว เพราะได้นำมาใช้ประโยชน์ต่างๆ มากมาย โดยเฉพาะส่วนของใบที่เราเรียกว่า ไบเตย จึงทำให้เรียกพืชชนิดนี้ติดปากกันมาจนถึงปัจจุบันว่า "ไบเตย" สำหรับถิ่นกำเนิดของเตยนั้น เป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น ไทย พม่า ลาว มาเลเซีย และประเทศอินเดีย รวมถึงทวีปอื่น เช่น แอฟริกาและออสเตรเลีย ชอบขึ้นตามพื้นที่ชุ่ม ริมลำน้ำหรือบริเวณที่ชื้นแฉะที่มีน้ำขังเล็กน้อย ในประเทศไทยสามารถพบได้ทั่วทุกภาคของประเทศ

ประโยชน์และสรรพคุณของไบเตย

1. ช่วยบำรุงหัวใจ
2. ช่วยลดน้ำตาลในเลือด
3. ช่วยลดความดันโลหิต
4. ใช้รักษาโรคหัด
5. รักษาเลือดออกตามไรฟัน
6. แก้หวัด
7. รักษาอาการตับอักเสบ
8. ช่วยขับพิษไข้
9. แก้โรคหัด
10. แก้ท้องอืด



รูปภาพที่ 3.17 : ไบเตย

ที่มา : <https://www.disthai.com/17040525/เตย>

3.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วิริยา สิงห์พันธุ์ และคณะ (2559) ได้จัดทำงานวิจัยเรื่อง "ซูชิข้าวเหนียวมูน" มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการพัฒนาอาหารให้มีความหลากหลายโดยการนำวัฒนธรรมอาหารของประเทศไทยและประเทศญี่ปุ่นมาประยุกต์รวมกัน เพื่อเป็นสื่อในการศึกษาทำซูชิข้าวเหนียวมูน ในปัจจุบันคนไทยนิยมนำวัฒนธรรมต่างชาติเข้ามาใช้ในหลายๆ ด้าน เช่น ด้านภาษา การแต่งกาย รวมถึงอาหารการกิน ทำให้ค่านิยมในความเป็นไทยตั้งแต่สมัยก่อนลดต่ำลงจึงทำให้เด็กรุ่นใหม่เริ่มไม่รู้จักวัฒนธรรมไทยหลายๆ อย่างที่มีค่าและมีมาแต่โบราณ ซึ่งงานวิจัยนี้ได้นำวัฒนธรรมด้านอาหารของไทยมาเพื่อยกตัวอย่างการสานต่อวัฒนธรรมไทยให้น่าสนใจและเป็นที่ยอมรับมากขึ้น โดยทางคณะผู้จัดทำนำข้าวเหนียวมูนมาใช้ในการทำงานวิจัย เพราะในปัจจุบันข้าวเหนียวมูนจัดเป็นขนมไทยที่ยังคงได้รับความสนใจและความนิยมในการบริโภคอย่างแพร่หลายและมีวัสดุอุปกรณ์ที่สามารถหาได้ง่ายในท้องถิ่นและประหยัดค่าใช้จ่าย คณะผู้จัดทำมีความสนใจในการจัดทำวิจัยข้าวเหนียวมูน โดยนำมาแปรรูปให้อยู่ในรูปแบบของซูชิ โดยการนำข้าวเหนียวมูนมาผสมกับสาหร่ายให้เป็นรูปทรงของซูชิ โดยใส่ที่ใส่เป็นผลไม้ เพื่อให้มีความแปลกใหม่และน่าสนใจ เพื่อเป็นการพัฒนาอาหารโดยการแปรรูปทำให้มีรูปแบบอาหารใหม่ๆ มากขึ้น ผลจากการพัฒนานี้ ทางคณะผู้จัดทำออกมาเป็นรูปแบบของเว็บบล็อก ทำให้ผู้ที่สนใจได้เข้าไปศึกษา วิธีการทำ ทำให้มีความสะดวกและการเข้าถึงง่ายขึ้น

เพชรรัตน์ ยาหิ (2563) ได้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง "ผงปรุงรสจากฝักรวม" มีวัตถุประสงค์เพื่อลดต้นทุนให้กับโรงแรมลา เรซิดองซ์ บางกอกและลดปริมาณวัตถุดิบที่เหลือใช้ภายในครัวโรงแรมลา เรซิดองซ์ บางกอก เป็นโรงแรมที่มีมาตรฐานในการให้บริการด้านห้องพัก ห้องอาหารและสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ ทางผู้จัดทำได้ปฏิบัติสหกิจศึกษาในแผนกครัวและพบว่าวัตถุดิบที่เหลือใช้ เช่น พืช ผักต่างๆ เป็นต้น จึงได้นำมาประยุกต์สร้างสรรค์จนเกิดเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ขึ้นมาในรูปแบบของผงปรุงรสจากฝักรวมและไม่มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนผสมอีกด้วย ซึ่งสามารถทานได้ทุกกลุ่ม จากนั้นได้สำรวจความคิดเห็นโดยการทำแบบสอบถามความพึงพอใจจากกลุ่มตัวอย่างคือ พนักงานในโรงแรมลา เรซิดองซ์ บางกอก เป็นจำนวน 30 คน เพื่อให้ทราบถึงผลของโครงการ โดยผลจากการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความคิดเห็นในระดับมาก กับรสชาติของผงปรุงรสจากฝักรวม กลิ่นของผงปรุงรสจากฝักรวม สีของผงปรุงรสจากฝักรวม ความคิดสร้างสรรค์ของการทำผงปรุงรสจากฝักรวม ความชอบโดยรวมของผงปรุงรสจากฝักรวม และผงปรุงรสจากฝักรวมนี้ ช่วยลดต้นทุนวัตถุดิบของครัวได้อย่างดี อย่างไรก็ตามตามระดับคะแนนเฉลี่ยต่อความพึงพอใจทั้งหมดได้ค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 4.49 อยู่ในระดับมากที่สุด

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงาน

จากการได้ไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ในตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ณ ร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ ทางผู้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ" ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอรายการของหวานที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากขนมไทยที่มีชื่อเสียง เพื่อสร้างสรรค์เมนูข้าวเหนียวมูนแนวใหม่ในรายการของหวานในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ และเพื่อให้เกิดประโยชน์ และเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับสถานประกอบการ โดยมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

4.1 วัตถุดิบในการทำข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

1. ข้าวเหนียวมูน	100	กรัม
2. เผือกสมบุญ	50	กรัม
3. สังขยาไข่โบราณ	50	กรัม
4. หน้าปลาแห้ง	50	กรัม

4.2 อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

1. ใบดี
2. ใตอง
3. สแต๊ปเปิ้ล
4. จาน
5. กรรไกร
6. ถุงมือยาง

4.3 ขั้นตอนในการทำข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

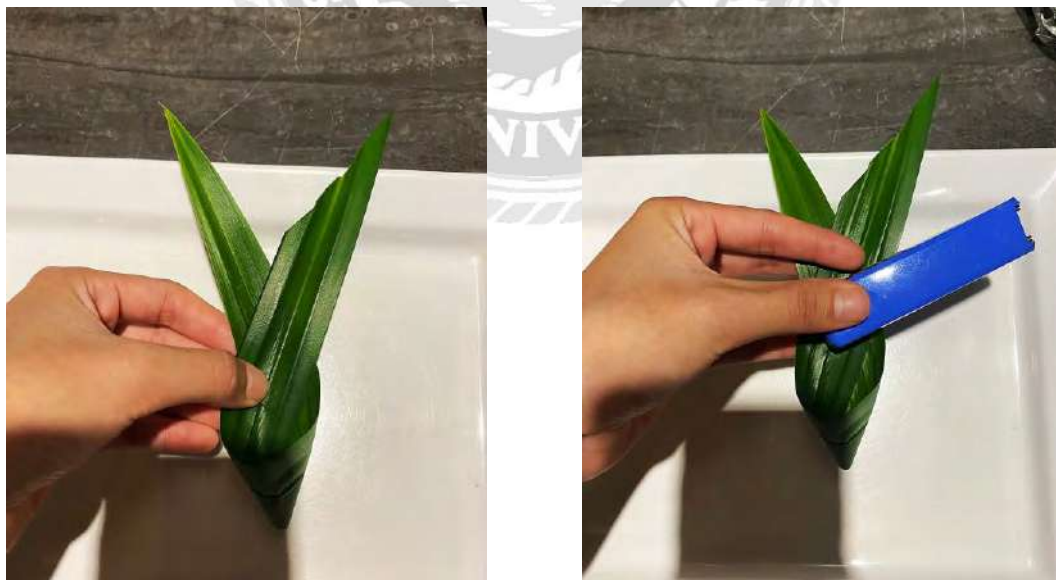
1. ตัดส่วนตรง โคนใบเตยให้มีขนาดความเียง 60 องศา



รูปภาพที่ 4.1 : ขั้นตอนที่ 1

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

2. จับ ใบเตยด้านที่ตัดเฉียง พลิกวนซ้ายทีบด้านบนให้มีลักษณะไขว่กันและเป็นกรวยเล็ก แล้วใช้สแต็ปเปิ้ลเย็บ จากนั้นทำแบบเดิมจนครบ 3 ชั้น



รูปภาพที่ 4.2 : ขั้นตอนที่ 2

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

3. วางกรวยใบเตยทั้ง 3 ชั้น ไว้ทางด้านซ้ายของจาน โดยให้ปลายของใบเตยโพล่พ้นจาน ออกไปนิดหน่อย



รูปภาพที่ 4.3 : ขั้นตอนที่ 3

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

4. นำใบตองมาตัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูน ให้ได้ขนาดเท่าฝ่ามือ



รูปภาพที่ 4.4 : ขั้นตอนที่ 4

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

5. วางใบตองรูปสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนไว้ตรงกลางจาน โดยให้มุมของใบตองด้านยาวเฉียงตรงกับมุมของจาน จากนั้นปั้น หรือ จัดทรงข้าวเหนียวมนให้เป็นรูปสี่เหลี่ยม



รูปภาพที่ 4.5 : ขั้นตอนที่ 5

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

6. วางข้าวเหนียวลงบนใบตองที่จัดมุมไว้แล้วบนจาน



รูปภาพที่ 4.6 : ขั้นตอนที่ 6

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

7. วางเปลือกสมบรูณ์ลงในกรวยใบเตยอันที่ 1



รูปภาพที่ 4.7 : ขั้นตอนที่ 7

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

8. วางสังขยาไข่โบราณลงในกรวยใบเตยอันที่ 2



รูปภาพที่ 4.8 : ขั้นตอนที่ 8

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

9. วางหน้าปลาแห้งลงในกรวยใบเตยอันที่ 3



รูปภาพที่ 4.9 : ขั้นตอนที่ 9

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

10. ตกแต่งจานด้วยดอกกล้วยไม้ ให้สวยงาม



รูปภาพที่ 4.10 : ขั้นตอนที่ 10

ที่มา : ผู้จัดทำ (2566)

4.4 การคำนวณต้นทุนของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

ตารางที่ 4.1 : แสดงการคำนวณต้นทุนของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

ส่วนผสม	ปริมาณที่ใช้	ราคา / หน่วย	ต้นทุน
ข้าวเหนียวมูน	100 กรัม	ที่เหลือจากการทำข้าวเหนียวมะม่วง	-
เปลือกสมบุรณ์	50 กรัม	50 บาท / 200 กรัม	12.50
สังขยาไข่โบราณ	50 กรัม	18 บาท / 100 กรัม	9.00
หน้าปลาแห้ง	50 กรัม	50 บาท / 100 กรัม	25.00
รวมราคาค้นทุนต่อ 1 จาน 46.50 บาท			
ราคาขาย 260 บาท ได้กำไร 154 บาท			

จากตารางที่ 4.1 การคำนวณต้นทุนของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ / 1 จาน คิดเป็นจำนวน 46.50 บาท ถ้าหากในอนาคตจะทำขายร้านสมบุรณ์โภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ จะต้องตั้งราคาอยู่จันละ 260 บาท ดังนั้น กำไรจะเท่ากับ 213.50 บาท

4.5 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

ผู้จัดทำได้ทำแบบสอบถามออนไลน์เรื่อง "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ" ให้กับพนักงานในร้านสมบุรณ์โภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ เป็นจำนวน 10 คน โดยใช้การสแกนคิวอาร์โค้ดในการทำแบบสอบถาม และหลังจากนั้นได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้รูปแบบสอบถามออนไลน์ เพื่อทำการวิเคราะห์ และอภิปรายผล ดังต่อไปนี้

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

ส่วนที่ 2 : ประเมินความพึงพอใจของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติคือ หาค่าเฉลี่ย (Mean Score) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยวิธีการแปรผลของบุญชม 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 : ข้อเสนอแนะ

4.5.1 ส่วนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถามสามารถสรุป ได้ดังนี้

ตารางที่ 4.2 : แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ชาย	4	40.00
หญิง	6	60.00
รวม	10	100.00

จากตารางที่ 4.2 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.00 และเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 40.00

ตารางที่ 4.3 : แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
ต่ำกว่า 18 ปี	3	30.00
18-25 ปี	2	20.00
26-41 ปี	4	40.00
มากกว่า 41 ปี	1	10.00
รวม	10	100.00

จากตารางที่ 4.3 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุ 26-41 ปี คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมา คือมีอายุต่ำกว่า 18 ปี คิดเป็นร้อยละ 30.00 และมีอายุ 18-25 ปี คิดเป็นร้อยละ 20.00 ส่วนมีอายุมากกว่า 41 ปี คิดเป็นร้อยละ 10.00

ตารางที่ 4.4 : แสดงจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามตำแหน่ง

ตำแหน่ง	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
พนักงานต้อนรับ	4	40.00
การบริการอาหารและเครื่องดื่ม	2	20.00
ครัว	3	30.00
อื่นๆ	1	10.00
รวม	10	100.00

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นตำแหน่งพนักงานต้อนรับ คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมา คือตำแหน่งครัว คิดเป็นร้อยละ 30.00 และตำแหน่งการบริการอาหารและเครื่องดื่ม คิดเป็นร้อยละ 20.00 ส่วนตำแหน่งอื่นๆ คือผู้จัดการ คิดเป็นร้อยละ 10.00

4.5.2 ส่วนที่ 2 : ประเมินความพึงพอใจของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

ตารางที่ 4.5 : แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานความพึงพอใจของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

ประเมิน	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. รสชาติของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	4.40	0.84	มาก
2. มีกลิ่นของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	4.20	0.63	มาก
3. สีสีนของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ	4.00	0.94	มาก
4. มีความคิดสร้างสรรค์ น่าสนใจ	4.30	0.67	มาก
5. ปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม	4.30	0.82	มาก
6. มีความเข้ากัน	4.10	0.74	มาก
7. เป็นเมนูที่แปลกใหม่	4.20	0.92	มาก
8. สามารถลดต้นทุนให้กับร้านได้	4.20	0.63	มาก
ค่าเฉลี่ยรวม	4.21	0.78	มาก

จากตารางที่ 4.5 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อ "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ" โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.21 หากพิจารณารายประเด็นพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทุกประเด็น โดยอันดับแรก คือรสชาติของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ มีค่าเฉลี่ย 4.40 รองลงมา คือมีความคิดสร้างสรรค์ น่าสนใจ และปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน คือ 4.30 รองลงมา คือมีกลิ่นของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ เป็นเมนูที่แปลกใหม่ และสามารถลดต้นทุนให้กับร้านได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน คือ 4.20 รองลงมา คือมีความเข้ากัน มีค่าเฉลี่ย 4.10 ส่วนสีสีนของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ มีค่าเฉลี่ย 4.00

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลการทำโครงการ

จากการปฏิบัติสหกิจศึกษาตั้งแต่วันที่ 22 พฤษภาคม 2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน 2566 รวมระยะเวลาทั้งหมด 15 สัปดาห์ ในตำแหน่งพนักงานต้อนรับ ณ ร้านสมบุญภัทโกชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ ทางผู้จัดทำได้รับความรู้ในการปฏิบัติงานในด้านต่างๆ ตลอดจนการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ ผู้จัดทำได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสแกนคิวอาร์โค้ด และตอบแบบสอบถามในรูปแบบของออนไลน์ "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ" ให้กับพนักงานในร้านสมบุญภัทโกชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ เป็นจำนวน 10 คน

จากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจของพนักงานในร้านสมบุญภัทโกชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์ พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 60.00 และเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 40.00 มีอายุ 26-41 ปี คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมา คือมีอายุต่ำกว่า 18 ปี คิดเป็นร้อยละ 30.00 และมีอายุ 18-25 ปี คิดเป็นร้อยละ 20.00 ส่วนมีอายุมากกว่า 41 ปี คิดเป็นร้อยละ 10.00 ส่วนใหญ่เป็นตำแหน่งพนักงานต้อนรับ คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมา คือตำแหน่งครัว คิดเป็นร้อยละ 30.00 และตำแหน่งการบริการอาหารและเครื่องดื่ม คิดเป็นร้อยละ 20.00 ส่วนตำแหน่งอื่นๆ คือผู้จัดการ คิดเป็นร้อยละ 10.00 และผลจากการตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจต่อ "ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ" โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.21 หากพิจารณารายประเด็นพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทุกประเด็น โดยอันดับแรก คือรสชาติของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ มีค่าเฉลี่ย 4.40 รองลงมา คือมีความคิดสร้างสรรค์ น่าสนใจ และปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน คือ 4.30 รองลงมา คือมีกลิ่นของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ เป็นเมนูที่แปลกใหม่ และสามารถลดต้นทุนให้กับร้านได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน คือ 4.20 รองลงมา คือมีความเข้ากัน มีค่าเฉลี่ย 4.10 ส่วนสีสันของข้าวเหนียวมูนสามเกลอ มีค่าเฉลี่ย 4.00

5.1.1 ปัญหาที่พบในการทำโครงการ

ไม่มีความชำนาญในการทำอาหาร จึงทำให้ต้องปรับปรุงสูตรให้มีความเหมาะสม

5.1.2 การแก้ไขปัญหาในการทำเมนูข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

จากปัญหาของการทำเมนูข้าวเหนียวมูนสามเกลอ ทั้งหมด 2 ครั้งนั้น มีปัญหาในเรื่องความหวานของสามเกลอ คือเผือกสมบุญ สัซซาไซโบราน และปลาแห้งใส่ในปริมาณที่มากเกินไป ทำให้รสชาติหวานมาก และจึงแก้ไขโดยลดวัตถุดิบทุกอย่างให้เหมาะสม แล้วนำไปให้พนักงานได้ทำการประเมินต่อไป

บรรณานุกรม

- บุญชม ศรีสะอาด. (2556). การอ่านความของค่าประมาณค่า (Rating Scale) (ตีพิมพ์ครั้งที่ 7).
สุวีริยาสาส์น.
- พิมพ์พิชชา เลิศสกุลผาสุข และ วนิดา เลิศพิพัฒนานนท์. (2564). ระเบียบวิธีวิจัยพื้นฐานในธุรกิจ
ท่องเที่ยวและการบริการ. มหาวิทยาลัยสยาม.
- สมบูรณ์ โภชนา. (2563, 27 ตุลาคม). *เพื่อกสมบูรณ์*.
<https://www.facebook.com/103695537946978/posts/192517119064819/>
- เส้นทางเศรษฐกิจออนไลน์. (2561, 7 ธันวาคม). *ชวนทำ ข้าวเหนียวหน้าปลาแห้ง สูตรเซฟป้อม ทำกิน
ง่าย ทำขายอร่อย*. https://www.sentangedtee.com/food-recipes-for-job/article_96495
- เพชรรัตน์ ยาหิ. (2563). *ผงปรุงรสจากผักรวม*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาบัณฑิต ไม่มีการตีพิมพ์).
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม.
- DISTHIA. (ม.ป.ป.). *เคย ประโยชน์ดีๆ สรรพคุณเด่นๆ และข้อมูลงานวิจัย*.
<https://www.disthai.com/17040525/เคย>
- JOM. (2560, 18 มีนาคม). *ข้าวเหนียว*. <https://www.thai-thaifood.com/th/ข้าวเหนียว/>
- myhome. (ม.ป.ป.). *4 วิธีพับใบตองเป็นกระทงใส่อาหาร ภาชนะทางเลือกจากวัสดุธรรมชาติ*.
<https://www.baanlaesuan.com/134618/diy/diy101/food-container-made-by-banana-leave>
- PizEzKunGz. (2564, 21 พฤษภาคม). *วันนี้อยากชวนเพื่อน ๆ ทำเมนู สังขยาไข่โบราณ กลิ่นหอม
เนื้อนุ่ม อร่อย ไว้กินกับข้าวเหนียวมูนครับ*. <https://pantip.com/topic/40723926>
- SOMBOONSEAFOOD. (ม.ป.ป.). *ข้อมูลและรูปภาพต่าง ๆ ร้านสมบูรณ์ โภชนา (สาขาสุรวงศ์)*.
<https://www.somboonseafood.com/th/>
- Weina Fomedajs. (2559, 26 กันยายน). *โครงการคอมพิวเตอร์ซูชิข้าวเหนียวมูน*.
<https://www.slideshare.net/weinanena/ss-66431045>
- Writer. (2564, 6 มีนาคม). *ประเภทของข้าวเหนียว*.
<https://www.u-rice.com/rice-knowledge/ข้าวเหนียว-10-สายพันธุ์/>



ภาคผนวก

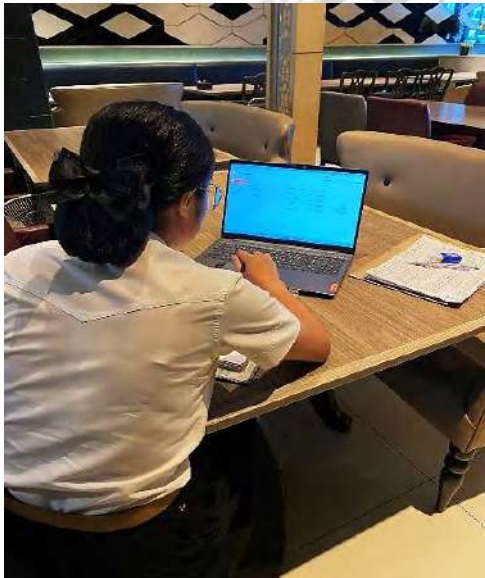


ภาคผนวก ก
ภาพการปฏิบัติงาน

รูปภาพขณะปฏิบัติงาน



รับโทรศัพท์จากลูกค้าทำการจองให้แก่ลูกค้าและแนะนำรายการอาหาร



รับออเดอร์ผ่านช่องทางออนไลน์และออฟไลน์



ภาคผนวก ข
ตัวอย่างแบบสอบถาม

ตัวอย่างแบบสอบถามออนไลน์

เรื่อง ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

Sam Kler Sticky Rice

ตอนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าช่องข้อความที่ตรงตามความเป็นจริงกับข้อมูลของท่าน

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ

ต่ำกว่า 18 ปี

18-25 ปี

26-41 ปี

มากกว่า 41 ปี

3. ตำแหน่ง

พนักงานต้อนรับ

การบริการอาหารและเครื่องดื่ม

คร่ำ

อื่น ๆ



ตอนที่ 2 : แบบสอบถามความพึงพอใจของข้าวนิยมสามเกลอ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ระดับความพึงพอใจที่ตรงตามความเป็นจริงกับข้อมูลของท่านมากที่สุด

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

ประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
	5	4	3	2	1
1. รสชาติของข้าวนิยมสามเกลอ					
2. มีกลิ่นของข้าวนิยมสามเกลอ					
3. สีสีนของข้าวนิยมสามเกลอ					
4. มีความคิดสร้างสรรค์ น่าสนใจ					
5. ปริมาณที่เสิร์ฟมีความเหมาะสม					
6. มีความเข้ากัน					
7. เป็นเมนูที่แปลกใหม่					
8. สามารถลดต้นทุนให้กับร้านได้					

ตอนที่ 3 : ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....



ภาคผนวก ค
บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

สามารถนำเสนอรายการของหวานที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากขนมไทยที่มีชื่อเสียง สร้างสรรค์เมนูข้าวเหนียวแนวใหม่ในรายการของหวาน เป็นประโยชน์เพิ่มรายได้ให้กับสถานประกอบการและเรียนรู้ว่าขนมไทยมีชื่อเสียงอย่าง "ข้าวเหนียวมะม่วง" มีความหลากหลายในด้านของรสสัมผัส รสชาติ สามารถนำมาสร้างสรรค์เป็นเมนูข้าวเหนียวแนวใหม่ที่สามารถนำไปใช้ได้จริง ช่วยเพิ่มรายการของหวานทางเลือกใหม่ให้กับลูกค้าที่มารับประทานอาหารและเป็นช่องทางหนึ่งในการเพิ่มรายได้ให้กับในร้านสมบุญโภชนา (Somboon Seafood) สาขาสุรวงศ์



.....พนักงานที่ปรึกษา
(คุณนันทน์ หาทร์พย์)

ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อ - นามสกุล : นางสาวศิริรัตน์ โคจ้านงค์
รหัสนักศึกษา : 6204400095
คณะ : ศิลปศาสตร์
ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ
ที่อยู่ปัจจุบัน : 1024/21 หมู่บ้านศรีเพชร ถนนเพชรเกษม 106 ซอย 24
เขตหนองแขม แขวงหนองค้างพลู กรุงเทพมหานคร 10160





<https://me-qr.com/TeXGCXi3>

รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ข้าวเหนียวมูนสามเกลอ

Sam Kler Sticky Rice

โดย

นางสาวศิริรัตน์ โคนำงค์ 6204400095

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา 119-413 การศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2565