



## รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations

โดย

นางสาวสุนันทา หะมะ 6104400020

นางสาวหทัยา ประไพ 6104400127

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชา 119 – 413 การศึกษาเชิงบูรณาการกับการทำงาน

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

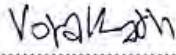
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

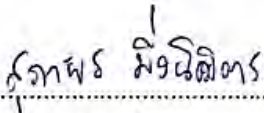
ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2565

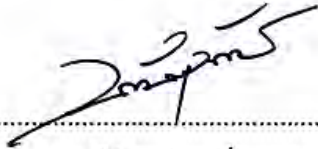
หัวข้อโครงการ                   มีอกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย  
Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations  
รายชื่อผู้จัดทำ                   นางสาวสุนันทา หะมะ  
นางสาวหทัยา ประไว  
ภาควิชา                               อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ  
อาจารย์ที่ปรึกษา                 ดร.วรกานต์ เฉลิมชัยกิจ

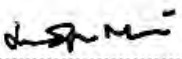
อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ภาควิชาอุตสาหกรรม  
การท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ประจำปีการศึกษาที่ 3  
ปีการศึกษา 2565

คณะกรรมการการสอบโครงการ

  
.....อาจารย์ที่ปรึกษา  
(ดร.วรกานต์ เฉลิมชัยกิจ)

  
.....พนักงานที่ปรึกษา  
(คุณสุภาพร มิ่งนิมิตร)

  
.....กรรมการกลาง  
(อาจารย์นันทวัชร ชู่อตรง)

  
.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มารุจ ลิ้มปะวัตนะ)

## จดหมายนำส่งรายงาน

วันที่ 3 เดือน ตุลาคม พ.ศ.2566

เรื่อง ขอส่งรายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา  
เรียน อาจารย์ที่ปรึกษาสหกิจศึกษา ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ  
ดร.วรกานต์ เฉลิมชัยกิจ

ตามที่ นางสาวสุนันทา หะมะ และ นางสาวหทัยา ประไว นักศึกษาภาควิชาอุตสาหกรรม  
การท่องเที่ยวและการบริการ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ได้ไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษา  
ระหว่างวันที่ 22 พฤษภาคม พ.ศ.2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน พ.ศ.2566 ในแผนกฝ่ายบุคคล  
ณ โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ และได้รับมอบหมายจากพนักงานที่ปรึกษาให้  
ศึกษาและทำรายงานเรื่อง ม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย (Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations)

บัดนี้การปฏิบัติงานสหกิจศึกษาได้สิ้นสุดแล้ว จึงขอส่งรายงานดังกล่าวมาพร้อมกันนี้  
จำนวน 1 เล่มเพื่อขอรับคำปรึกษาต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

นางสาวสุนันทา หะมะ

นางสาวหทัยา ประไว

นักศึกษาสหกิจศึกษา

ภาควิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

## กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่คณะผู้จัดทำได้เข้าปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ ส่งผลให้คณะผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการประกอบอาชีพในอนาคต ได้ฝึกฝน ทำให้ได้เรียนรู้ในหลากหลายด้าน โดยการทดลองทำด้วยตนเอง เพื่อให้ได้ความรู้ ความชำนาญ และรู้จักการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า โดยได้รับความร่วมมือจากบุคคลต่าง ๆ ดังนี้

1. คุณสุภาพร มิ่งนิมิตร

พนักงานที่ปรึกษา

2. ดร.วรกานต์ เฉลิมชัยกิจ

อาจารย์ที่ปรึกษาสหกิจศึกษา

และบุคคลท่านอื่น ๆ ที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือในการจัดทำรายงาน คณะผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและคำปรึกษา ในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ ตลอดจนให้การดูแลในการปฏิบัติงาน และการปฏิบัติตน เพื่อให้เข้าใจชีวิตการทำงานอย่างแท้จริง ซึ่งคณะผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ ด้วย

คณะผู้จัดทำ

นางสาวสุนันทา หะมะ

นางสาวหทัย ประไว

3 ตุลาคม 2566

ชื่อโครงการ : มื้อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย  
หน่วยกิต : 5  
ผู้จัดทำ : นางสาวสุนันทา หะมะ  
นางสาวหทัย ประไว  
อาจารย์ที่ปรึกษา : ดร.วรกานต์ เฉลิมชัยกิจ  
ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี  
สาขาวิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ  
คณะ : ศิลปศาสตร์  
ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา : 3/2565

### บทคัดย่อ

คณะผู้จัดทำได้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง “ มื้อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ” ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการจัดทำเพื่อเพิ่มเป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม เพื่อศึกษาการทำเครื่องดื่มประเภทมือกเทล และเพื่อช่วยลดปริมาณวัตถุดิบที่เหลือทิ้งในแต่ละวันด้วยการนำกลับมาใช้ประโยชน์ โดยการนำเอาวัตถุดิบที่เหลือจากการประกอบอาหารในแต่ละวัน ในจำนวนนี้มีวัตถุดิบที่เสียได้ง่ายและมีปริมาณที่มากกว่าวัตถุดิบที่เหลืออื่น ๆ คือ ชিং แดงโม และส้ม ซึ่งจะถูกนำไปทิ้งโดยไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใด ๆ เป็นการสูญเสียด้านค่าใช้จ่ายของโรงแรม จึงได้นำวัตถุดิบที่เหลือทิ้งมาแปรรูปเป็นมือกเทลน้ำผลไม้ ชื่อว่า “ มื้อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ”

หลังจากการทำมือกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ได้ให้พนักงานในแผนกฝ่ายบุคคล แผนกครัว แผนกอาหารและเครื่องดื่ม แผนกการขายและการตลาด และแผนกแม่บ้าน จำนวน 30 คน ทดลองชิม หลังจากนั้นได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลและทำการอภิปรายผล พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 18-23 ปี และอายุ 24-29 ปี และส่วนใหญ่จะอยู่ในแผนกครัว ผลจากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อมือกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ซึ่งสรุปผลจากตารางแสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผู้ตอบแบบสอบถาม มีความพึงพอใจมากที่สุดคือด้านลดปริมาณการทิ้งวัตถุดิบจำพวกของสดให้กับแผนกได้ โดยมีค่าเฉลี่ย 4.43 รองลงมาคือ สามารถทานได้ทุกเพศทุกวัย มีค่าเฉลี่ย 4.33 กลิ่นของตัวเครื่องดื่ม มีค่าเฉลี่ย 4.30 สามารถนำไปขายเพื่อสร้างรายได้ให้กับทางโรงแรมได้ในอนาคต มีค่าเฉลี่ย 4.27 เป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม มีค่าเฉลี่ย 4.23 เครื่องดื่มมีความคิดสร้างสรรค์ มีค่าเฉลี่ย 4.20 และสีกลิ่นของตัวเครื่องดื่ม มีค่าเฉลี่ย 4.17 ตามลำดับ

คำสำคัญ : มื้อกเทล น้ำผลไม้


**Project Title** : Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations  
**Credits** : 5  
**By** : Miss Sunantha Hama  
Miss Hatthaya Prawai  
**Advisor** : Dr. Vorakarn Chalermchaikit  
**Degree** : Bachelor of Arts  
**Major** : Tourism and Hospitality Industry  
**Faculty** : Liberal Arts  
**Semester / Academic year** : 3/2022

### Abstract

The students created a project for a fruit juice mocktail, which intended to be added as a new beverage menu item for hotel employees to study the making of mocktail drinks and to help reduce the amount of raw materials left behind each day. Among these, there are ingredients that are easily spoiled and in higher quantities than others. Gingers, watermelons and oranges are discarded without any benefits, resulting in a loss of money for the hotel. Therefore, the remaining raw materials were processed into a fruit juice mocktail called "Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations." After making mocktail juice, it was served to employees in the Human Resources Department, Kitchen Department, Food and Beverage Department, Sales and Marketing Department and the Housekeeping Department, a total of 30 people. After the tasting, data were collected and the results were discussed. It was found that majority of respondents were female, aged 18-23 years and 24-29 years old. Most of them were in the Kitchen Department. Results from answering the questionnaire on satisfaction are summarized in a table showing the mean and standard deviation. Feedback collection was the most satisfying aspect and reduced in the amount of raw materials thrown away by the department with an average of 4.43, and the least was the color of the drinks, with an average of 4.17.

**Keywords:** mocktails, fruit juices

Vorakarn  
.....  
(Co-op Advisor.)

Approved by  
  
.....

## สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ	1
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ	2
<b>บทที่ 2 รายละเอียดการปฏิบัติงานในสถานประกอบการ</b>	
2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ	3
2.2 ลักษณะการประกอบการให้บริการหลักขององค์กร	4
2.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานองค์กร	11
2.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย	11
2.5 ชื่อและตำแหน่งงานพนักงานที่ปรึกษา	13
2.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	13
2.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	15
2.8 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	15
2.9 ข้อเสนอแนะ	16
<b>บทที่ 3 การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	
3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับเครื่องดื่ม	17
3.2 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับม็อกเทล (Mocktail)	19
3.3 เครื่องดื่มม็อกเทลยอดนิยมในประเทศไทย	21
3.4 ประโยชน์ของม็อกเทล (Mocktail)	25
3.5 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำม็อกเทล (Mocktail)	25
3.6 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	39

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 4 ผลการปฏิบัติตามโครงการ</b>	
4.1 วัตถุประสงค์ในการทำมีเอกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย	42
4.2 อุปกรณ์ในการทำมีเอกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย	42
4.3 ขั้นตอนการทำมีเอกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย	43
4.4 การคำนวณต้นทุนมีเอกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย	45
4.5 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อมีเอกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย	46
<b>บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ</b>	
5.1 สรุปผลการทำโครงการ	49
5.2 ปัญหาและข้อเสนอแนะในการทำโครงการ	49
5.3 ข้อเสนอแนะในการทำโครงการครั้งต่อไป	50
5.4 ประโยชน์จากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา	50
<b>บรรณานุกรม</b>	
<b>ภาคผนวก</b>	
ภาคผนวก ก ภาพการปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก ข ตัวอย่างแบบสอบถาม	
ภาคผนวก ค บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา	
ภาคผนวก ง บันทึกการปฏิบัติงาน	
ภาคผนวก จ ประวัติผู้จัดทำ	



## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 แสดงขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	15
ตารางที่ 4.1 วัตถุประสงค์ในการทำมีดกเทรน้ำผลไม้ 3 สหาย	42
ตารางที่ 4.2 การคำนวณต้นทุนมีดกเทรน้ำผลไม้ 3 สหาย	45
ตารางที่ 4.3 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	46
ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ	47
ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแผนกงาน	47
ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจที่มีต่อมีดกเทรน้ำผลไม้ 3 สหาย	48



## สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปที่ 2.1 โลโก้ของโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ	3
รูปที่ 2.2 แผนที่โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ	3
รูปที่ 2.3 โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ	4
รูปที่ 2.4 ห้องดีลักซ์	5
รูปที่ 2.5 ห้องดีลักซ์ พูล วิว	5
รูปที่ 2.6 ห้องแกรนด์ ดีลักซ์	6
รูปที่ 2.7 ห้องดีลักซ์ แฟมิลี	6
รูปที่ 2.8 ห้องจูเนียร์ สวิต	7
รูปที่ 2.9 ห้องสวีท	7
รูปที่ 2.10 ห้องอาหาร เซพพลิน	8
รูปที่ 2.11 ห้องอาหาร เคอะ คอนเนอร์	8
รูปที่ 2.12 สิ่งอำนวยความสะดวก	9
รูปที่ 2.13 ห้องประชุม	9
รูปที่ 2.14 สระว่ายน้ำ	10
รูปที่ 2.15 ฟิต เซ็นเตอร์	15
รูปที่ 2.16 โครงสร้างขององค์กรภายในโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ	11
รูปที่ 2.17 นักศึกษาสหกิจศึกษา นางสาวสุนันทา หะมะ	11
รูปที่ 2.18 นักศึกษาสหกิจศึกษา นางสาวหทัยา ประไว	12
รูปที่ 2.19 พนักงานที่ปรึกษา	13
รูปที่ 3.1 ม็อกเทล (Mocktail)	17
รูปที่ 3.2 เวอร์จิน โมฮิโต้	21
รูปที่ 3.3 เลมอนมินต์	22
รูปที่ 3.4 น้ำจิงแดงโม	23
รูปที่ 3.5 น้ำมะนาวสตรอเบอร์รี่	24
รูปที่ 3.6 จิง	25

## สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

	หน้า
รูปที่ 3.7 เหง้าขิง	26
รูปที่ 3.8 ใบขิง	27
รูปที่ 3.9 ดอกขิง	27
รูปที่ 3.10 ส้ม	28
รูปที่ 3.11 ส้มเขียวหวาน	30
รูปที่ 3.12 ส้มสายน้ำผึ้ง	31
รูปที่ 3.13 ส้มจี๊ด	31
รูปที่ 3.14 แดงโม	32
รูปที่ 3.15 แดงโมจินตหรา	33
รูปที่ 3.16 แดงโมไม่มีเมล็ด	33
รูปที่ 3.17 แดงโมทานเมล็ดได้	34
รูปที่ 3.18 ละครแทน	35
รูปที่ 3.19 น้ำตาล	36
รูปที่ 4.1 ล้างส้ม ขิง แดงให้สะอาด	43
รูปที่ 4.2 ผ่าขิงเป็นแว่นและปั่นให้ละเอียด	43
รูปที่ 4.3 ผ่าส้มและคั้นเทแยกกาก	43
รูปที่ 4.4 ปอกเปลือกแดงโม เอาเมล็ดออก ปั่นเนื้อแดงโม	44
รูปที่ 4.5 น้ำตาลมาละลายกับน้ำร้อน	44
รูปที่ 4.6 เทน้ำส้ม น้ำแดงโม น้ำขิง น้ำเปล่า น้ำตาลรวมกัน	44
รูปที่ 4.7 เทมีอกเทลงน้ำผลไม้ ในแก้วที่มีน้ำแข็ง	45
รูปที่ 4.8 ตกแต่งด้วยใบละครแทน	45

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คณะผู้จัดทำได้เข้าปฏิบัติสหกิจศึกษา ณ โรงแรม อมารีคอนเมือง แอร์พอร์ต ในแผนกฝ่ายบุคคล ตำแหน่งนักศึกษาฝึกงานครัว ในส่วนครัวห้องอาหารของพนักงาน เป็นห้องอาหารที่ให้บริการสำหรับพนักงาน ซึ่งเป็นสวัสดิการที่พนักงานทุกคนจะได้รับ มีบริการอาหารเช้า กลางวัน เย็นและมื้อดึก อาหารมีหลากหลายเมนู มีทั้งอาหารคาว หวาน ผลไม้ และเครื่องดื่ม และบางวันก็จะมียูนิพิเศษ เช่น วันครบรอบก่อตั้งโรงแรม วันปีใหม่ วันสงกรานต์ วันคริสต์มาส เป็นต้น

ในขณะที่ปฏิบัติสหกิจศึกษา คณะผู้จัดทำมีหน้าที่ดูแลรับผิดชอบช่วยจัดเตรียมวัตถุดิบสำหรับทำอาหาร จัดเตรียมเครื่องปรุง อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในงานครัว ทำให้ผู้จัดทำได้พบว่า ทางโรงแรมมีวัตถุดิบที่เหลือจากการประกอบอาหารเป็นจำนวนมากในแต่ละวัน ในจำนวนนี้มีวัตถุดิบที่เสียได้ง่ายและมีปริมาณที่มากกว่าวัตถุดิบที่เหลืออื่น ๆ คือ ขิง แตงโม และส้ม ซึ่งจะถูกนำไปทิ้งโดยไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใด ๆ เป็นการสูญเสียด้านค่าใช้จ่ายของโรงแรม คณะผู้จัดทำจึงมีความสนใจที่จะนำวัตถุดิบที่เหลือทิ้งมาแปรรูปเป็น Mocktail น้ำผลไม้ ซึ่งเป็นเครื่องดื่มที่สามารถบริโภคได้ง่าย เพื่อเพิ่มเป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม อีกทั้งยังช่วยลดปริมาณวัตถุดิบที่เหลือทิ้งในแต่ละวันโดยการนำกลับมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

### 1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1.2.1 เพื่อเพิ่มเป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม
- 1.2.2 เพื่อศึกษาการทำเครื่องดื่มประเภทม็อคเทล
- 1.2.3 ช่วยลดปริมาณวัตถุดิบที่เหลือทิ้งในแต่ละวันโดยการนำกลับมาใช้ประโยชน์ได้ใหม่

### 1.3 ขอบเขตของโครงการ

#### 1.3.1 ขอบเขตด้านสถานที่

โรงแรมอมารี คอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ แผนกบริหารทรัพยากรมนุษย์ ในส่วน  
ของครัวห้องอาหารพนักงาน

#### 1.3.2 ขอบเขตด้านกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีรวบรวมข้อมูลจากพนักงานแผนกฝ่าย  
บุคคล แผนกครัว แผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม แผนกการขายและการตลาด และแผนกแม่บ้าน  
จากการตอบแบบสอบถาม จำนวน 30 คน

### 1.3.3 ขอบเขตด้านเวลา

คณะผู้จัดทำได้เริ่มดำเนินการจัดทำตั้งแต่วันที่ 22 พฤษภาคม พ.ศ.2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน พ.ศ.2566

### 1.3.4 ขอบเขตด้านเนื้อหา

คณะผู้จัดทำได้ศึกษาหาข้อมูลเกี่ยวกับขั้นตอนและวิธีการทำมีกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหายผ่านสื่อออนไลน์ต่างๆ

## 1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.4.1 ได้ศึกษาและคิดค้นผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มมีกเทลงน้ำผลไม้ในอนาคต
- 1.4.2 เพื่อลดปริมาณการทิ้งวัตถุดิบจำพวกของสดให้กับแผนก
- 1.4.3 เพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือทิ้งในครัวมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่



## บทที่ 2

### รายละเอียดการปฏิบัติงาน

#### 2.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ



รูปที่ 2.1 โลโก้ของโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ

ที่มา : <https://www.facebook.com/photo/?fbid>

- ชื่อสถานประกอบการ : โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ  
ที่ตั้งสถานประกอบการ : เลขที่ 333 ถนนเชิดวุฒากาศ แขวงสีกัน เขตดอนเมือง กรุงเทพมหานคร รหัสไปรษณีย์ 10210
- โทรศัพท์ : 02 566 1020  
อีเมล : [amari@amaridonmuang.com](mailto:amari@amaridonmuang.com)  
เว็บไซต์ : <https://www.th.amari.com/donmuang>  
เฟซบุ๊ก : <https://www.facebook.com/AmariDonMuang/>



รูปที่ 2.2 แผนที่โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ

ที่มา : <http://www.localizationworld.com/lwban2014/TaxitoMillennium.pdf>

### 2.1.1 ข้อมูลของโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ

โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ ตั้งอยู่ตรงข้ามกับสนามบินดอนเมือง สามารถให้บริการเดินทางโดยเครื่องบินไปยังหลายพื้นที่ในประเทศไทยซึ่งรวมถึง ภูเก็ต กระบี่ เชียงใหม่ และจังหวัดอื่น ๆ รวมถึงประเทศอื่น ๆ นอกจากนี้จะใกล้สนามบินแล้วอมารีดอนเมืองยัง แวดล้อมไปด้วยสนามกอล์ฟที่ดีที่สุดในกรุงเทพฯและมีบริการรถบัสโดยสารเดินทางไปยังสถานีรถไฟฟ้าใต้ดินสถานีจตุจักรและรถไฟฟ้า BTS สถานีหมอชิต ทำให้สามารถเดินไปสู่ศูนย์กลางเมืองกรุงเทพฯได้ง่ายและรวดเร็ว ดังนั้นจึงไม่ได้อยู่ห่างจากแหล่งช้อปปิ้งและแหล่งบันเทิงในเมือง กรุงเทพฯเลยสถานที่ตั้งโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ เชื่อมต่อกับสนามบินนานาชาติ ดอนเมืองด้วยท่าเลดีเชื่อมทำให้สะดวกสบายในการจัดประชุมจัดงานแต่งงาน งานสัมมนาหรืองาน อีเวนท์ต่าง ๆ ด้วยการเป็นโรงแรมมีระดับที่พร้อมไปด้วยห้องอาหารและสิ่งอำนวยความสะดวกในการจัดงานต่าง ๆ หรือการแวะพักเพื่อต่อเครื่อง



รูปที่ 2.3 โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ

ที่มา : <https://www.booking.com/hotel/th/amari-don-muang-airport>

## 2.2 ลักษณะการประกอบการให้บริการหลักขององค์กร

### 2.2.1 ห้องพัก

การเข้าพักโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ ให้บริการห้องพักที่ สะดวกสบายทันสมัย แต่ละห้องมีหน้าต่างสูงถึงเพดาน เพื่อรับแสงธรรมชาติอย่างเต็มที่ พร้อมม่าน ทึบแสงเพื่อให้คุณได้พักผ่อนอย่างเต็มที่ในห้องพัก



รูปที่ 2.4 ห้องดีลักซ์

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/stay/rooms/>

**2.2.1.1 ห้องดีลักซ์** ที่โรงแรม อมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มีห้องพักแบบดีลักซ์ (Deluxe Room) เป็นห้องพักที่เหมาะสมแก่การพักผ่อนของคุณ ห้องพักตกแต่งในสไตล์ไทยร่วมสมัยด้วยโทนสีอบอุ่นและแสงธรรมชาติ ห้องพักแบบดีลักซ์ เพิ่มความสะดวกสบายด้วย โทรทัศน์ LCD ขนาด 32 นิ้ว และฟรี WiFi อินเทอร์เน็ตภายในห้องพัก



รูปที่ 2.5 ห้องดีลักซ์ พูล วิว

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/stay/rooms/>

**2.2.1.2 ห้องดีลักซ์ พูล วิว** ห้องพักแบบดีลักซ์ วิวสระว่ายน้ำ (Deluxe Pool View) ขนาด 32 ตารางเมตร ให้คุณสามารถมองเห็นวิวสระว่ายน้ำของเราได้จากห้องพัก และยังเพิ่มสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัยเพื่อให้แขกที่มาพักได้รับความสะดวกสบายสูงสุด ห้องพักตกแต่งสไตล์ไทยร่วมสมัยและมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน เหมาะแก่การเข้าพักเพื่อท่องเที่ยวในกรุงเทพฯ





รูปที่ 2.6 ห้องแกรนด์ ดีลักซ์

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/stay/rooms/>

**2.2.1.3 ห้องแกรนด์ ดีลักซ์** ของ โรงแรมอมารี คอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ เป็นตัวเลือกที่สมบูรณ์แบบ ไม่ว่าจะเดินทางไปมาเที่ยว หรือมาทำธุรกิจ เรามีโต๊ะทำงาน และ ฟรี อินเทอร์เน็ต WiFi และระเบียบส่วนตัว เพื่อให้คุณผ่อนคลายได้เต็มที่



รูปที่ 2.7 ห้องดีลักซ์ แฟมิลี่

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/stay/rooms/>

**2.2.1.4 ห้องดีลักซ์ แฟมิลี่** ภายในห้องดีลักซ์ แฟมิลี่ (Deluxe Family) ของ โรงแรมอมารี คอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มี 1 เตียงใหญ่ และ เตียงเดี่ยว 2 เตียง พร้อมทั้งยังมี พื้นที่ห้องนั่งเล่นสะดวกสบาย, ฟรี Wifi อินเทอร์เน็ต และเทคโนโลยีที่ทันสมัย เหมาะสำหรับการพักผ่อนของคุณที่กรุงเทพฯ ไม่ว่าจะคุณจะมาครอบครัว หรือกลุ่มเพื่อน



รูปที่ 2.8 ห้องจูเนียร์ สวิต

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/stay/rooms/>

**2.2.1.5 ห้องจูเนียร์ สวิต** เหมาะอย่างยิ่งสำหรับนักเดินทางธุรกิจที่ต้องการพื้นที่ห้องพักกว้างขวาง และหรูหรา ห้องจูเนียร์ สวิต (Junior Suite) ของโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มีพื้นที่นั่งเล่น และพื้นที่รับประทานอาหารแยกเป็นสัดส่วน อีกทั้งยังมีไมโครเวฟ รวมถึง ฟรี WiFi อินเทอร์เน็ต



รูปที่ 2.9 ห้องสวีท

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/stay/rooms/>

**2.2.1.6 ห้องสวีท** หรรษา กว้างขวาง และรับแสงธรรมชาติ ห้องสวีท 1 ห้องนอน (One Bedroom Suites) ที่โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มีความสมบูรณ์แบบห้องพักขนาดใหญ่ 116 ตารางเมตร เหมาะสำหรับนักเดินทางที่ต้องการความเหนือระดับ ภายในห้องพัก มีห้องนอนขนาดใหญ่พร้อมโต๊ะเขียนหนังสือ มีพื้นที่นั่งเล่นแยกเป็นสัดส่วน และระเบียงส่วนตัวพร้อมเตียงอาบแดด และ ฟรี WiFi อินเทอร์เน็ตภายในห้องพัก

## 2.2.2 ห้องอาหาร



รูปที่ 2.10 ห้องอาหาร เซพเพลิน

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/dine/zeppelin>

2.2.2.1 ห้องอาหาร เซพเพลิน เพลดเพลินไปกับอาหารนานาชาติแสนอร่อยในบรรยากาศร่วมสมัยที่มองเห็นสวนอันร่มรื่น ห้องอาหารเซพเพลิน ที่โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มีเมนูเลิศรสให้เลือกหลากหลายสำหรับทั้งอาหารกลางวันและอาหารค่ำทุกวัน เซพเพลินเปิดให้บริการบุฟเฟต์อาหารเช้าตั้งแต่เวลา 6:30 ถึง 10:30 เพื่อให้คุณได้เติมพลัง หรือชาร์จพลังงานสำหรับการเดินทางไฟท์เช้า



รูปที่ 2.11 ห้องอาหาร เดอะ คอเนอร์

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/dine/the-corner>

2.2.2.2 ห้องอาหาร เดอะ คอเนอร์ ตั้งอยู่ในมุมที่สงบ เดอะคอเนอร์ให้อารมณ์ซิค ทันสมัยแบบไทย พร้อมด้วยเสียงดนตรีบรรเลงสดขณะที่คุณรับประทานอาหาร ห้องอาหารเปิดบริการตลอดวันของเราแห่งนี้ บริการอาหารไทยและอาหารนานาชาติ รวมถึงเบเกอรี่และอาหารว่างที่คัดสรรมาอย่างดี



รูปที่ 2.12 สิ่งอำนวยความสะดวก

ที่มา : <https://www.agoda.com/th-th/search?selectedproperty>

2.2.3 สิ่งอำนวยความสะดวก บริการฟรี Wi-Fi ศูนย์ธุรกิจ แผนกต้อนรับ 24 ชั่วโมง พนักงานให้บริการพูดได้หลายภาษาที่จอครบพร้อมการรักษาความปลอดภัย บริการพี่เลี้ยงเด็ก บริการรับส่งที่สนามบิน บริการรถรับส่งฟรีสำหรับแขกที่เข้าพักไปยังสถานีรถไฟฟ้าหมอชิตและสถานีรถไฟใต้ดินสวนจตุจักร



รูปที่ 2.12 ห้องประชุม

ที่มา : <https://th.amari.com/donmuang/meetings-events/>

2.2.4 ห้องประชุม อมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ มีห้องหลากหลายแบบให้คุณเลือก ไม่ว่าจะเป็นงานเลี้ยงขนาดใหญ่จนถึงงานประชุมไม่เกิน 20 ท่าน มีครบให้คุณในทุกโอกาส สามารถรองรับแขกถึง 800 คน และสามารถแบ่งห้องย่อยสำหรับการจัดประชุมต่าง ๆ ได้ และทุกห้องประชุมมีเทคโนโลยีภาพและระบบเสียงที่ทันสมัย เพื่อรับรองให้การจัดงานของคุณเป็นไปอย่างราบรื่น



รูปที่ 2.13 สระว่ายน้ำ

ที่มา : <https://www.agoda.com/th-th/search?selectedproperty>

**2.2.5 สระว่ายน้ำ** ที่อมารี คอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ เราใส่ใจคุณในทุกเรื่อง ดังนั้นโรงแรมของเราจึงมีสิ่งอำนวยความสะดวกทุกอย่างที่จะทำให้คุณได้พักผ่อนอย่างเต็มที่ ไม่ว่าจะเป็นสระว่ายน้ำกลางแจ้งขนาดใหญ่ให้คุณได้สนุกตลอดวัน การแช่ตัวในสระว่ายน้ำยามเช้าอาจเป็นสิ่งที่คุณต้องการเพื่อเริ่มวันใหม่อย่างสดใส หรือแวะที่โอเอซิสริมสระน้ำ คาเฟ่และพูลบาร์ของเราเพื่อจิบเครื่องดื่มเย็นๆ เพิ่มความสดชื่นระหว่างวัน ตั้งอยู่ชั้น 2 ของโรงแรม เวลาเปิดให้บริการ คือ 06:00 - 21:00 น.

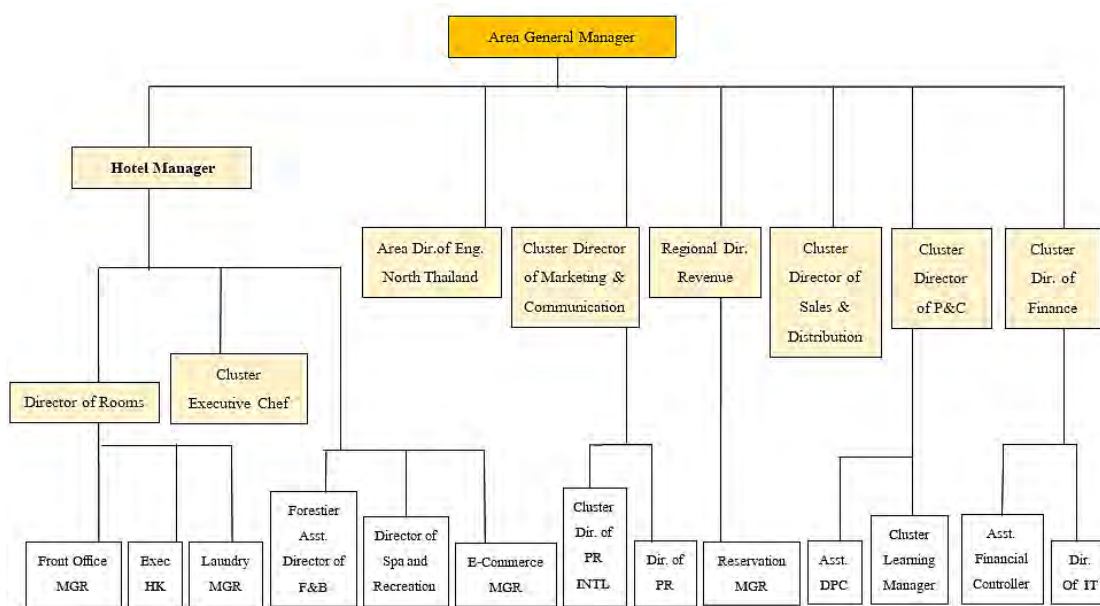


รูปที่ 2.14 ฟิต เซ็นเตอร์

ที่มา : <https://www.agoda.com/th-th/search?selectedproperty>

**2.2.6 ฟิต เซ็นเตอร์** เป็นศูนย์รวมการออกกำลังกายของคุณ ซึ่งคุณสามารถออกกำลังกายเป็นประจำทุกวันตามความต้องการ ด้วยเครื่องออกกำลังกายแบบคาร์ดิโอรุ่นล่าสุด หรือด้วยเครื่องยกน้ำหนักที่มีให้เลือกตามต้องการ ตั้งอยู่ชั้น 5 เวลาเปิดให้บริการ คือ 06:00 - 22:00 น.

## 2.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานองค์กร



รูปที่ 2.20 โครงสร้างขององค์กรภายในโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ

ที่มา : <https://www.th.amari.com/donmuang>

## 2.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย



รูปที่ 2.21 นักศึกษาสหกิจศึกษา นางสาวสุนันทา หะมะ

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

ชื่อนักศึกษา : นางสาวสุนันทา หะมะ

ตำแหน่ง : นักศึกษาฝึกงาน ครั้วแคนทีน

เวลาทำงาน : 07.00 น. - 17.00 น.

หน้าที่รับผิดชอบ

- จัดเตรียมวัตถุดิบ เครื่องปรุงต่าง ๆ ไว้ทำอาหารให้แก่พนักงาน
- ทำอาหาร ทำเมนูตามที่ได้รับมอบหมาย

- เติมอาหารพนักงาน
- ทำความสะอาดอุปกรณ์ ภาชนะต่าง ๆ และภายในห้องอาหารพนักงาน
- ตรวจสอบความเรียบร้อยและความสมบูรณ์ของอุปกรณ์และภาชนะภายในห้องอาหารพนักงานให้อยู่ในสภาพสมบูรณ์อยู่เสมอ
- ช่วยงานในครัวตามที่ได้รับมอบหมาย
- ตรวจสอบเช็คของใช้ในสโตร์ของห้องอาหารพนักงาน



รูปที่ 2.22 นักศึกษาศึกษาทฤษฎีศึกษานางสาวหทัย ประโว  
 ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

ชื่อนักศึกษา

: นางสาวหทัย ประโว

ตำแหน่ง

: นักศึกษาฝึกงาน ครัวแคนทีน

เวลาเข้างาน

: 07.00 น. - 17.00 น.

หน้าที่รับผิดชอบ

- จัดเตรียมวัตถุดิบ เครื่องปรุงต่าง ๆ ไว้ทำอาหารให้แก่พนักงาน
- ทำอาหาร ทำเมนูตามที่ได้รับมอบหมาย
- เติมอาหารพนักงาน
- ทำความสะอาดอุปกรณ์ ภาชนะต่าง ๆ และภายในห้องอาหารพนักงาน
- ตรวจสอบความเรียบร้อยและความสมบูรณ์ของอุปกรณ์และภาชนะภายในห้องอาหารพนักงานให้อยู่ในสภาพสมบูรณ์อยู่เสมอ
- ช่วยงานในครัวตามที่ได้รับมอบหมาย
- ตรวจสอบเช็คของใช้ในสโตร์ของห้องอาหารพนักงาน

## 2.8 ชื่อและตำแหน่งงานพนักงานที่ปรึกษา



รูปที่ 2.23 พนักงานที่ปรึกษา

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

ชื่อพนักงานที่ปรึกษา : คุณสุภาพร มิ่งนิมิตร

ตำแหน่งงาน : Kitchen (Canteen)

แผนก : แผนกอาหารและเครื่องดื่ม

โทรศัพท์ : 0859833283

## 2.9 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน ใน โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ เริ่มมาปฏิบัติงานตั้งแต่วันที่ 22 พฤษภาคม พ.ศ.2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน พ.ศ.2566 เป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ ภายใน 1 วันทำงาน 10 ชั่วโมง รวมเวลาพัก ซึ่งจะปฏิบัติงาน 5 วันต่อสัปดาห์ วันหยุด 2 วันต่อสัปดาห์

### 2.9.1 ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหา

ในช่วงระยะเวลาที่ผู้จัดทำได้เริ่มเข้ามาปฏิบัติงานที่โรงแรมได้ทำการศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหาภายในแผนก โดยสังเกตจากการทำงานในแผนกที่ผู้จัดทำโครงการได้เข้าไปปฏิบัติงาน แล้ววิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นในแผนก โดยเลือกปัญหาที่น่าสนใจและปัญหาที่สามารถแก้ไขได้จริง

### 2.9.2 คิดหัวข้อและนำเสนอหัวข้อโครงการ

คณะผู้จัดทำได้เห็นถึงปัญหา และได้นำปัญหาไปขอคำปรึกษาร่วมกับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อรับคำแนะนำในการทำโครงการสหกิจศึกษาและวางแผนแก้ไข ปัญหาได้อย่างถูกวิธี จึงทำให้เกิดเป็นหัวข้อโครงการขึ้นในหัวข้อโครงการเรื่อง มื้ออกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย (Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations)



### 2.9.3 ค้นหาข้อมูลและดำเนินการตามหัวข้อที่เสนอไว้

หลังจากที่นำเสนอหัวข้อแล้วได้ทำการค้นหาหาข้อมูลและวิธีการดำเนินการต่างๆ จากพนักงานที่ปรึกษาและหาข้อมูลในอินเทอร์เน็ตนำมาเป็นข้อมูลเบื้องต้น เพื่อทำการออกแบบ และวางแผนแก้ไขปัญหาคำถามที่ผู้จัดทำได้ค้นพบและได้กำหนดไว้ในโครงการ

### 2.9.4 จัดเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์

คณะผู้จัดทำได้จัดเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์ในการทำมีกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย โดยการใช้อุปกรณ์จากบ้านของผู้จัดทำและจากแผนกที่ปฏิบัติงาน

### 2.9.5 ทดลองทำผลิตภัณฑ์

คณะผู้จัดทำได้ทดลองทำผลิตภัณฑ์ตามคำแนะนำของพนักงานในครัวเคนทีนและพนักงานที่ปรึกษามาทำให้เป็นเมนูมีกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

### 2.9.6 นำผลิตภัณฑ์ที่ได้ไปทดลองชิม

นำเมนูมีกเทลน้ำผลไม้ 3 สหายที่ได้ทดลองทำไว้มาให้พนักงานในแผนกชิม เพื่อทำการวิเคราะห์และนำมาประเมินทำแบบสอบถามตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

### 2.9.7 จัดทำแบบประเมินเพื่อทำการสำรวจ

จัดทำแบบสอบถามขึ้นมาเพื่อประเมินความพึงพอใจของพนักงานในแผนกที่ได้ชิมเมนูมีกเทลน้ำผลไม้ 3 สหายว่าเป็นไปในทิศทางแบบไหน เพื่อที่จะได้นำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์และเก็บรวบรวมทำเป็นรูปเล่มโครงการ

### 2.9.8 จัดทำรูปเล่มโครงการ

การจัดทำรูปเล่มโครงการ ผู้จัดทำได้รวบรวมข้อมูลที่ได้เรียบเรียงและสรุปเป็นโครงการ จากนั้นส่งโครงการให้กับอาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อให้ตรวจสอบความถูกต้องแล้วจึงทำเป็นรูปเล่มที่สำเร็จเพื่อนำไปใช้ในการเผยแพร่และนำเสนอต่อไป

## 2.10 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ตารางที่ 2.1 แสดงขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ขั้นตอนการดำเนินงาน	พฤษภาคม	มิถุนายน	กรกฎาคม	สิงหาคม	กันยายน
1. ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหา					
2. คิดหัวข้อและนำเสนอหัวข้อโครงการ					
3. ค้นคว้าข้อมูลและดำเนินการตามหัวข้อที่เสนอไว้					
4. จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์					
5. ทดลองทำผลิตภัณฑ์					
6. นำผลิตภัณฑ์ที่ได้ไปทดลองชิม					
7. จัดทำแบบประเมินเพื่อทำการสำรวจ					
8. จัดทำรูปเล่มโครงการ					

## 2.11 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

### 2.11.1 ผลที่ได้รับจากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

คณะผู้จัดทำได้เรียนรู้ถึงกระบวนการต่างๆในการปฏิบัติงานและการร่วมปฏิบัติงานกับเพื่อนร่วมงาน ได้เรียนรู้ในการปรับตัวเข้ากับผู้ร่วมงาน ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการทำงานตั้งแต่แรกเริ่มของพนักงานแต่ละคนกว่าจะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานที่ตนเองรักได้ต้องใช้เวลาและความพยายามอย่างมาก ได้แลกเปลี่ยนความรู้กับนักศึกษาสหกิจต่างสถาบัน สิ่งที่ได้เรียนรู้ทั้งหมดสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้ และนำมาพัฒนาความรู้ความสามารถในการประกอบอาชีพในอนาคต อีกทั้งยังมีประสบการณ์ต่างๆ ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ที่เราได้รับมอบหมายในแต่ละวันให้สำเร็จ รวมไปถึงได้เรียนรู้ด้านการแก้ไขปัญหาสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงได้เป็นอย่างดี ได้เรียนรู้สิ่งต่างที่แตกต่างจากการเรียนการสอนในห้อง ในการปฏิบัติจริงได้รู้จักวิธีการทำงานของแผนก และได้พบเจอคนหลากหลายรูปแบบ และเรียนรู้จากพวกเขาเหล่านั้นได้นำประสบการณ์เหล่านั้นมาปรับใช้แก้ไขและพัฒนาตัวเองให้มีประสิทธิภาพในการทำงานเพิ่มมากขึ้น และสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าต่าง ๆ ได้ จากประสบการณ์ในการฝึกงานในครั้งนี้ นอกจากนี้ยังได้ความรู้ในการทำงานจากพวกพี่ๆในทีมและพี่หัวหน้าแผนกที่สอนการทำงานที่มีระบบ มีระเบียบ ถือว่าได้เตรียมความพร้อมในการทำงานในอนาคตได้เป็นอย่างดี

### 2.11.2 ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

1. ความไม่เข้าใจเกี่ยวกับงานที่ได้รับมอบหมาย เนื่องจากยังไม่เคยทำมาก่อน ไม่ค่อยมีประสบการณ์ด้านงานคร่ำครวจึงทำให้การปฏิบัติงานล่าช้าทำให้การทำงานเกิดความล่าช้า และผลงานที่ได้อาจไม่ดีพอ
2. ความกังวลเกี่ยวกับการปรับตัวเข้ากับผู้ร่วมงาน เนื่องจากในส่วนงานที่ไปฝึกประสบการณ์ฯ นั้น ส่วนมากมีแต่ผู้ร่วมงานที่เป็นผู้ชายทำให้ไม่กล้าพูดหรือถามเวลาไม่เข้าใจหรือมีข้อสงสัย ทำให้การทำงาน ดุดันและเกิดข้อผิดพลาด
3. ขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ในครัว เนื่องจากในการปฏิบัติงานจริงไม่เหมือนกับที่เรียนมาเป็นบางอย่าง ทำให้ต้องใช้เวลาในการทำความเข้าใจส่งผลให้การทำงาน เกิดความล่าช้า
4. ในการเข้าปฏิบัติงานในช่วงแรก นักศึกษามีความเกรงใจต่อพนักงาน จึงยังไม่กล้าที่จะสอบถามถึงรายละเอียดการทำงานมากเกินไป และยังไม่ค่อยรู้หน้าที่งานที่ต้องทำ
5. เกิดอุบัติเหตุในการทำงาน เช่น ถูกมีดบาด น้ำมันกระเด็น

### 2.12 ข้อเสนอแนะ

1. หากไม่เข้าใจในงานที่ได้รับมอบหมาย ควรสอบถามเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลงานในส่วนนั้น เพื่อจะได้ทำได้ถูกต้องและไม่เสียเวลาเพิ่มขึ้น
2. เมื่อมีข้อสงสัยใด ๆ ในการทำงานให้สอบถาม ทั้งนี้เพื่อเป็นการสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมงาน และการสอบถามในส่วนที่ไม่ได้จะช่วยทำให้การทำงานดุดันและเกิดข้อผิดพลาดน้อยที่สุด
3. ความเชี่ยวชาญเกิดจากความชำนาญและประสบการณ์ในการทำงาน การฝึกฝนเรียนและรู้การทำงาน การแก้ไขปัญหาจากการทำงาน หากหมั่นฝึกฝนและทำบ่อย ๆ อย่างต่อเนื่อง ในที่สุดจะเกิดทักษะความชำนาญในงานนั่นเอง
4. ควรสังเกตและศึกษาถึงระบบการทำงานภายในครัว หรือสอบถามจากพนักงานที่ปรึกษา
5. ควรฝึกฝนด้านการปฏิบัติงานในครัวและเพิ่มเติมความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ในการหั่นเนื้อ ตัดแต่งชิ้นเนื้อให้มากขึ้น
6. ควรพัฒนาและฝึกฝนให้ตนเองทำงานให้เสร็จตามที่ได้รับมอบหมายจากพนักงานที่ปรึกษา
7. ควรระมัดระวังในการปฏิบัติงาน เพื่อให้เกิดความผิดพลาดน้อยที่สุด
8. ควรพัฒนาและฝึกฝนตนเองให้ปฏิบัติงานรวดเร็ว คล่องแคล่วขึ้น

### บทที่ 3

## การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การจัดทำโครงการ “ ม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ”( Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations)จากน้ำผลไม้ที่เหลือใช้จากโรงแรมอมาริ คอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ (Amari Don Muang Airport Bangkok) ทางคณะผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร บทความ วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีการเสนอเป็นลำดับ ดังนี้

- 3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับเครื่องดื่ม
- 3.2 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับม็อกเทล (Mocktail)
- 3.3 เครื่องดื่มม็อกเทลยอดนิยมในประเทศไทย
- 3.4 ประโยชน์ของม็อกเทล (Mocktail)
- 3.5 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำม็อกเทล (Mocktail)
- 3.6 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง



รูปที่ 3.1 ม็อกเทล (Mocktail)

ที่มา : <https://cooking.kapook.com/view249245.html>

#### 3.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับเครื่องดื่ม

BESTERLIFE (2560) ได้เขียนบทความเกี่ยวกับเครื่องดื่มไว้ว่า เครื่องดื่ม เป็นอีกหนึ่งผลิตภัณฑ์ที่เป็นของเหลว ช่วยลดความกระหายให้กับผู้ดื่มได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้ดื่มนั้นรู้สึกลดความกระหายให้ความรู้สึกสดชื่นหลังจากที่ได้ดื่มเข้าไปแล้วจะทำให้ช่วยขจัดเซซปริมาณน้ำที่ร่างกายสูญเสียไปตลอดจนมีโภชนาการในด้านต่างๆ เครื่องดื่ม นั้นมีหลากหลายประเภทและหลากหลายส่วนประกอบที่มีความสำคัญเช่นเดียวกันนั้นก็คือสารให้ความหวานอย่างเช่น น้ำตาล มีหลากหลายรส หลากหลายกลิ่นปัจจุบันมีเครื่องดื่มจำหน่ายหลายยี่ห้อและหลายประเภท เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภค ทั้งที่มีกลิ่น รส และองค์ประกอบทางเคมีที่คล้ายคลึงกันหรือ

แตกต่างกัน นอกจากนี้ยังมีวิธีการดื่มที่แตกต่างกัน เช่น ดื่มในขณะที่ร้อน ดื่มในขณะที่เย็น หรือผสม เครื่องดื่มในรูปแบบต่าง ๆ เครื่องดื่มแบ่งออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ได้แก่

**3.1.1 เครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์ (Non-Alcoholic Beverages or Soft Drink)** โดยเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์ หรือซอฟต์แวร์ เครื่องดื่มประเภทนี้มีหลายชนิด ได้แก่

1. น้ำเปล่า (Water) คือน้ำที่บริสุทธิ์ไม่มีสิ่งอื่น ๆ เจือปนเหมาะสำหรับการดื่มในทุก ๆ มื้ออาหารดื่มได้ทั้งเย็น ๆ และตามอุณหภูมิห้อง

2. น้ำแร่ธรรมชาติ (Natural Mineral Water) เป็นเครื่องดื่มที่ได้จากธรรมชาติมีสารพวกเกลือแร่ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายซึ่งทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ยอมรับว่าจะช่วยในการย่อยอาหารและลดกรดในกระเพาะอาหารได้ เหมาะกับการดื่มในทุก ๆ มื้อของอาหารดื่มได้ทั้งเย็นและตามอุณหภูมิห้อง

3. น้ำผลไม้สด (Fresh Fruit Juice) เป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก ได้มาจากการนำผลไม้ที่ต้องการนำมาคั้นเอาแต่น้ำซึ่งก็เป็นประโยชน์ต่อร่างกายด้วยเช่นกัน ดื่มได้ทั้งเย็นและตามอุณหภูมิห้องและสามารถดื่มได้ทุกมื้ออาหารมีทั้งเป็นกระป๋อง (Canned Fruit Juice) ด้วย

4. น้ำสมุนไพร (Herbal Juice) นอกจากน้ำผลไม้สดแล้วเรายังสามารถนำสมุนไพรมาทำเป็นเครื่องดื่มได้อีกด้วยในปัจจุบันเป็นที่นิยมมากและยังเป็นที่ยอมรับว่ามีประโยชน์แก่ร่างกายเป็นอย่างมากดื่มได้ทั้งแบบร้อน ๆ เย็น ๆ และบางชนิดสามารถดื่มได้ทุกมื้ออาหารมีทั้งเป็นกระป๋องด้วย

5. น้ำเชื่อม (syrup) และน้ำเชื่อมผลไม้ (Cordial)  
 - น้ำเชื่อม หมายถึง น้ำกับน้ำตาลเคี่ยวรวมกันหรือมาละลายกับน้ำเปล่าซึ่งสามารถนำมาปรุงเครื่องดื่มและอาหารได้  
 - น้ำเชื่อมผลไม้ หมายถึง การเติม สี กลิ่น รสของผลไม้ที่ได้จากการตั้งเคี่ยวทิ้งไว้ในน้ำเชื่อม เช่น น้ำเชื่อมที่มีรสมะนาว (Lime Cordial) น้ำเชื่อมรสทับทิม (Grenadine Syrub) เป็นต้น

6. น้ำผลไม้เข้มข้น (Fruit Squash) หมายถึง เครื่องดื่มชนิดที่ทำจากน้ำผลไม้ชนิดต่าง ๆ และมีการเติมน้ำตาลหรือน้ำเชื่อมเพื่อให้มีความเข้มข้นมากขึ้น นอกจากนี้อาจจะมีการปรุงแต่งสี กลิ่น และรส ลงไปด้วย

7. น้ำโซดา (Soda water) เป็นเครื่องดื่มที่ผสมระหว่างเกลือโซเดียมไบคาร์บอเนตกับ น้ำมีรสซ่า

8. อาร์ทิฟิเชียล วอเตอร์ (Artificial Water) หมายถึงเครื่องดื่มที่ได้จากการนำเอาน้ำมาปรุงแต่ง สี กลิ่นและรสชาติลงไปตามต้องการเช่น Coca Cola Seven up เป็นต้น

9. น้ํานม (Milk) สามารถแบ่งออกได้เป็นน้ํานมที่ผ่านกระบวนการฆ่าเชื้อตามวิธีการต่าง ๆ และ น้ํานมสด

**3.1.2 เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ (Alcoholic Beverage)** เครื่องดื่มประเภทนี้มีมากมายหลายชนิด แต่ละชนิดแตกต่างกันขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง เช่น วิธีการผลิตโดยการหมัก หรือการกลั่น วัตถุประสงค์ ปริมาณแอลกอฮอล์ การเก็บหรือการปรุงผสมเพิ่มเติมเป็นต้น ซึ่งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์สามารถแบ่งได้เป็น 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 คือ กลุ่มสุรา (Spirit) ได้แก่ จิน รัม วอดก้า บรั่นดี วิสกี้ ตากีลา ลิเกียว แอควาวิท แอปเพอริทิฟ

กลุ่มที่ 2 คือ กลุ่มเบียร์ (Beer) ได้แก่ ลาเกอร์เบียร์ เอล

กลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มไวน์ (Wine) ได้แก่ ไวน์แดง ไวน์ขาว โรเซ่ไวน์ สปาร์คลิ่งไวน์ แชมเปญ

### 3.1.3 เครื่องดื่มผสม

3.1.3.1 ค็อกเทล (Cocktail) หมายถึง เครื่องดื่มที่มีส่วนผสมระหว่างเหล้าหลักชนิดใดชนิดหนึ่ง หรือเหล้ามากกว่า 2 ชนิดผสมกัน หรือ มีเหล้าผสมกับส่วนผสมอื่นๆ เช่น น้ําเชื่อม น้ํามะนาว ครีม เหล้าหวาน เพื่อปรุงแต่งกลิ่นและรสให้แต่ละส่วนผสมต่างกันออกไป

3.1.3.2 ม็อกเทล (Mocktail) หมายถึง เครื่องดื่มผสมที่จำลองให้เหมือน ค็อกเทล เพียงแต่ไม่มีแอลกอฮอล์เป็นส่วนผสม ซึ่งม็อกเทลส่วนมากจะเป็นเครื่องดื่มที่ทำการผสมน้ำผลไม้ต่างๆเข้าด้วยกัน หรือส่วนผสมอื่น เช่น น้ำอัดลม น้ําเชื่อมผลไม้ นมสด ครีม หรือไอศกรีม เป็นต้น

## 3.2 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับม็อกเทล (Mocktail)

ศิริพรรณ อภินันท์ (2560) ได้ให้ความหมาย คำว่า ม็อกเทล (Mocktail) แปลว่า "การลอกเลียนแบบ" ตามภาษาอังกฤษ ซึ่งคำว่า นี้ใช้แทนชื่อเรียกเครื่องดื่มผสมประเภทที่ไม่ใส่แอลกอฮอล์มานานแล้ว เป็นการเล่นคำที่คล้ายกันกับคำว่า ค็อกเทล (Cocktail) โดยบัญญัติคำว่า ม็อกเทล (Mocktail) แทนเครื่องดื่มในแนวนี้ทั้งหมด โดยที่คำว่า "ม็อกเทล" ถูกกำหนดขึ้นที่ประเทศสหรัฐอเมริกา ช่วงปี ค.ศ. 1980 โดยนายวิลเลียม ยูจีน สมิธ นักการเมืองชาวอเมริกา ผู้ที่รณรงค์ให้ชาวอเมริกันเลิกดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ผสม แล้วหันมาดื่มเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์แทน จนมีเครื่องดื่มม็อกเทลที่เรียกตามชื่อฉายาของเขาว่า Mr. Pussy Foot

ดังนั้นคำว่า Mocktail โดยส่วนใหญ่แล้วจะหมายถึง เครื่องดื่มผสมที่ปราศจากแอลกอฮอล์ เน้นรสชาติของผลไม้ต่างๆ ที่นำมาเป็นส่วนผสม คำว่า Mocktail จะมีเสียงเรียกที่คล้ายกับคำว่า Cocktail จริงๆ แล้วคำว่า Mock เป็นการใช้คำเลียนแบบคำว่า Cock เป็นลูกเล่นของการใช้ภาษาพูด ไม่ได้มีความหมายเฉพาะเจาะจง คำว่า Mocktail ถูกบัญญัติขึ้นเพื่อใช้เรียกชื่อแทนประเภทของเครื่องดื่มผสมที่ไม่มีแอลกอฮอล์ หรือมีแอลกอฮอล์ผสมอยู่บ้าง แต่ในปริมาณที่น้อยมากๆ



### 3.3 เครื่องดื่มม็อกเทลยอดนิยมในประเทศไทย

ต้นหอม (2562) กล่าวว่า เครื่องดื่มม็อกเทลแต่ละอย่างจะมีสูตรการทำที่แตกต่างกัน แต่มักจะทำตามขั้นตอนแบบเดียวกับสูตรค็อกเทล สูตรเครื่องดื่มม็อกเทลยอดนิยมที่ปรุงง่าย ๆ แต่มีรสชาติอร่อยและดื่มง่ายมีดังนี้



รูปที่ 3.2 เวอร์จินม็อกตี้

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

#### 3.3.1 เวอร์จินม็อกตี้ (Virgin Mojito) ส่วนผสมและขั้นตอนการทำ มีดังนี้

##### ส่วนผสม

- ใบสะระแหน่สับ 10 ใบ
- น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ
- มะนาว 1 ลูก (หั่นชิ้นเล็ก)
- น้ำแข็ง
- สไปรท์ 200 มิลลิลิตร
- ใบสะระแหน่ (สำหรับตกแต่ง)
- เลมอนหั่นแว่น (สำหรับตกแต่ง)

##### ขั้นตอนการทำ

1. ใส่ใบสะระแหน่สับ น้ำตาลทราย และเลมอนหั่นลงในแก้ว จากนั้นใช้ไม้บดส่วนผสมให้เข้ากัน
2. ใส่น้ำแข็งลงไป ตามด้วยน้ำอัดลม คนผสมให้เข้ากัน ตกแต่งด้วยใบสะระแหน่และมะนาวพร้อมเสิร์ฟ





รูปที่ 3.3 เลมอนมินต์

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

### 3.3.2 เลมอนมินต์ (Lemon Mint) ส่วนผสมและขั้นตอนการทำ มีดังนี้

#### ส่วนผสม

- เลมอน 1 ลูก
- ใบสะระแหน่ (เด็ดเป็นใบ)
- น้ำแข็ง
- น้ำอัดลมกลิ่นเลมอน

#### ขั้นตอนการทำ

1. หั่นเลมอนเป็นชิ้น ๆ บีบน้ำเลมอนลงในอ่างผสมพร้อมเปลือก ใส่ใบสะระแหน่ลงไป จากนั้นใช้ไม้บดส่วนผสมให้เข้ากัน
2. เทส่วนผสมเฉพาะของเหลวลงในกระบอกเชคเกอร์ ใส่น้ำแข็งตามลงไปแล้วเขย่าให้เข้ากัน เทส่วนผสมใส่ลงในแก้วที่มีน้ำแข็งเตรียมไว้ประมาณ 1/2 แก้ว ตามด้วยน้ำอัดลมกลิ่นเลมอนจนเกือบเต็ม ใส่เลมอนฝานเป็นชิ้นบางลงในแก้ว แต่งใบสะระแหน่ให้สวยงาม พร้อมเสิร์ฟ



รูปที่ 3.4 น้ำจิงแตงโม

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

### 3.3.3 น้ำจิงแตงโม (Watermelon Ginger) ส่วนผสมและขั้นตอนการทำ มีดังนี้

#### ส่วนผสม

- เนื้อแตงโมหั่นเต๋า 4 ถ้วย
- น้ำตาลทราย 1 ถ้วย
- น้ำเปล่า 1 ถ้วย
- จิงสด 1 แ่ง (ฝานเป็นแว่น)
- ฝักวานิลลา 1 ฝัก (ขูดเมล็ดออก)
- แดงกวาญี่ปุ่น 1 ลูก (สไลซ์เป็นแว่น)
- โขด 1 ถ้วย
- น้ำแข็งบด

#### ขั้นตอนการทำ

1. ใส่เนื้อแตงโมลงในเครื่องปั่น ปั่นจนละเอียด ยกกรองเอาเฉพาะน้ำ
2. เติมน้ำตาลทราย น้ำเปล่า จิง และฝักวานิลลาพร้อมเมล็ดลงในหม้อ นำขึ้นตั้งไฟปานกลาง เคี่ยวจนน้ำตาลทรายละลายและเป็นน้ำเชื่อม ยกออกจากเตา พักทิ้งไว้จนเย็น
3. ใส่น้ำแข็งบดลงในแก้ว ตามด้วยน้ำเชื่อมจิงเล็กน้อย เทน้ำแตงโมลงไป ใส่น้ำตาลลงไป สุดท้ายเติมโขดลงไปจนเต็มแก้ว (อัตราส่วนตามชอบ) พร้อมเสิร์ฟ



รูปที่ 3.5 น้ำมะนาวสตรอเบอร์รี่

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

### 3.3.4 น้ำมะนาวสตรอเบอร์รี่ (Strawberry Lemonade) ส่วนผสมและขั้นตอนการทำ มีดังนี้

#### ส่วนผสม

- สตรอว์เบอร์รี่สด ไลซ์บาง 1 ถ้วยครึ่ง
- น้ำตาลทราย ครึ่งถ้วย
- น้ำเปล่า 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำมะนาวคั้นสด 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำเลมอนคั้นสด 6 ออนซ์
- น้ำแข็ง

#### ขั้นตอนการทำ

1. ใส่สตรอว์เบอร์รี่สด น้ำตาลทราย น้ำเปล่า และน้ำมะนาวลงในหม้อ คนผสมให้เข้ากันจนน้ำตาลทรายละลาย นำขึ้นตั้งไฟปานกลางเคี่ยวจนเดือดแล้วลดเป็นไฟอ่อนสุด เคี่ยวต่ออีก 5-7 นาที
2. พอครบเวลาแล้วยกลงจากเตา พักทิ้งไว้จนเย็น (สามารถนำส่วนผสมทั้งหมดไปปั่นให้เป็นเนื้อเดียวกันได้)
3. แต่งแก้วให้สวยงามก่อนเสิร์ฟโดยนำมะนาวมาทาขอบ ๆ ปากแก้ว จากนั้นคว่ำแก้วลงในน้ำตาลทราย เพื่อให้น้ำตาลติดที่ขอบ ๆ ปากแก้ว
4. ตักซอสสตรอว์เบอร์รี่ที่เย็นแล้วลงในแก้ว ตามด้วยน้ำแข็ง สุกท้ายเทน้ำเลมอนลงไป แต่งด้วยเลมอนฝานเป็นแว่น ๆ พร้อมเสิร์ฟ (หรือใครจะนำส่วนผสมทั้งหมดใส่ลงไปคนผสมกันในเหยือกก่อนนำมาเทใส่แก้วก็ได้)

### 3.4 ประโยชน์ของม็อกเทล (Mocktail)

1. แคลอรีน้อย เนื่องจากส่วนผสมที่ใช้โดยมากจะเป็นกลุ่มน้ำตาลผลไม้ น้ำโซดา น้ำเชื่อม และ น้ำหวานอื่นๆ ที่ไม่มีแอลกอฮอล์ เรื่องของแคลอรีอาจมีบ้างแต่ก็จะไม่เท่ากับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่มีปริมาณแคลอรีมากกว่า

2. เป็นเครื่องดื่มที่ให้ความสดชื่นและบำรุงสุขภาพ เหมาะสำหรับงานเลี้ยงต่างๆ

3. ม็อกเทลเป็นเครื่องดื่มที่มีประโยชน์ สามารถทำเองได้ ดังนั้น สามารถเลือกวัตถุดิบเองได้ จึงมั่นใจได้ว่า ม็อกเทลเป็นเครื่องดื่มที่เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย

4. ผักผลไม้ และสมุนไพรของไทยหลายชนิดที่เป็นส่วนผสมในม็อกเทล มีสรรพคุณบำรุงสุขภาพ เช่น กระเจี๊ยบแดง ป้องกันการจับตัวของไขมันในเส้นเลือด ช่วยขับปัสสาวะ และช่วยอาการร้อนใน ตะไคร้ มีกลิ่นหอม ช่วยขับลมในลำไส้ ทำให้เจริญอาหาร

5. การดื่มเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์จะไม่ส่งผลกระทบต่อระบบประสาทและตับก็จะทำงานปกติ

6. โดยทั่วไปแล้วราคาส่วนผสมของเครื่องดื่มที่แพงมักมาจากส่วนผสมที่เป็นแอลกอฮอล์ที่เรียกว่า ค็อกเทล แต่ส่วนของม็อกเทลไม่ใช้แอลกอฮอล์ จึงทำให้ราคาถูกลงกว่ามาก

### 3.5 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำม็อกเทล (Mocktail)



รูปที่ 3.6 ขิง

ที่มา : <https://www.bigc.co.th/blog/th/>

#### 3.5.1 ขิง

กมลทิพย์ สุวรรณเดช และดวงใจ สุขเฉลิม (2548) กล่าวว่า แหล่งกำเนิดของขิงไม่มีรายงานหรือปรากฏหลักฐานที่แน่ชัดว่ามีถิ่นกำเนิดจากที่ใด แต่สันนิษฐานว่าขิงมีแหล่งกำเนิดอยู่ในบริเวณเอเชียตอนใต้ โดยเชื่อว่าแหล่งกำเนิดอยู่ในประเทศจีนชาวอินเดียได้นำขิงเข้าไปจำหน่ายในทวีปยุโรป ประมาณในศตวรรษที่ 7 ได้มีผู้นำเข้าไปจำหน่ายในประเทศแถบทะเลเมดิเตอร์เรเนียน มีชื่อภาษาสันสกฤตว่า “Singabera” พวกกรีกและลาติน เรียกว่า “Zingiber” ซึ่งคำนี้ปัจจุบันคือชื่อสกุล (Genus) ของขิงเชื่อว่าแหล่งกำเนิดของขิงนำมาจากประเทศในแถบเอเชียอาคเนย์ ปัจจุบัน

จึงเป็นพืชที่มีปลูกมากในในประเทศอินเดีย ญี่ปุ่น เกาหลีและประเทศในแถบเอเชียอาคเนย์ จึงจัดเป็นสมุนไพรชนิดหนึ่งที่มีประโยชน์ต่อร่างกายในหลาย ๆ ด้าน เพราะอุดมไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุที่มีความสำคัญอย่างมากต่อร่างกายของเรา เช่น วิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 วิตามินบี 3 วิตามินซี เบต้าแคโรทีน ธาตุเหล็ก ธาตุแคลเซียม ธาตุฟอสฟอรัส แกรมยังมีโปรตีน คาร์โบไฮเดรต และเส้นใยจำนวนมากอีกด้วย ซึ่งประโยชน์ของขิงนั้น เราสามารถนำมาใช้ได้หลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็น ราก เหง้า ต้น ใบ ดอก แก่น และผลก็ได้

**ลักษณะทางพฤกษศาสตร์** ขิงเป็นพืชล้มลุก มีลำต้นแต่อยู่ใต้ดินลักษณะเป็นเหง้า นิยมเรียกกันว่าแงงขิง หรือหัวขิง มีลักษณะเป็นแท่งสั้นแตกแขนงออกเป็นแงงย่อย รูปร่างเหมือนฝามือ ประกอบด้วยแงงเล็ก ๆ คล้ายนิ้วมือ รสชาติหวาน เผ็ดร้อน เหง้าหรือลำต้นที่นี้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ข้ามฤดูหรือหลาย ฤดู ซึ่งต่างจากลำต้นเทียมเหนือดินที่มีอายุอยู่ได้เพียงฤดูเดียว หรือ ประมาณ 8-12 เดือน



รูปที่ 3.7 เหง้าขิง

ที่มา : <https://thaihit.com/>

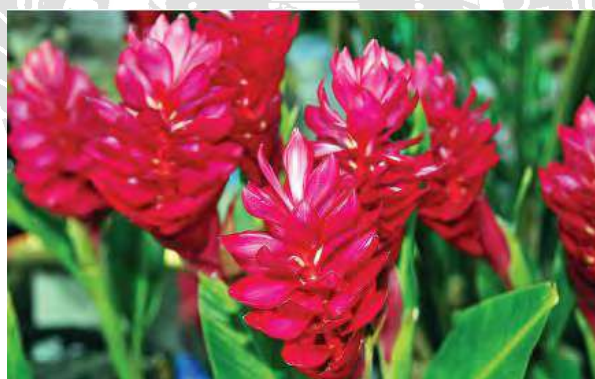
**ลักษณะเหง้า** ขิงเป็นพืชในกลุ่มเดียวกับข่าและขมิ้น มีลำต้นขึ้นแน่นเป็นกอ โดยมีลำต้นแท้ที่เป็นเหง้าอยู่ใต้ดิน ซึ่งมักเรียก แงงขิงหรือหัวขิง (Rhizome) ซึ่งเป็นส่วนที่ใช้นำมาบริโภค และใช้ประโยชน์มากที่สุด หัวขิงมีลักษณะเป็นแท่งสั้น แตกแขนงออกเป็นแงงย่อย เปลือกของแงงหรือหัวมีสีขาวอมเหลืองหรือสีเหลืองอ่อนตามสายพันธุ์ มีแผ่นเปลือกนอกหุ้มเป็นแผ่นสีน้ำตาลแกมเหลือง และมีรากฝอยแตกออกจากแงง เนื้อด้านในมีสีเหลือง มีกลิ่นหอมเฉพาะ ส่วนลำต้นเทียมที่โผล่เหนือดินจะประกอบด้วยแกนลำที่มีลักษณะเป็นปล้อง ถูกหุ้มด้วยกาบใบเรียงตามความสูง



รูปที่ 3.8 ไบจิง

ที่มา : <https://thaihitz.com>

**ลักษณะใบ** ใบและกาบใบเป็นส่วนหนึ่งของลำต้นเทียมที่แทงออกจากเหง้าหรือลำต้นใต้ดิน ใบเป็นใบเลี้ยงเดี่ยว ลักษณะคล้ายหอกเก๋เกี้ยว ๆ ยาวประมาณ 15-17 เซนติเมตร กว้างประมาณ 1.8-3 เซนติเมตร ใบออกเรียงสลับกันเป็นสองแถว หลังใบห่อจีบเป็นรูปร่างน้ำใบส่วนยอดชันตั้งตรง ใบล่างโค้งพับลงด้านล่าง ขอบใบเรียบ ปลายใบสอบเรียวแหลมมีเส้นกลางใบมองเห็นอย่างชัดเจน โคนใบสอบแคบ และจะเป็นกาบหุ้มลำต้นเทียม มีสีเขียวเข้ม มีขนเล็ก ๆ ขึ้นตามใบ



รูปที่ 3.9 ดอกจิง

ที่มา : <https://thaihitz.com>

**ลักษณะดอก** จิงเป็นพืชที่ไม่ค่อยออกดอกหรือติดเมล็ดมากนัก จะพบบ้างบางสายพันธุ์และสภาพแวดล้อมที่ปลูก โดยจิงจะออกดอกเป็นช่อ แทงขึ้นมาจากเหง้า มีก้านช่อยาวประมาณ 15-25 เซนติเมตร ช่อดอกมีลักษณะเป็นกาบ ประกอบด้วยดอกและกลีบดอกจำนวนมาก ยาวประมาณ 4-7 เซนติเมตร กลีบดอกมีสีเหลืองแกมเขียว เมื่อดอกบานมีสีแดงสด

### 3.5.2 ประโยชน์ของจิง

1. ส่วนของเหง้ามีรสหวานเผ็ดร้อนและช่วยขับลม แก้ท้องอืด จุกเสียด แน่นเพื่อคลื่นไส้ อาเจียน แก้หอบหืดช่วยขับเสมหะ

2. ส่วนของต้นมีรสเผ็ดร้อนช่วยขับลมให้ผายโรอแก้จุกเสียดแก้ท้องร่วง
3. ส่วนของใบมีรสเผ็ดร้อนช่วยแก้อาการฟกช้ำ
4. ส่วนของดอกมีรสเผ็ดร้อน แก้โรคประสาท ช่วยย่อยอาหาร แก้การบัสสาวะติดขัด
5. ส่วนของรากมีรสหวานเผ็ดร้อนและขม แก้อาการแน่นท้องช่วยทำให้เจริญอาหาร



รูปที่ 3.10 ส้ม

ที่มา : <https://www.truelookpanya.com/dhamma/content/>

### 3.5.3 ส้ม

พจนานุกรมยศปัญญา (2540) กล่าวว่า ส้ม เป็นผลไม้ชนิดหนึ่งที่มีคุณค่าทางโภชนาการอาหารสูง และเป็นพืชชนิดหนึ่งที่ ความสำคัญทางเศรษฐกิจ ในแง่ของเกษตรกรเองก็นับได้ว่าเป็นพืชที่ให้ผลตอบแทนต่อไร่สูงกว่าพืชชนิดอื่น ๆ มากและกำลังอยู่ในความสนใจของเกษตรกร พันธุ์ส้มที่มีการปลูกมากที่สุดนับเป็นแสนไร่ คือ ส้มเขียวหวาน ปัจจุบันมีการขยายพื้นที่การปลูกส้มออกไปอย่างรวดเร็ว กระจายแพร่หลายในทุกภาคของประเทศไทย โดยเฉพาะในเขตภาคกลางแถบ ปทุมธานี นครนายก สระบุรี และภาคเหนือ จังหวัด เชียงราย แพร่ น่าน เป็นต้น และปัจจุบันมีแนวโน้มว่า การขยายพื้นที่ปลูกไปสู่แหล่งใหม่ ๆ มี มากมาย

คำว่า “ส้ม” หรือ “พืชตระกูลส้ม” หมายถึงพืชที่อยู่ในสกุลซิตรีส (Citrus genus) ทั้งหมด เช่น มะปัด มะนาว มะกรูด ส้มจี๊ด ส้มเขียวหวาน ส้มเกลี้ยง ส้มจุกและส้มโอ เป็นต้น รวมทั้งพืชสกุลใกล้เคียง (Citrus relatives) อีกหลายชนิด จึงนับได้ว่าเป็นพืชกลุ่มใหญ่มากกลุ่มหนึ่ง ถิ่นกำเนิดของ ส้ม อยู่ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ อาจเป็นแถบตอนใต้ของประเทศจีนหรือหมู่เกาะมาลาเย เชื่อกันว่า ไทยอาจเป็นแหล่งกำเนิดของส้มแห่งหนึ่งได้เช่นกัน แต่อย่างไรก็ตามไม่มีผู้ใดสามารถยืนยันได้ว่า แหล่งกำเนิดที่แท้จริงอยู่ที่ใด สำหรับประวัติการนำส้ม โดยเฉพาะส้มเขียวหวานเข้ามาปลูกในประเทศไทย ไทยนั้น ไม่มีหลักฐานปรากฏชัดเจน แต่เชื่อว่าชาวจีนเป็นผู้นำเข้ามาเมื่อประมาณ

ปี พ.ศ. 2400-2410 จุฬามาศ (2547) กล่าวว่า การปลูกส้มเขียวหวานเป็นอาชีพทำกันมาประมาณ 80 ปีที่ผ่านมาเอง โดย ปลูกกันมากในเขตตำบลบางมด ซึ่งอยู่ในเขตราชบุรีบูรณะ และเขตบางขุนเทียน ส้มเขียวหวานที่ปลูก ในแถบนี้จะเรียกว่า “ส้มบางมด” ซึ่งถือว่าเป็นแหล่งผลิตส้มที่มีชื่อเสียงในด้านคุณภาพตั้งแต่อดีตมาจนถึงปัจจุบัน ระยะต่อ ๆ มาสภาพสวนบริเวณบางมดเปลี่ยนไป รวมทั้งปัญหาน้ำเค็ม น้ำเสีย ทำให้พื้นที่ สวนส้มเขียวหวานลดลงเกือบหมด แต่ยังมีผู้ที่ใจรักในด้านการปลูกส้มเขียวหวานได้ไปหาแหล่งปลูกที่อื่น ๆ ที่สามารถปลูกส้มบางมดได้ ทำให้พื้นที่ปลูกกระจายออกไปทั่ว เช่น พื้นที่จังหวัดปทุมธานี สระบุรี นครนายก ลพบุรี นอกจากนี้ยังแพร่กระจายไปปลูกในแหล่งอื่น ๆ เช่น เชียงราย น่าน แพร่ จันทบุรี ตราด เป็นต้น

การจำแนกพันธุ์ส้ม ส้มเป็นพืชตระกูลใหญ่ตระกูลหนึ่ง ประกอบด้วยพวกส้มต่าง ๆ มากมาย แต่ละพวกก็มีชนิดพันธุ์ต่าง ๆ มากมาย การแบ่งพวกแบ่งกลุ่มของส้มจะแตกต่างกันออกไปบ้างตามวัตถุประสงค์ นอกจากนี้ส้มก็ยังแบ่งออกเป็นพันธุ์ได้อีกหลายพันธุ์ เพื่อให้เข้าใจได้โดยง่าย ในที่นี้จะแบ่งส้มออกเป็น พวกใหญ่ ๆ ได้ดังนี้

1. ส้มพองแกน (Ponkan or honey orange) ผลมีขนาดใหญ่ สุกในช่วงต้นฤดู การเก็บเกี่ยวจะต้องขลิบทีละผล ถ้าเก็บด้วยการปลิดผล เปลือกที่ขั้วจะแยกออกเป็นแผลผล ส้มพันธุ์นี้มีคุณภาพดี ลำต้นตรงกิ่งเปราะหักง่าย โดยเฉพาะช่วงการให้ผล ผลตก และมักติดผลปีเว้นปี มีปลูกกันบ้างพอสมควร

2. ส้มซัทซูม่า (Satsuma Mandarin) ชื่อวิทยาศาสตร์ว่า Citrus unshiu (Mare) ลักษณะของพันธุ์นี้สามารถทนทานต่อสภาพอากาศทั้งในฤดูร้อนและฤดูหนาวได้ดีมาก ให้ผลคุณภาพดี ไม่มีเมล็ด ผิวเปลือกสีส้มแก่ไม่สวยงาม โดยเฉพาะพันธุ์โอวาริ (Owari) เป็นพันธุ์เดียวที่ปลูกกันเป็นการค้า และมีปลูกมากทางตอนเหนือของฟลอริดา รวมทั้งพื้นที่ในประเทศญี่ปุ่นด้วย

3. ส้มออแลนโด (Orlando tangelo) เป็นส้มพันธุ์ลูกผสมระหว่างพันธุ์ต้นแคนกับส้มแดน มีลำต้นแข็งแรงสามารถทนทานต่ออากาศหนาวได้ดี ลักษณะขอบใบจะห่ออย่างเด่นชัด ผลที่ได้มีขนาดค่อนข้างใหญ่ เปลือกบางและติดค่อนข้างแน่นกับเนื้อผิวเปลือกสีส้ม คุณภาพของผลให้รสชาติดี ทนทานในการขนส่ง แต่ผลแก่เร็ว ในรัฐฟลอริดาเป็นแหล่งปลูกที่แพร่หลายที่สุด

4. ส้มแทนเจอร์นิน (Tangerine) พันธุ์ที่ปลูกเป็นการค้าได้แก่ คลิเมนไทล์ (Clementine) และแดนซ์ (Dancy) ผลส้มขนาดกลางค่อนข้างเล็ก ผิวเปลือกผลสีแดงอมส้มแก่ เป็นพันธุ์ที่ให้ผลตกปริมาณผลตอบแทนที่ได้ขึ้นอยู่กับการศึกษาแลบำรุงรักษาที่ดี ส่วนของกิ่งมีลักษณะเปราะและหักง่าย ผลส้ม สีเปลือกอ่อน พร้อมทั้งเป็นพันธุ์ที่เหมาะสมกับเขตปลูกที่ร้อนชื้น

5. ส้มคิง (King Mandarin) ชื่อวิทยาศาสตร์ว่า Citrus robilis (Lour) เป็นพันธุ์ส้มเปลือกอ่อนที่มีขนาดผลใหญ่ที่สุด เปลือกผลมีลักษณะหยาบและค่อนข้างหนา ผิวเปลือกผลและเนื้อมีสีเหลือง เข้มหรือส้มอ่อน ผลแก่ตอนช่วงปลายฤดู ส่วนของเมล็ดสามารถทนต่อสภาพอากาศร้อนได้



ผลส้มพันธุ์ นี้จัดได้ว่ามีคุณภาพดีมาก ปลูกมากในออสเตรเลีย โดยเฉพาะพันธุ์เอมเพอร์ (Emperor) ซึ่งนิยมปลูก เป็นการค้า แต่ก็ยังปลูกกันไม่มากหรือกล่าวได้ว่าไม่เป็นที่นิยมนัก

6. ส้มเพจ (Page) เป็นลูกผสมของส้มพันธุ์มินเนโอลากับส้มคลิเมนไทน์ ผลไม่ดก ขนาดผลที่ได้ไม่สม่ำเสมอ เปลือกผลสีเหลือง เนื้อสีเข้ม รสดีมาก แต่ไม่เป็นที่นิยมกัน

7. ส้มเมอคอต (Murcott honey) ผลรูปทรงกลมค่อนข้างแบน เปลือกผลบริเวณที่ติดกับขั้วยังคงเป็นสีเขียวอยู่ ผิวเปลือก โดยทั่วไปเป็นสีส้มแก่แต่ไม่เข้มเท่ากับผลส้มซัทซูมา ผิวเปลือกมีลักษณะ บางทำให้ปอกได้ง่าย

8. ส้มมินเนโอลา (Minncola tangerine) เป็นส้มพันธุ์ลูกผสมที่มีกำเนิดมาจากส้มออแลนโกล่าต้นแข็งแรงทนต่อสภาพอากาศหนาวได้บ้าง แต่ไม่ดีเท่าส้มออแลนโกล่า ขนาดใบใหญ่ ปลายใบแหลม ให้ผลลักษณะค่อนข้างกลม มีจุด เปลือกผลค่อนข้างหนา แต่ไม่ติดแน่นกับส่วนเนื้อเท่าส้มออแลนโกล่า ผิวเปลือกมีลักษณะเรียบ สีสวยงามเมื่อดูดผลน้อย และให้รสชาติดี

9. ส้มลูกผสมอื่นๆ ได้แก่ ส้มออสซีโอลา (Osceola) ส้มโนวา (Nova) ส้มลี (Lee) และส้มโรบินสัน (Robinson) เป็นต้น ซึ่งเป็นส้มลูกผสมที่มีน้ำมากและรสชาติดี

### 3.5.4 พันธุ์ส้มที่ปลูกในประเทศไทย



รูปที่ 3.11 ส้มเขียวหวาน

ที่มา : <https://www.pinterest.com/pin/796152040391994365/>

1. ส้มเขียวหวาน เป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง กิ่งมีหนามยาวเล็กน้อย ผลมีลักษณะกลมแบน เปลือกบางผิวเรียบเกลี้ยงลื่น เปลือกแกะออกง่าย ผลอ่อนมี สีเขียว เมื่อผลสุกจะมีสีเหลือง หรือสีเขียวอมเหลือง ตามสายพันธุ์ มีเนื้อน้ำสีเหลือง อยู่ข้างในแยกเป็นกลีบๆ มีรสชาติเปรี้ยวอมหวาน หรือหวานตามสายพันธุ์ มีกลิ่นหอม มีถิ่นกำเนิดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เป็นที่นิยมปลูกกันมากในหลายประเทศ ส้มเขียวหวานที่นิยมปลูก ในประเทศไทยมีหลายพันธุ์ มีคุณประโยชน์และสรรพคุณ ทางยาหลายอย่าง นำมาประกอบอาหารเมนูต่าง ๆ หลายเมนู ทำเป็นเครื่องดื่มต่าง ๆ ได้



รูปที่ 3.11 ส้มสายน้ำผึ้ง

ที่มา : <https://www.tops.co.th/th/sainamphung-orange-pack-0209200037551>

2. ส้มสายน้ำผึ้ง หรือ ส้มโชกุน หรือ ส้มเพชรยะลา เป็นพันธุ์ส้มในกลุ่มส้มเขียวหวานชนิดหนึ่ง ที่ปัจจุบันกำลังได้รับความนิยมอย่างสูง เพราะผลส้มนี้มีคุณภาพและรสชาติที่ดีกว่าส้มเขียวหวานชนิดอื่นๆ ในหลายๆ ด้าน เนื้อแน่น สีส้มสวยฉ่ำ รสชาติหวานอมเปรี้ยวเล็กน้อย



รูปที่ 3.12 ส้มจี๊ด

ที่มา : [https://www.matichonweekly.com/column/article\\_389089](https://www.matichonweekly.com/column/article_389089)

4. ส้มจี๊ด ผลมีลักษณะเหมือนผลส้มทั่วไป แต่จะมีขนาดเล็ก ส้มชนิดนี้เป็นส้มที่กินเปลือก ผลมีขนาดเล็กมีทั้งกลมและรี มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 1.5-3 เซนติเมตร ผิวผลบาง เป็นสีเขียวและมีกลิ่นหอม เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีส้ม เนื้อในผลมีรสเปรี้ยวจัด ภายในผลมีเมล็ดประมาณ 1-3 เมล็ด

### 3.5.5 ประโยชน์ของส้ม

1. ส้มมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระมากมาย จึงช่วยในการชะลอวัย
2. ส้มช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ร่างกาย ให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง
3. น้ำส้มใช้ดื่มแก้กระหายเพิ่มความสดชื่นให้แก่ร่างกาย เพิ่มความกระปรี้กระเปร่า
4. ช่วยบำรุงสายตา ป้องกันการเกิดโรคต้อกระจก เพราะส้มมีวิตามินซี
5. ช่วยในการขับถ่าย เพราะส้มมีกากใยสูง
6. มีสารเบต้าแคโรทีนที่ช่วยชะลอความเสื่อมเส้นผม เล็บ และผิว
7. ช่วยป้องกันการเกิดโรคเลือดออกตามไรฟัน



รูปที่ 3.13 แดงโม

ที่มา : <https://www.tops.co.th/th/>

### 3.5.6 แดงโม

มานตร กอบน้ำเพชร และ จิโรภาส โชติฉัตรชัย (2563) กล่าวว่า แดงโม เป็นผลไม้ที่มีน้ำประกอบอยู่เป็นจำนวนมาก และหวานมากแต่น้ำตาลน้อยกว่าผลไม้บางชนิดเนื่องจากน้ำตาลในผลคือน้ำตาลกลูโคส ภาคตะวันออกเฉียงเหนือเรียก บักโม ภาคเหนือเรียก บะเต้า จังหวัดตรังเรียกแดงจิน ถิ่นกำเนิดอยู่ในทะเลทรายคาลาฮารีทวีปแอฟริกา ชาวอียิปต์เป็นชาติแรกที่ปลูกแดงโมไว้รับประทานเมื่อสี่พันปีมาแล้ว ชาวจีนเริ่มปลูกแดงโมที่ซินเกียงสมัยราชวงศ์ถัง และชาวมัวร์ได้นำแดงโมไปสู่ทวีปยุโรป แดงโมแพร่หลายเข้าสู่ทวีปอเมริกาพร้อมกับชาวแอฟริกาที่ถูกขายเป็นทาส แดงโมต้องการดินที่มีความชุ่มชื้นพอเหมาะ น้ำไม่ขัง มักปลูกกันในดินร่วนปนทราย ในประเทศไทยมีการปลูกแดงโมทั่วทุกภูมิภาค และปลูกได้ทุกฤดู แดงโมเป็นพืชในวงศ์เดียวกับแคนตาลูปและฟัก เป็นพืชล้มลุกเป็นเถา อายุสั้น เถาจะเลื้อยไปตามพื้นดิน มีขนอ่อนปกคลุม ผลมีทั้งทรงกลมและทรงกระบอก เปลือกแข็ง มีทั้งสีเขียวและสีเหลือง บางพันธุ์มีลวดลายบนเปลือก ในเนื้อมีเมล็ดสีดำแทรกอยู่

Sanook (2566) ยังกล่าวอีกว่า แดงโม เป็นพืชตระกูลแตง เช่นเดียวกับแคนตาลูป เมลอน แดงกวาง เป็นต้น พันธุ์ที่อาจรู้จักกันดี เช่น พันธุ์จินตหรา แดงโมส่วนใหญ่มีรสหวาน เปลือกมีสีเขียว

เป็นริ้ว เนื้ออาจมีสีแดงหรือสีเหลืองแล้วแต่สายพันธุ์ ผลไม้ชนิดนี้จัดเป็นผลไม้ที่น่ารับประทานนิยมรับประทานเพื่อเพิ่มความชุ่มชื้นหรือดับร้อน นอกจากนี้ แดงโมยังมีสารอาหารหลากหลายและยังอาจมีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น ช่วยลดความเครียดและเบาหวาน ช่วยป้องกันภาวะขาดน้ำ ช่วยบำรุงหัวใจ อย่างไรก็ตาม ควรบริโภคแดงโมในปริมาณที่เหมาะสม เพราะหากมากเกินไปก็อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพได้ เช่น ทำให้เสี่ยงน้ำตาลในเลือดสูง

สายพันธุ์แดงโมของไทย นาดีน คริสติน (2563) กล่าวว่า สายพันธุ์แดงโมที่นิยมปลูกและรับประทานในไทย มีดังนี้



รูปที่ 3.14 แดงโมจินตหรา

ที่มา : <https://www.lazada.co.th/products/50-i1762298093.html>

1. สายพันธุ์ธรรมดา เป็นสายพันธุ์ที่มีขนาดกลาง รสชาติหวาน และลักษณะของเมล็ดมีสีดำขนาดเล็ก ซึ่งแดงโมสายพันธุ์ธรรมดา จะมีสายพันธุ์ย่อย ๆ อยู่ ยกตัวอย่างเช่น แดงโมจินตหรา แดงโมกินรี แดงโมไดอาน่า ซึ่งแดงโมสายพันธุ์ธรรมดาก็จะมีความแดง สีเข้ม เนื้อฉ่ำหวาน ซึ่งเป็นสายพันธุ์ยอดนิยมที่คนนิยมซื้อมาทานกัน



รูปที่ 3.15 แดงโมไม่มีเมล็ด

ที่มา : <https://shopee.co.th/>

2. สายพันธุ์แดงโมไม่มีเมล็ด เป็นสายพันธุ์ที่เป็นอีกสายพันธุ์แดงโมยอดนิยม เพราะสะดวกต่อการรับประทานเนื่องจากว่าไม่มีเมล็ดให้ต้องคาย ซึ่งก็มีรสชาติที่หอม หวานอร่อย ไม่แพ้กับสายพันธุ์อื่นๆ



รูปที่ 3.16 แดงโมทานเมล็ดได้

ที่มา : <https://bestreview.asia/best-watermelon-seeds/>

3. สายพันธุ์ที่สามารถทานเมล็ดได้ มีลักษณะเป็นลูกกลม สีเปลือกอ่อนมาก นิยมปลูกสายพันธุ์นี้ เพื่อจะนำเอาเมล็ดของสายพันธุ์แดงโมที่ทานเมล็ดได้ ไปคั่วเป็นกวยจี้อาหารว่างเล่นในตอนว่าง ๆ ถือว่าเป็นสายพันธุ์ที่ปลูกเพื่อมาคั่วกวยจี้อาหารว่างโดยเฉพาะ

### 3.5.7 ประโยชน์ของแดงโม

1. ส่วนประกอบของแดงโมมากกว่า 90% คือ น้ำ เมื่อทานแล้วจึงรู้สึกสดชื่น ดับกระหาย เติมน้ำให้ร่างกาย พร้อมกับช่วยบำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่งสดใสไปในตัว
2. มีกากใยอาหารค่อนข้างสูง ทั้งน้ำและไฟเบอร์จากแดงโมจึงมีส่วนช่วยในระบบย่อยอาหารของร่างกายอย่างเต็มที่ และยังดีต่อเนื่องมาถึงระบบขับถ่าย
3. ในน้ำแดงโมมีสารซิทรูลิน (Citrulline) กรดอะมิโนที่เป็นสารตั้งต้นในการสร้างกรดอะมิโนจำเป็นสำหรับร่างกาย อันเป็นสารที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการหลั่งโกรทฮอร์โมน ช่วยกระตุ้นการสร้างและซ่อมแซมเนื้อเยื่อส่วนต่าง ๆ ทำให้ร่างกายเจริญเติบโตและช่วยควบคุมระบบการทำงานของร่างกายให้เป็นปกติ
4. น้ำแดงโมทั้งแบบผสมและไม่ผสมจะช่วยลดอัตราการเต้นของหัวใจขณะฟื้นตัว และลดอาการปวดกล้ามเนื้อของนักกีฬาภายหลังออกกำลังกายได้ ซึ่งประโยชน์ของแดงโมในด้านนี้ยังถูกนำไปผลิตเป็นเครื่องดื่มช่วยฟื้นกำลังในนักกีฬา
5. มีฤทธิ์ด้านการแข็งตัวของหลอดเลือด ช่วยให้หลอดเลือดขยายตัวและทำงานได้ตามปกติ อีกทั้งในแดงโมยังมีวิตามินซีค่อนข้างสูง โดยวิตามินซีก็มีส่วนช่วยเสริมความแข็งแรงให้ระบบภูมิคุ้มกันร่างกาย ลดความเสี่ยงโรคหอบหืดได้



รูปที่ 3.17 สะระแหน่

ที่มา : <https://medthai.com/>

### 3.5.8 สะระแหน่

ยูดี จอมพิทักษ์ (2545) กล่าวว่า สะระแหน่เป็นพืชล้มลุกที่มีอายุยืนหลายปี ลำต้นเลื้อยไปตามดินและแตกกิ่งก้านสาขามากมายทุกส่วนของลำต้นมีกลิ่นหอมสะระแหน่จะขึ้นเจริญงอกงามเมื่อปลูกในพื้นที่สูงถ้าปลูกบนพื้นที่ราบจะเห็นดอกได้ยาก เดิมทีเป็นพืชที่ปลูกในทวีปยุโรปแต่ต่อมานำมาปลูกทั่วไปในทวีปเอเชีย ในประเทศไทยมักปลูกสะระแหน่ตามบ้านและสวนเพื่อใช้เป็นพืชสวนครัวเพื่อนำมาปรุงอาหารประเภทยา ลาบ ปลา ต้มยำ อาหารที่มีรสจัดนำมาช่วยแต่งกลิ่นอาหารให้มีความน่ารับประทานยิ่งขึ้น นอกจากนั้นยังใช้ทำยาและสกัดน้ำมันหอมระเหยที่ใช้ในวงการอุตสาหกรรม เช่น สบู่ เป็นต้น สะระแหน่มีถิ่นกำเนิดดั้งเดิมอยู่ในยุโรป และแพร่กระจายพันธุ์อยู่ทั่วไป ทั้งในยุโรปและอเมริกาเหนือ รวมทั้งในภูมิภาคอื่นๆ ของโลก โดยเฉพาะเขตร้อนและเขตอบอุ่น แล้วจึงมีการพัฒนาสายพันธุ์เองตามธรรมชาติเพื่ออยู่รอดตามสภาพอากาศของถิ่นต่างๆ ที่กระจายพันธุ์ไป หรือเกิดการผสมข้ามสายพันธุ์จนกลายมาเป็นสะระแหน่สายพันธุ์ต่างๆ เช่น สะระแหน่ไทย , สะระแหน่ฝรั่ง , สะระแหน่ญวน เป็นต้น สำหรับในประเทศไทยเชื่อกันว่า สะระแหน่ถูกนำเข้ามาในเมืองไทยช่วงรัชสมัยสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว (รัชกาลที่3) โดยชาวอิตาเลียนชื่อนายสะระณีด้วยเหตุนี้จึง สันนิษฐานว่าชื่อสะระแหน่มาจากชื่อนายสะระณี

**ลักษณะทั่วไปสะระแหน่** สะระแหน่ไทยจัดเป็นไม้ล้มลุกมีลักษณะเป็นลำต้นพร้อมเลื้อย มีเฉพาะรากฝอย ขนาดเล็ก และสั้น ลำต้นสูงประมาณ 15-30 ซม. ลำต้นมีลักษณะเป็นเหลี่ยม ผิวลำต้นมีสีแดงอมม่วงจนถึงปลายยอด ลำต้นสามารถแตกเหง้าเป็นต้นใหม่จนขยายเป็นกอใหญ่ และลำต้นแตกกิ่งแขนงจำนวนมาก ใบ ออกเป็น ใบเดี่ยว และออกเป็นคู่ๆ ตรงข้ามกันบนกิ่ง ลำต้น ใบมีสีเขียว รูปทรงรี กว้างประมาณ 1.5 – 3.5 ซม. และยาวประมาณ 2 – 7 ซม. ผิวใบอ่อนเป็นลูกคลื่น ขอบใบหยัก ปลายใบมนหรือแหลม ดอก ออกเป็นช่อ เหนือชอกใบบริเวณปลายยอด แต่ละช่อมีดอกจำนวนมาก ดอกมีสีชมพูอมม่วง ประกอบด้วยกลีบเลี้ยง 5 กลีบ และกลีบดอกที่เชื่อมติดกันเป็นกรวยตื้น 4 กลีบ ภายในดอกมีเกสรตัวผู้ 4 อัน ส่วนเกสรตัวเมียจะไม่ค่อยพบ ผล มีสีดำ ขนาดเล็ก มี

รูปผลเป็นรูปกระสวย เปลือกผลเกลี้ยงมัน ทั้งนี้ ผลสระแหน่ไม่ค่อยเห็นบ่อยนัก เพราะดอกส่วนใหญ่มักจะเป็นหมันเป็นส่วนใหญ่

ส่วนสระแหน่ญวน จัดเป็นไม้พุ่มล้มลุกอายุหลายปี แตกกิ่งก้านเยอะ ลำต้นมีขนสั้นๆ ปกคลุมนุ่มมือ ต้นสูงประมาณครึ่งเมตร ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงกันข้าม เป็นรูปรีกว้าง ปลายใบเกือบมน โคนใบมน ก้านใบยาวไม่สั้นเหมือนกับก้านใบสระแหน่ไทย ผิวใบมีรอยย่นเช่นกัน ขอบใบจักเป็นฟันเลื่อย เนื้อใบค่อนข้างหนา สีเขียวสด ใบมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว โดยกลิ่นจะแรงเหมือนกลิ่นของตะไคร้แกง และสำหรับสระแหน่ฝรั่งเป็นมันต์พันธุ์ผสมระหว่าง สระแหน่ไทย กับมันต์น้ำ มีลักษณะเป็นไม้พุ่มสูง 30 – 90 เซนติเมตร ใบสีเขียวยาว 4 – 9 เซนติเมตร กว้าง 1.5 – 4 เซนติเมตร มีดอกสีม่วงยาว 6 – 8 มิลลิเมตร

### 3.5.9 ประโยชน์ของสระแหน่

1. ใช้เป็นยาเย็น ดับร้อน และขับเหงื่อในร่างกาย
2. ช่วยบรรเทาอาการ และแก้หวัด น้ำมูกไหล อาการไอ
3. ช่วยแก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ
4. ช่วยแก้อาการปวด การบวม ผดผื่นคัน
5. ช่วยแก้พิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย
6. ช่วยรักษาอาการอ่อนเพลียของร่างกาย
7. ช่วยรักษาอาการปวดศีรษะ ไมเกรน ช่วยให้สมองปลอดโปร่ง โล่งคอ
8. ใช้ในการตกแต่งกลิ่นเครื่องดื่ม และอาหารต่าง ๆ
9. นำไปใช้ทำเป็นน้ำมันหอมระเหยเพื่อใช้ทำการบำบัดโดยใช้กลิ่น
10. ใบสระแหน่ช่วยลดกลิ่นคาวของอาหารอย่างลาบ ยำ และพล่าได้



รูปที่ 3.18 น้ำตาล

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

### 3.5.10 น้ำตาล

Medthai (2563) กล่าวว่า น้ำตาล คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภท โมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะ

ได้มาจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำมาจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากงวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากงบจะเรียกว่าน้ำตาลงบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกวาดจะเรียกว่าน้ำตาลกวาด ไม่ใช่ว่าน้ำตาลทุกชนิดที่จะมีรสหวาน เช่น แล็กโทส (lactose) ซึ่งจะมียูในนมคนหรือนมวัว เมื่อเราดื่มน้ำแล้วจะไม่มีรสหวาน แม้จะกินแล็กโทสเพียงอย่างเดียว ความหวานก็ยังมีอยู่อย่างจำกัด

### ประเภทของน้ำตาล

1. น้ำตาลทรายดิบ (Raw Sugar) คือ น้ำตาลทรายที่ใช้ส่งออกเพื่อจำหน่ายในต่างประเทศ หรือเก็บไว้เป็นวัตถุดิบในการผลิตน้ำตาลทรายขาว โดยน้ำตาลทรายดิบจะมีสีน้ำตาลเข้ม มีสิ่งสกปรกเจือปนอยู่ และมีความบริสุทธิ์ต่ำ
2. น้ำตาลทรายดิบคุณภาพสูง (High Pol Sugar) คือ น้ำตาลทรายดิบที่นำมาผ่านกระบวนการทำให้บริสุทธิ์บางส่วน สีของน้ำตาลเป็นสีเหลืองแกมน้ำตาล สามารถนำไปบริโภคได้โดยตรง แต่ไม่เป็นที่นิยมของคนส่วนใหญ่ ยกเว้นในประเทศที่กำลังพัฒนาและมีกำลังซื้อค่อนข้างต่ำ เนื่องจากน้ำตาลชนิดนี้มีราคาถูกกว่าน้ำตาลทรายขาว
3. น้ำตาลทรายขาว (White Sugar) คือ น้ำตาลที่ได้มาจากการสกัดเอาสิ่งเจือปนออกจากน้ำตาลทรายดิบ และเป็นที่นิยมในการใช้บริโภค
4. น้ำตาลทรายขาวบริสุทธิ์ (Refined Sugar) คือ น้ำตาลที่ผ่านกระบวนการผลิตคล้ายกับน้ำตาลทรายขาว แต่จะมีความบริสุทธิ์มากกว่า มีลักษณะเป็นเม็ดสีขาวใส นิยมนำมาใช้ในอุตสาหกรรมที่ต้องการใช้น้ำตาลที่มีความบริสุทธิ์มาก เช่น เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม เครื่องดื่มบำรุงกำลัง รวมไปถึงอุตสาหกรรมยา เป็นต้น
5. น้ำตาลทรายขาวบริสุทธิ์พิเศษ (Super Refined Sugar) คือ น้ำตาลที่ผ่านกระบวนการผลิตเหมือนน้ำตาลทรายขาวบริสุทธิ์ แต่จะมีความบริสุทธิ์มากกว่า นิยมนำไปใช้ในอุตสาหกรรมที่ต้องการใช้น้ำตาลที่มีความบริสุทธิ์มาก ๆ เป็นส่วนประกอบ
6. น้ำตาลปีบ (Paste Sugar) คือ น้ำตาลที่ได้จากการเอาน้ำตาลทรายขาวมาเคี่ยวจนมีความเข้มข้นตามที่กำหนด แล้วนำไปบรรจุขณะยังร้อนและผึ่งให้น้ำตาลแข็งตัวโดยใช้ลมเย็น
7. น้ำตาลทรายแดง (Brown Sugar) คือ น้ำตาลที่ได้จากการเอาน้ำตาลทรายดิบมาละลายกับน้ำอ้อยใสและน้ำเชื่อมดิบในอัตราส่วนที่กำหนด
8. น้ำเชื่อม (Liquid Sugar) คือ น้ำตาลที่ได้จากการแปรสภาพจากผลึกของน้ำตาลเป็นน้ำเชื่อม นิยมนำมาใช้เพื่อความสะดวกในกระบวนการผลิตต่าง ๆ เช่น น้ำอัดลม เครื่องดื่มชูกำลัง ฯลฯ



9. น้ำตาลแร่ธรรมชาติ (Mineral Sugar) คือ น้ำตาลที่ได้จากการผสมคาราเมลซึ่งได้มาจากการเคี้ยวน้ำตาลกับเอ-โมลาสซึ่งมีแร่ธาตุธรรมชาติจากอ้อย แล้วจึงนำไปผสมกับน้ำตาลทรายขาวตามสัดส่วนที่เหมาะสม เพื่อให้แร่ธาตุจากอ้อยที่สูญเสียไปกับกากน้ำตาลในกระบวนการตกผลึกของน้ำตาล กลับคืนสู่น้ำตาล

10. กากน้ำตาล (Molasses) คือ ผลพลอยได้จากการผลิตน้ำตาล นิยมนำมาใช้เป็นวัตถุดิบสำคัญในภาคอุตสาหกรรมหลายประเภท เช่น อุตสาหกรรมอาหารสัตว์ การผลิตสุรา แอลกอฮอล์ ผลิตภัณฑ์นม น้ำส้มสายชู เป็นต้น

### 3.5.11 ประโยชน์ของน้ำตาล

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

2. น้ำตาลเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อชีวิตมาก เนื่องจากการทำงานของอวัยวะภายในร่างกายและเนื้อเยื่อต่าง ๆ ของร่างกาย ก็ล้วนแล้วแต่ต้องใช้พลังงานจากน้ำตาล นอกจากนี้การหายใจ การขับปัสสาวะ การไหลเวียน การย่อยอาหารก็ล้วนแล้วแต่ต้องการความร้อนจากน้ำตาลแทบทั้งสิ้น หรือแม้แต่ตั้งแต่การคลอดจากครรภ์มารดา ในการดำรงชีวิตเราจะขาดน้ำตาลไม่ได้ แม้ อาหารที่จำเป็นของทารกก็ยังเป็นน้ำนมที่มีน้ำตาลผสมอยู่ สรุปลงก็คือ พลังงานในการเคลื่อนไหวของมนุษย์ 70% มาจากน้ำตาล ถ้าขาดน้ำตาลมนุษย์ก็จะไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้

3. น้ำตาลทรายขาวนอกจากจะช่วยให้อาหารมีรสชาติหวานแล้ว น้ำตาลทรายยังช่วยในการถนอมอาหารและหมักอาหารได้อีกด้วย

4. น้ำตาลทรายแดงมีคุณสมบัติร้อนและมีรสหวาน มีสรรพคุณช่วยบำรุงกำลัง

5. น้ำตาลทรายขาวและน้ำตาลทรายกรวดมีสรรพคุณช่วยดับร้อน ถอนพิษ แก้อาการอักเสบ

6. น้ำเชื่อมที่ได้จากน้ำตาลทรายขาว สามารถใช้เป็นยารักษาบาดแผลเน่าเปื่อยได้ เพราะน้ำเชื่อมสามารถเปลี่ยนสภาพกรดและด่างบริเวณปากแผลได้ ทำให้เซลล์ผิวหนังถูกกระตุ้น การไหลเวียนของโลหิตทำงานดีขึ้น และยังเป็นอาหารที่ถูกนำไปใช้หล่อเลี้ยงผิวหนังบริเวณนั้นอีกด้วย ทำให้เชื้อโรคไม่สามารถเจริญเติบโตได้ และบาดแผลก็จะหายเร็วขึ้น

7. สำหรับสตรีที่อยู่ในระหว่างมีประจำเดือนถูกความเย็น มีอาการปวดประจำเดือน ปวดท้องน้อยหรือปวดเอว ประจำเดือนเป็นลิ่ม การดื่มน้ำผสมกับน้ำตาลทรายแดงอุ่น ๆ 1 แก้ว ก็จะทำให้สบายขึ้นได้

### 3.6 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ปริญญญา จิยพิงศ์ และ อรอนงค์ หุ่นฉายศรี (2562) ได้เขียนบทความเกี่ยวกับม็อกเทลว่า ม็อกเทล (Mocktail) เป็นเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์ มีส่วนประกอบที่สำคัญคือพืช สมุนไพรผลไม้สดหรือแห้งหลายชนิดมาคั้นน้ำผสมกัน อาจผสมน้ำโซดาไปด้วย โดยมีกรรมวิธีการผลิตคล้ายค็อกเทล (Cocktail) เป็นเครื่องดื่มที่ให้ความสดชื่นและบำรุงสุขภาพ เหมาะสำหรับงานเลี้ยงต่าง ๆ หรือดื่มเพื่อสุขภาพ เครื่องดื่มม็อกเทลข้าวผสมผักผลไม้และสมุนไพรไทย เป็นผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มที่เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย น้ำข้าวมีคุณสมบัติช่วยให้เครื่องดื่มมีรสนุ่มนวลขึ้น และยังเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการให้แก่เครื่องดื่ม เนื่องจากข้าวมีวิตามินบีสูง และสารอาหารต่าง ๆ ที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ผักผลไม้ และสมุนไพรของไทยหลายชนิดที่มีสรรพคุณบำรุง สุขภาพ เช่น กระเจี๊ยบแดง ป้องกันการจับตัวของไขมันในเส้นเลือด ช่วยขับปัสสาวะ และช่วยอาการร้อนใน ตะไคร้ มีกลิ่นหอม ช่วยขับลมในลำไส้ ทำให้เจริญอาหาร เครื่องดื่มม็อกเทลข้าวผสมผักผลไม้และสมุนไพรไทย เป็นผลิตภัณฑ์ม็อกเทลชนิดใหม่ช่วยเพิ่มทางเลือกให้แก่ผู้บริโภคที่ชื่นชอบผลิตภัณฑ์เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ

เอกภพ จันผาด (2565) ได้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง ม็อกเทลน้ำส้มตะไคร้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อเป็นเครื่องดื่มที่ผสมผสานของส้มแมนดารินให้เข้ากับน้ำเชื่อมตะไคร้ เพื่อศึกษาการทำเครื่องดื่มประเภทม็อกเทล และเพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และเพิ่มรายได้จากของที่เหลือใช้ โดยจากการปฏิบัติสหกิจศึกษาในแผนกจัดเลี้ยง (Banquet) ของโรงแรมเจดับบลิว แมริออท กรุงเทพฯ (JW Marriott Hotel Bangkok) โดยผู้จัดทำมีหน้าที่ จัดเตรียมเครื่องดื่มต่างๆ อาทิ 1. น้ำเปล่าที่หมักด้วยผักและผลไม้ (Infused Water) 2. น้ำผลไม้หรือ น้ำสมุนไพร (Juice or Herbal Juice) 3. น้ำอัดลม (Soft Drink) ให้กับจำนวนของลูกค้าตามวันและ เวลาที่มีการประชุมในแต่ละห้องงานจัดเลี้ยงให้แก่ลูกค้าที่มาใช้บริการ ผู้จัดทำจึงได้เห็นว่าปัญหา ว่าสามารถนำผลไม้ที่เหลือทิ้งดังกล่าวมาทำเป็นเครื่องดื่มม็อกเทลที่คิดเป็นรายการเครื่องดื่มใหม่ขึ้น เป็นวิธีง่ายและสามารถทำได้เองขอแค่เพียงใช้อุปกรณ์ที่สามารถหาได้ทั่วไป และวัตถุดิบที่เหลือทิ้ง มาใช้เป็นวัตถุดิบหลัก เนื่องจากสรรพคุณจากผักผลไม้ รวมถึงสมุนไพรต่างๆ ที่มีเหลือทิ้ง มีประโยชน์ต่อร่างกาย และทำให้ลูกค้าที่มาใช้บริการโรงแรมเกิดความสนใจในเครื่องดื่มชนิดนี้ มีความต้องการทราบถึงส่วนผสมที่นำมาใช้ ซึ่งเป็นช่องทางหนึ่งในการส่งเสริมการขายเพื่อเพิ่ม รายได้ให้กับโรงแรม จากการสำรวจความพึงพอใจของพนักงานเป็นจำนวน 30 คน พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุ 21-30 ปี และส่วนใหญ่จะอยู่ในแผนกจัดเลี้ยง (Banquet) ผลจากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจของม็อกเทลน้ำส้มตะไคร้ (Mandarin Orange & Lemongrass Mocktail) ซึ่งสรุปผลจากตารางแสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ที่ 3,74

อรวรรณ ศักดิ์คงนันท์กุล (2563) ได้ทำการวิจัยและพัฒนาเรื่อง “เครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าว” ซึ่งมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการพัฒนาเครื่องคั้มมือกเทลน้ํานมข้าว เพื่อศึกษาความคิดเห็นที่มีต่อเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าว ประชากรที่ทำการทดสอบ คือ นักศึกษาปริญญาตรี สาขาวิชาการ โรงแรม วิทยาลัยอาชีวศึกษาเชียงใหม่ พนักงาน โรงแรมโพธิ์ซันเชียงใหม่รีสอร์ท และประชาชนทั่วไป จำนวน 117 คน การเลือกตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย ผลงานวิจัยพบว่าการพัฒนาเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าว ได้ศึกษาการทำเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าวทั้ง 4 สูตร ( สูตรที่ 1 สูตรส้ม สูตรที่ 2 สูตรลิ้นจี่ สูตรที่ 3 สูตรข้าวโพด สูตรที่ 4 สูตรอัญชัน ) โดยมีความแตกต่างกันทั้ง 4 สูตร สูตรที่ 3 มีค่าเฉลี่ยสูงสุด จึงนำมาพัฒนาตามสูตร โดยการนำน้ํานมข้าวข้าวโพดหวานหากไม่มีแบบสดสามารถใช้แบบกระป๋องแทนได้ น้ำกะทิ น้ำเชื่อม น้ำมะนาว น้ำผึ้ง นำส่วนผสมบั่นทั้งหมดรวมกัน แล้วเทใส่แก้ว โรยด้านบนด้วยเมล็ดข้าวโพดเพื่อให้ได้เครื่องคั้มสูตรที่ 3 ด้านความพึงพอใจของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีต่อเครื่องคั้มมือกเทลน้ํานมข้าว พบว่า ด้านความคิดสร้างสรรค์ในการจัดทำอยู่ในระดับที่มากที่สุด เรียงตามลำดับ ได้แก่ สูตรมีความแปลกใหม่สามารถนำไปจัดจำหน่ายได้จริง สามารถใช้เป็นเมนูเครื่องคั้มของโรงแรมได้ การใช้วัตถุดิบที่มีประโยชน์ การตกแต่งปากแก้ว สีสนของเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าว รสชาติของเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าว ปริมาณของมือกเทลมีความเหมาะสม และกลิ่นของเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าวเป็นลำดับสุดท้าย ผลการทดสอบสมมติฐานของการพัฒนาเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าว คือ ผู้ทดสอบชิมให้การยอมรับเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าวและเครื่องคั้มมือกเทลจากน้ํานมข้าวมีคุณประโยชน์ที่ดีต่อร่างกาย

วราวุฒิ ตรีภูววิรัชศักดิ์ (2560) ได้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง เครื่องคั้มสมุนไพรมือกเทล คั้มยาร์วา เซอร์ยา มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างทางเลือกให้กับ โรงแรมในการผลิตและเพื่อนำวัตถุดิบที่เหลือมาใช้ให้เกิดประโยชน์และสร้างสรรค์เมนูใหม่และลดต้นทุนการผลิต และได้จัดทำแบบประเมินให้กับพนักงานแผนกครัวและแขกผู้มาใช้บริการ โรงแรม ได้จัดทำแบบประเมินความพึงพอใจมา 30 ชุด โดยการประเมินนั้น สรุปได้ว่าจากการประเมินความพึงพอใจผลิตภัณฑ์ “เครื่องคั้มสมุนไพรมือกเทลคั้มยาร์วา เซอร์ยา” พบว่าคุณลักษณะด้านกลิ่นของเครื่องคั้ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.97 คะแนน ซึ่งมีความพึง พอใจระดับมากที่สุด รองลงมาคือด้านสีของเครื่องคั้ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.93 คะแนน ด้านความสะอาดของเครื่องคั้ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.03 คะแนน ด้านรสชาติของ เครื่องคั้ม มีคะแนนความพึงพอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน ด้านความชอบโดยรวม มีคะแนนความพึง พอใจเฉลี่ย 4.83 คะแนน

พุทธชาติ อธิธกัันตวัฒน์ (2564) ได้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง มือกเทลซันทุเคอะมอน (Sun to the Moon Mocktail) มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อเป็นการ เพิ่มเมนูทางเลือกให้แก่แขกที่มาใช้บริการ 2) เพื่อศึกษาการทำเครื่องคั้มประเภทมือกเทล 3) ช่วยลด ปริมาณวัตถุดิบที่เหลือทิ้งในแต่ละวัน โดยการนำกลับมาใช้ประโยชน์ได้ใหม่ โดยจากการปฏิบัติสหกิจ ศึกษาในแผนกต้อนรับส่วน

หน้าของโรงแรมมิลเลนเนียม ฮิลตัน กรุงเทพฯ (Millennium Hilton Bangkok) โดยผู้จัดทำมีหน้าที่ต้อนรับและเสิร์ฟเครื่องดื่มต่างๆ ให้แก่แขกที่มาใช้บริการ ผู้จัดทำจึงได้เห็นปัญหาว่ามีน้ำผลไม้และน้ำอัดลมกระป๋องเหลือทิ้งเป็นจำนวนมากในแต่ละวัน จึงคิดอยากทำเมนู เครื่องดื่มมีอคเทลที่มีความแปลกใหม่ขึ้นมาโดยมีการใส่วุ้นลงในเครื่องดื่ม ซึ่งลูกค้าสามารถทานได้ทุก เพศทุกวัย เมนูนี้มีชื่อว่า “มีอคเทลชั้นทูเดอะมูน” (Sun to the Moon Mocktail) จากการสำรวจความพึงพอใจของพนักงานเป็นจำนวน 30 คน พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 18-22 ปี และอายุ 24-29 ปี ระดับการศึกษาปริญญาตรี และส่วนใหญ่จะอยู่ใน แผนกต้อนรับส่วนหน้า ผลจากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อมีอคเทลชั้นทูเดอะมูน (Sun to the Moon Mocktail) ซึ่งสรุปผลจากตารางแสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีระดับความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ที่ 4.23



## บทที่ 4

### ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ

จากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ (Amari Don Muang Airport Bangkok) ได้จัดทำโครงการเรื่อง ม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย (Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations) มีรายละเอียดและขั้นตอนวิธีการทำดังต่อไปนี้

#### 4.1 วัตถุดิบในการทำม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

ตารางที่ 4.1 วัตถุดิบในการทำม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

วัตถุดิบ	ปริมาณ/2แก้ว
1. จิง	50 กรัม
2. ส้ม	200 กรัม
3. แดงโม	200 กรัม
4. ใบสาระแหน่	15 กรัม
5. น้ำตาล	100 กรัม
6. น้ำเปล่า	200 มิลลิลิตร
7. น้ำแข็ง	100 กรัม

#### 4.2 อุปกรณ์ในการทำม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

1. มีด
2. ที่คั้นน้ำผลไม้
3. ช้อนตวง
4. ถ้วยตวง
5. เขียง
6. เครื่องปั่น
7. กระจอน/ที่กรองละเอียด
8. แก้ว,หลอด
9. ที่ตักน้ำแข็ง,ถังใส่น้ำแข็ง
10. กาต้มน้ำร้อน

#### 4.3 ขั้นตอนการทำมีอกเทรลน้ำผลไม้ 3 สหาย

##### 4.3.1 นำขิง ส้มและแตงโมมาล้างให้สะอาด



รูปที่ 4.1 ล้างขิง ขิง แตงให้สะอาด

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

##### 4.3.2 นำขิงมาฝานเป็นแว่น และนำไปปั่นให้ละเอียด เทแยกกากเอาแต่น้ำขิง



รูปที่ 4.2 ฝานขิงเป็นแว่นและปั่นให้ละเอียด

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

##### 4.3.3 นำส้มมาผ่าครึ่งและคั้นแยกกาก แยกเมล็ด เอาแต่น้ำส้ม



รูปที่ 4.3 ผ่าส้มและคั้นเทแยกกาก

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

#### 4.3.4 นำแตงโมมาปอกเปลือก หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ เอามะล็ดออก และปั่นให้ละเอียด



รูปที่ 4.4 ปอกเปลือกแตงโม เอามะล็ดออก ปั่นเนื้อแตงโม

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

#### 4.3.5 นำน้ำตาลมาละลายกับน้ำร้อน



รูปที่ 4.5 น้ำตาลมาละลายกับน้ำร้อน

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

#### 4.3.6 เทน้ำแตงโม น้ำส้ม น้ำขิง น้ำเปล่าและน้ำตาล เติลงในเหยือกและคนให้เข้ากัน



รูปที่ 4.6 เทน้ำส้ม น้ำแตงโม น้ำขิง น้ำเปล่า น้ำตาลรวมกัน

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

#### 4.3.7 เตรียมแก้วมาใส่มีือกเทลงน้ำผลไม้ โดยใส่น้ำแข็งครึ่งแก้วและเทน้ำผลไม้ลงไป



รูปที่ 4.7 เทมีือกเทลงน้ำผลไม้ ในแก้วที่มีน้ำแข็ง

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

#### 4.3.8 ตกแต่งด้วยใบสะระแหน่เพื่อความหอมและสวยงาม



รูปที่ 4.8 ตกแต่งด้วยใบสะระแหน่

ที่มา : คณะผู้จัดทำ (2565)

### 4.4 การคำนวณต้นทุนมีือกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย

ตารางที่ 4.2 แสดงการคำนวณต้นทุนมีือกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย

วัตถุดิบ	ปริมาณที่ใช้	ราคา	ต้นทุน / 2 แก้ว
1. ฝรั่ง	50 กรัม	-	-
2. ส้ม	200 กรัม	-	-
3. แดงโม	200 กรัม	-	-
4. ใบสะระแหน่	15 กรัม	-	-
5. น้ำตาล	100 กรัม	25 บาท/กิโลกรัม	2.50
6. น้ำแข็ง	100 กรัม	-	-
รวมต้นทุนมีือกเทลงน้ำผลไม้ 3 สหาย / 2 แก้ว			2.50
ราคาต้นทุนต่อแก้ว			1.25



ต้นทุนทั้งหมดของมือกเทรนน้ำผลไม้ 3 สหาย 1 แก้ว คิดเป็นจำนวนเงินได้ 1.25 บาท ถ้าหากในอนาคที่จะทำขายภายในโรงแรม จะต้องตั้งราคาขายแก้วละ 90 บาท จะได้กำไรอยู่ที่แก้วละ 88.75 บาท เป็นราคาที่รวม VAT+ Service Charge แล้ว ซึ่งจะทำให้เมนูมือกเทรนน้ำผลไม้ 3 สหายสามารถช่วยเพิ่มรายได้ให้กับทางโรงแรมในอนาคตได้ และยังช่วยลดปริมาณวัตถุดิบที่ต้องทิ้งในแต่ละวันได้มากขึ้น แต่ในที่นี้เมนูมือกเทรนน้ำผลไม้ 3 สหาย ยังเป็นแค่เมนูทดลองเท่านั้น ดังนั้น ขึ้นอยู่กับทางโรงแรมว่าจะไปจำหน่ายในอนาคตหรือไม่

#### 4.5 สรุปผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อมือกเทรนน้ำผลไม้ 3 สหาย

คณะผู้จัดทำได้นำมือกเทรนน้ำผลไม้ 3 สหาย ให้พนักงานในแผนกฝ่ายบุคคล แผนกครัว แผนกอาหารและเครื่องดื่ม แผนกการขายและการตลาด และแผนกแม่บ้าน จำนวน 30 คน ทดลองชิม หลังจากนั้นได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถามประเมินความพึงพอใจในรูปแบบออนไลน์ เพื่อทำการวิเคราะห์และอภิปรายผล ดังต่อไปนี้

**ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม** ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติ คือ ค่าแจกแจงความถี่ (Frequency) และหาค่าร้อยละ

**ส่วนที่ 2** สำรวจความพึงพอใจที่มีต่อมือกเทรนน้ำผลไม้ 3 สหาย ใช้เครื่องมือวิเคราะห์ทางสถิติ คือ การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยวิธีการแปรผลของ อาจารย์บุญชม ศรีสะอาด โดยกำหนดการแปลความหมาย ดังนี้

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

#### ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

##### 4.5.1 ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.4 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หญิง	18	60.00
ชาย	12	40.00
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.4 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 60.00 และ เพศชาย ร้อยละ 40.00

ตารางที่ 4.5 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ

อายุ (ปี)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
18-23	8	26.67
24-29	8	26.67
30-35	5	16.67
36-41	5	16.66
มากกว่า 42	4	13.33
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.5 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุ 18-23 ปี และอายุ 24-29 ปี จำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 26.67 รองลงมาคือผู้มีอายุ 30-35 ปี และ 36-41 ปี จำนวนเท่ากันคิดเป็นร้อยละ 16.66 และผู้มีอายุมากกว่า 42 ปี คิดเป็นร้อยละ 13.33

ตารางที่ 4.7 แสดงจำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแผนกงาน

แผนกงาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ฝ่ายบุคคล	5	16.67
ครัว	12	40.00
อาหารและเครื่องดื่ม	8	26.67
การขายและการตลาด	3	10.00
แม่บ้าน	2	6.66
รวม	30	100.00

จากตารางที่ 4.7 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่ในแผนกครัว จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมาคือแผนกอาหารและเครื่องดื่ม คิดเป็นร้อยละ 26.67 แผนกฝ่ายบุคคล จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 16.67 แผนกการขายและการตลาด จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 10.00 และแม่บ้าน จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 6.66

#### 4.5.2 ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจที่มีต่อม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

ตารางที่ 4.8 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจที่มีต่อม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

รายการประเมิน	ค่าสถิติ		ระดับความพึงพอใจ
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	
1. สีสีนของตัวเครื่องดื่ม	4.17	0.38	มาก
2. กลิ่นของตัวเครื่องดื่ม	4.30	0.70	มาก
3. เครื่องดื่มสามารถทานได้ทุกเพศทุกวัย	4.33	0.71	มาก
4. เครื่องดื่มมีความคิดสร้างสรรค์	4.20	0.81	มาก
5. เป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม	4.23	0.73	มาก
6. สามารถนำไปขายเพื่อสร้างรายได้ให้กับทางโรงแรมได้ในอนาคต	4.27	0.64	มาก
7. ลดปริมาณการทิ้งวัตถุดิบจำพวกของสดให้กับแผนกได้	4.43	0.50	มาก
รวม	4.28	0.15	มาก

จากตารางที่ 4.8 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถาม มีความพึงพอใจมากที่สุดคือด้าน ลดปริมาณการทิ้งวัตถุดิบจำพวกของสดให้กับแผนกได้ โดยมีค่าเฉลี่ย 4.43 รองลงมาคือ สามารถทานได้ทุกเพศทุกวัย มีค่าเฉลี่ย 4.33 กลิ่นของตัวเครื่องดื่ม มีค่าเฉลี่ย 4.30 สามารถนำไปขายเพื่อสร้างรายได้ให้กับทางโรงแรมได้ในอนาคต มีค่าเฉลี่ย 4.27 เป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม มีค่าเฉลี่ย 4.23 เครื่องดื่มมีความคิดสร้างสรรค์ มีค่าเฉลี่ย 4.20 และสีสีนของตัวเครื่องดื่ม มีค่าเฉลี่ย 4.17 ตามลำดับ

#### 4.5.3 ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

คณะผู้จัดทำได้นำม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ให้พนักงานในแผนกฝ่ายบุคคล แผนกครัว แผนกอาหารและเครื่องดื่ม แผนกการขายและการตลาด และแผนกแม่บ้าน จำนวน 30 คนได้ชิมหลายคนบอกว่าม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย มีรสชาติอร่อย ดื่มแล้วสดชื่น เป็นการนำเอาขิง ส้ม และแตงโมมาผสมเข้ากันได้ลงตัวพอดี แต่ด้วยกลิ่นและรสชาติของขิงจะมีกลิ่นที่โดดเด่นและเป็นเอกลักษณ์ เมื่อดื่มเข้าไปครั้งแรกจะได้รับรสชาติของขิงที่จะมีรสเผ็ดนิดๆ อาจจะทำให้คนที่ไม่ชอบรับประทานขิงจะไม่ชื่นชอบกับเครื่องดื่มชนิดนี้

## บทที่ 5

### สรุปผลการปฏิบัติงานและข้อเสนอแนะ

#### 5.1 สรุปผลการทำโครงการ

จากการปฏิบัติสหกิจศึกษาตั้งแต่วันที่ 22 พฤษภาคม พ.ศ.2566 ถึงวันที่ 1 กันยายน พ.ศ. 2566 รวมระยะเวลาทั้งหมด 16 สัปดาห์ ในแผนกฝ่ายบุคคล ณ โรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ (Amari Don Muang Airport Bangkok) และได้ไปปฏิบัติงานอยู่ในครัวแคนทิน คณะผู้จัดทำได้เรียนรู้การปฏิบัติงานหลากหลายหน้าที่ คณะผู้จัดทำจึงได้เห็นปัญหาในแผนก คือ มีผลไม้เหลือทิ้งในแต่วัน และผลไม้บางอย่างก็ไม่สามารถเก็บไว้ได้ จึงปรึกษากับพี่เลี้ยงว่าควรจะทำเครื่องดื่มมีคอกเทลเมนูใหม่ขึ้นมา เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้ที่มาใช้บริการและเพื่อเป็นตัวเลือกใหม่ให้แก่แขก อีกทั้งยังเป็นการช่วยลดปริมาณวัตถุดิบที่เหลือทิ้งในแต่ละวัน โดยการนำกลับมาใช้ประโยชน์ได้ใหม่ โดยเครื่องดื่มมีคอกเทลตัวนี้คณะผู้จัดทำได้ตั้งชื่อว่า มีคอกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย (Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations)

หลังจากการทำมีคอกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ได้ให้พนักงานในแผนกฝ่ายบุคคล แผนกครัว แผนกอาหารและเครื่องดื่ม แผนกการขายและการตลาด และแผนกแม่บ้าน จำนวน 30 คน ทดลองชิม หลังจากนั้นได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถามประเมินความพึงพอใจในรูปแบบออนไลน์และทำการอภิปรายผล พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 18-23 ปี และอายุ 24-29 ปี และส่วนใหญ่จะอยู่ในแผนกครัว ผลจากการตอบแบบสอบถามความพึงพอใจที่มีต่อมีคอกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย ซึ่งสรุปผลจากตารางแสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผู้ตอบแบบสอบถาม มีความพึงพอใจมากที่สุดคือด้านลดปริมาณการทิ้งวัตถุดิบจำพวกของสด ให้กับแผนกได้ โดยมีค่าเฉลี่ย 4.43 รองลงมาคือ สามารถทานได้ทุกเพศทุกวัย มีค่าเฉลี่ย 4.33 กลิ่นของตัวเครื่องดื่ม มีค่าเฉลี่ย 4.30 สามารถนำไปขายเพื่อสร้างรายได้ให้กับทางโรงแรมได้ในอนาคต มีค่าเฉลี่ย 4.27 เป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม มีค่าเฉลี่ย 4.23 เครื่องดื่มมีความคิดสร้างสรรค์ มีค่าเฉลี่ย 4.20 และสีสันทันของตัวเครื่องดื่ม มีค่าเฉลี่ย 4.17 ตามลำดับ

#### 5.2 ปัญหาและข้อเสนอแนะในการทำโครงการ

1. แดงโม มีเมล็ดเป็นจำนวนมาก ต้องแกะเมล็ดออกให้หมดทุกเมล็ด เพราะถ้าบั่นเมล็ดลงไปด้วย น้ำแดงโมจะมีสีดำปะปน สีของน้ำมีคอกเทลจะไม่สวยและมีรสชาติขมของเมล็ด
2. รสชาติของซิงจะทำให้มีคอกเทลมีความแปลกและแตกต่างจากน้ำมีคอกเทลทั่วไป และบางคนไม่ชอบรสชาติและกลิ่นของซิง ควรใส่ในปริมาณที่พอดี ปรับสูตรใหม่มีความลงตัวกับส่วนผสมอื่นๆ

3. การใส่น้ำตาลเพื่อเพิ่มความหวาน ควรกะปริมาณความหวานเพื่อเติมน้ำแข็งด้วย เพราะหากใส่น้ำแข็งในปริมาณมาก จะทำให้มีออกเทลมีรสชาติจืด แต่หากปรุงสำเร็จไว้แล้ว สามารถเติมไซรัปเพื่อเพิ่มความหวานเพิ่มเติมได้

### 5.3 ข้อเสนอแนะในการทำโครงการครั้งต่อไป

1. ลดปริมาณขิงลง หรือเปลี่ยนจากขิงเป็นผัก ผลไม้ชนิดอื่นแทน เพื่อให้คนที่ไม่ชอบกลิ่น และรสชาติของขิงดื่มได้ง่ายขึ้น

2. แต่งโมเมื่อปลูกเปลือกและหั่นเป็นชิ้นแล้ว อาจจะต้องทำการบดเพิ่มอีกหนึ่งขั้นตอน เพื่อทำการแยกเมล็ดออกจากเนื้อ ก่อนจะนำไปปั่น เป็นการทำให้มั่นใจว่า ในเนื้อแต่งโมที่ปั่นไม่มีเมล็ดแล้ว

3. ในแผนกมีวัตถุดิบอีกหลายอย่างที่ใช้ไม่หมดในแต่ละวันและเหลือทิ้ง สามารถนำมาประยุกต์ทำเป็นเครื่องดื่มสร้างสรรค์อื่น ๆ เพื่อสร้างรายได้ให้กับทางโรงแรม หรือทำเป็นเครื่องดื่มให้พนักงานได้ดื่มในแคนทีนของพนักงาน

4. ในเมนูมีออกเทลมีส่วนผสมจาก ขิง ส้ม แต่งโม หากไม่มีส้ม สามารถปรับเปลี่ยนสูตรใช้มะนาวแทนส้มได้

### 5.4 ประโยชน์จากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

1. ได้ฝึกความมีระเบียบ ฝึกความตรงต่อเวลา ในการเข้าปฏิบัติงาน
2. มีความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เช่น ได้รับหน้าที่ในการตรวจสอบวัตถุดิบที่ต้องตรวจสอบให้ครบถ้วน เพื่อให้มีความผิดพลาดน้อยที่สุด
3. ได้ฝึกการทำงานเป็นทีม มีการเกื้อกูลช่วยเหลือซึ่งกันและกันทำให้งานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จตามเวลา
4. ได้ฝึกฝนและเรียนรู้ในด้านการทำอาหาร การใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ รวมทั้งการดูแลรักษาสิ่งของต่าง ๆ ที่อยู่ภายในครัว

## บรรณานุกรม

- กมลทิพย์ สุวรรณเดช และดวงใจ สุขเฉลิม. (2548). การศึกษาอนุกรมวิธานของพืชวงศ์จิงในพื้นที่ป่าทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี. ภาควิชาชีววิทยาป่าไม้ คณะวนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ต้นหอม. (2562). 7 สูตร “ม็อกเทลรัก ม็อกเทลเลิฟ” อร่อย ชื่นใจ ไร้ แอลกอฮอล์. <https://www.baanlaesuan.com/95655/diy/diy101/7-mocktail/2>
- ไทยเกษตรศาสตร์. (2555). จิง. <https://www.thaikasetsart.com>
- นาดีน คริสติน. (2563). สายพันธุ์แดงโม. <https://omgnadinechristine.com/2020/06/17/>
- ปริญญญา จิยพงศ์ และ อรอนงค์ หุ่นฉายศรี. (2562). เครื่องดื่มม็อกเทลข้าวผสมผักผลไม้และสมุนไพรไทย. สาขาเทคโนโลยีการแปรรูปอาหารและเครื่องดื่ม สำนักเทคโนโลยีชุมชน กรมวิทยาศาสตร์บริการ.
- พานิชย์ศปัญญา. (2540). คัมภีร์ มืออาชีพศาสตร์ แห่งส้ม. มติชน.
- พุทธชาติ อธิกันตวัฒน์. (2564). ม็อกเทลชั้นทุเคอะมูน. (สหกิจศึกษา). คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม.
- มานนตร กอบน้ำเพชร และ จิโรภาส โชติฉัตรชัย. (2563). แดงโม. <https://www.scimath.org/image-biology/item/>
- ยุวดี จอมพิทักษ์. (2545). อาหารธรรมชาติผักพื้นเมืองโภชนาการสูงเหลือเชื่อ. โอเดียนสโตร์.
- วรารุณี ตรีภูตวิรัชศักดิ์. (2560). เครื่องดื่มสมุนไพรม็อกเทลดื่มย่ำริวา เซอร์ยา. (สหกิจศึกษา). คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม.
- อรรวรรณ ศักดิ์คองนันทกุล. (2563). เครื่องดื่มม็อกเทลจากน้ำนมข้าว. (ปริญญาณิพนธ์ เทคโนโลยีบัณฑิต). สาขาวิชาการโรงแรม วิทยาลัยอาชีวศึกษาเชียงใหม่.
- เอกภพ จันผาด. (2565). ม็อกเทลน้ำส้มตะไคร้. (สหกิจศึกษา). คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม.
- BESTERLIFE. (2560). รู้เรื่องเครื่องดื่ม. <https://besterlife.com/beverage>
- Medthai. (2563). น้ำตาล สรรพคุณและประโยชน์ของน้ำตาล. <https://medthai.com>



ภาคผนวก ก  
ภาพการปฏิบัติงาน



เติมอาหาร จัดเตรียมเมนูอาหารให้พร้อม



ตักอาหารให้พนักงาน





หั่นวัตถุดิบเตรียมไว้ทำอาหาร



ปอกและหั่นแตงโมเตรียมจัดเสิร์ฟให้พนักงาน



ทำอาหารเมนูประจำวันให้พนักงาน



เตรียมเด็ดผักไว้ทำอาหาร



**ภาคผนวก ข**  
**ตัวอย่างแบบสอบถามออนไลน์**

แบบสอบถามความพึงพอใจต่อม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

(Fruit Juice Mocktail with 3 Combinations)

ของโรงแรมอมารี ดอนเมือง แอร์พอร์ต กรุงเทพฯ (Amari Don Muang Airport Bangkok)

วัตถุประสงค์ : เพื่อวัดระดับความพึงพอใจที่มีต่อม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม (ใส่เครื่องหมาย  ใน  หรือเติมข้อความที่ตรงกับข้อมูลของท่าน)

1. เพศ  ชาย  หญิง
2. อายุ  18-23 ปี  24-29 ปี  30-35 ปี  36-41 ปี  มากกว่า 42 ปี
3. แผนก/ส่วนงาน  ฝ่ายบุคคล  การขายและการตลาด  
 แม่บ้าน  อาหารและเครื่องดื่ม  ครั้ว

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจที่มีต่อม็อกเทลน้ำผลไม้ 3 สหาย

โปรดประเมินความพึงพอใจ โดยใส่เครื่องหมาย ลงในช่องระดับความพึงพอใจ

หัวข้อการประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. สีสีนของตัวเครื่องดื่ม					
2. กลิ่นของตัวเครื่องดื่ม					
3. เครื่องดื่มสามารถทานได้ทุกเพศทุกวัย					
4. เครื่องดื่มมีความคิดสร้างสรรค์					
5. เป็นเมนูเครื่องดื่มใหม่ให้แก่พนักงานของโรงแรม					
6. สามารถนำไปขายเพื่อสร้างรายได้ให้กับทางโรงแรมได้ในอนาคต					
7. ลดปริมาณการทิ้งวัตถุดิบจำพวกของสดให้กับแผนกได้					

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม :

.....  
.....



ภาคผนวก ค

บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

## บทสัมภาษณ์พนักงานที่ปรึกษา

เครื่องดื่มน้ำผลไม้ 3 สหาย ที่นักศึกษาสหกิจศึกษาได้จัดทำขึ้นมา มีรสชาติอร่อย ดื่มแล้วสดชื่น เป็นการนำเอาขิง ส้ม และแดงโสมมาผสมทำเป็นเครื่องดื่มที่เข้ากันได้ลงตัวพอดี เป็นวัตถุดิบที่เหลือจากการประกอบอาหารในแต่ละวัน จะถูกนำไปทิ้งโดยไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ เป็นไอเสียที่ช่วยลดปริมาณวัตถุดิบที่เหลือทิ้งในแต่ละวัน โดยการนำกลับมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ทางแผนกจะนำเอาเครื่องดื่มนี้มาเพิ่มเป็นเครื่องดื่มพิเศษให้พนักงานได้ดื่ม และจะนำไอเสียนี้ ไปสร้างสรรค์เมนูใหม่ๆขึ้นมาเพิ่มอีกหลากหลายรสชาติ เพื่อจะได้นำมาจัดเสิร์ฟสลับสับเปลี่ยนในแต่ละวันได้

.....  
.....พนักงานที่ปรึกษา

(คุณสุภาพร มิ่งนิมิตร)





ภาคผนวก ง  
บันทึกการปฏิบัติงาน



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
1	๒๑ ม.ค. - ๒๗ ม.ค.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เริ่มเรียนรู้ระบบงานครั้งแรก</li> <li>- เรียนรู้การเตรียมของต่างๆ ก่อนออกไลน์บนแพลตฟอร์ม</li> <li>- ขั้นตอนการเก็บไลน์บนแพลตฟอร์ม</li> <li>- เรียนรู้ขั้นตอนการส่งงาน นำจากโต๊ะเครื่อง</li> <li>- ได้ทำความรู้จักกับพี่ๆ</li> <li>- เข้าร่วมการประชุมประจำเดือน</li> <li>- รับผิดชอบการนำตัวเลขจำนวนเกอูที่ได้อิม</li> </ul>	ศันนิตา ๑	
2	๒๙ ม.ค. - ๔ มี.ค.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ศึกษาการนับใบกำกับภาษี</li> <li>- จำสี่เหลี่ยมที่ส่งให้เงินแต่ละประเภท</li> <li>- จำผิดที่ใช้ในการนับ</li> <li>- วัตถุประสงค์ต่างๆที่ออกไป</li> <li>- ได้ทดลองตรวจเช็ค</li> </ul>	ศันนิตา	
3	๕ มี.ค. - ๑๑ มี.ค.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ได้เริ่มทดลองรับผลใส่</li> <li>- เริ่มเข้าใจวิธีการคำนวณ</li> <li>- แลได้ลองมือปฎิบัติเอง</li> <li>- ศึกษาใ้เราเริ่มเดินเก็บ</li> <li>- ไลน์บนแพลตฟอร์ม</li> <li>- เริ่มได้เข้าใจตัวเลข</li> <li>- เก็บใ้เป็นระเบียบ</li> <li>- แลรับจากที่จัดรอบทุกครึ่ง</li> <li>- พยายามล้างข.ใ้แล้วล้างซ้ำ</li> <li>- สื่อสารกับใครเพื่อนำไป</li> <li>- บอกกล่าวพนักงานคนอื่น</li> </ul>	ศันนิตา ๑	







แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ลำดับที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
7	3 ก.ค. - 9 ก.ค.	- ได้เริ่มทำงานจำนวน 109 ในบางส่วน - ลงมือประสานน้ำเคลือบ 109 - เตรียมหน้ามริค ผัดในหน้ามริค	ศุภินันท์	
8	10 ก.ค. - 16 ก.ค.	- ได้ทดลองปั้นหมากกวย - ลงมือทำข้าวหมากคอกในเข ด้วยเตา 109 โดยมีส่วนคอก ทุกกระบวนการ - ได้ทำขนมเตรียมวัตถุดิบ ของดี	ศุภินันท์	
9	17 ก.ค. - 23 ก.ค.	- เริ่มเตรียมวัตถุดิบได้อย่าง ชำนาญและค่อนข้างไว - เข้าใจในกระบวนการทุกด้าน - ทำของเข้าเตาใช้โดยที่มือ ไม่ล้าองเดินไปยก	ศุภินันท์	
10	24 ก.ค. - 30 ก.ค.	- ทำของไปเก็บใส่กล่องพลาสติก ใส่ถุงแล้วจากที่โรงกึ่งร้อน มือ จับไม่ตลกกลัว - เรื่องการใช้มีดยังมีโดนมือ อยู่บ้างส่งอาสาสมัครรับ ไปซักกิน - ทดลองทอดบวักกรอบครั้งแรก 118 ก.ย. 99 ในเตา 109 บวักกรอบที่สดมือไม่ ล้าวก เริ่มชำนาญ จึงได้ทำ มา 109	ศุภินันท์	



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

สัปดาห์ที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
11	31 ก.ค. - 6 ส.ค.	- เรียนทฤษฎีวัสดุศาสตร์ วัสดุวิศวกรรม - เรียนจากสื่อออนไลน์ เราจึงต้องคอยสอบถาม - ได้เรียนรู้การแกะสลักไม้ ที่ว.แคว.เร็ว - ได้รับความเข้าใจมากขึ้น จากสัปดาห์แรกๆ	คุณนงน	
12	7 ส.ค. - 13 ส.ค.	- เข้ามาแกะสลักที่ แล้วต้องแกะป็นหน้าก่อนคือ นำท่อนแฉกที่ขึ้นต่อรอย ช่วยกันเจดเพื่อไม่ให้ไม้ แตกไปไกลกว่านี้และช่วย ลดข้อผิดพลาดในการทำงาน เนื่องมาจากช่วงนั้นเป็นเวลา ของพนักงานที่กำลังทยอย มาทำงานแล้ว - ปรึกษากับพี่ๆ จากเจ้าหน้าที่ มีรอยรื้อคนมีสีกาเข้าออก ทุกวันแต่ยังไม่ค่อย ทำมา เจดกร. จากทุกที่ ที่จ. ทำมา เจดรอย - ปรึกษาพนักงานที่ ก็จะมีพนักงานบางคน ที่กล.เทอ.กันที่ ไปในการแกะไม้ที่ ฝึกลงที่อื่นไปมีส่วน จากที่นอกเหนือจากเราคือ	คุณนงน	Teeras. 8/8/60 

คอยนำสื่อไปเก็บเศษที่  
น.น.น.



แบบรายงานผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

สัปดาห์ที่	ระหว่างวันที่	หัวข้อการเรียนรู้	ลงชื่อ นักศึกษา	ลงชื่อพนักงาน ที่ปรึกษา
13	14 ส.ค. - 20 ส.ค.	<p>เยี่ยมชมที่สมขคือครายกาแฟ จากพนักงานที่สกัดกาแฟ หน้าทาสนกและไม้ขีดยา ทำให้นึกถึงฝนลงไปกาแฟ แล.สก.เลอ=เทอ= การแก้ปัญหาคือบอกกล่าว ทุกเดือนเป็นรายบุคคล เมื่อไม้ขีดไฟเกิดแนวการฉ แบบห้หัวอีก - หัวที่กดที่หน้ากระเด็น กระจายเต็มพื้น การแก้ปัญหาคือ ทำไม้ขีด พื้น สก.แล.หัวทำยาวไว้ เมื่อไม้ขีดไฟในลงไปไกล แล.สก.การเกิดอุบัติเหตุ ฝน น้หนักจนสิ้นลม</p>	สุวิมล	วิมล
14	21 ส.ค. - 27 ส.ค.	<p>ได้เก็บข้อมูลไม่เป็นที่เชยช พนักงานของชุมชนข้าว แล้วลงไปค้นที่ขงไม้- ไม้ครายตามทะเลที่ไร่ไม้โตโต, แล้วขงไม้. การแก้ปัญหาคือ แล้งจากโปรย เราง.ใช้ดแล.จัดเก็บไม้ที่ ไม้ไร่ขง รอยเมื่อทำ.แล้งขง พร้อมเปิดรอกขงไฟที่รอบต่อไป พนักงานนำแก้วที่ใส่หน้า ไปใส่กาแฟทำให้นึกถึงคราย สังสรรค์</p>	สุวิมล	วิมล





ภาคผนวก จ  
ประวัติผู้จัดทำ

## ประวัติผู้จัดทำ



ชื่อนักศึกษา : นางสาวหัตทยา ประไว  
รหัสนักศึกษา : 6104400127  
ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ  
คณะ : ศิลปศาสตร์  
ที่อยู่ : 2770 ซอยเอกชัย 109 หมู่บ้านพระปิ่น 5 เขตบางบอน  
แขวงบางบอน กรุงเทพมหานคร 10150



ชื่อนักศึกษา : นางสาวสุนันทา หะมะ  
รหัสนักศึกษา : 6104400020  
ภาควิชา : อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวและการบริการ  
คณะ : ศิลปศาสตร์  
ที่อยู่ : 111/174 โกลเด้นทาวน์ เพชรเกษม 81 ซอย 10  
ถนนมาเจริญ แขวงหนองค้างพลู เขตหนองแขม  
กรุงเทพมหานคร 10160

### ผลที่ได้รับจากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

ผู้จัดทำได้เรียนรู้สิ่งต่างที่แตกต่างจากการเรียนการสอนในห้อง ในการปฏิบัติจริงได้รู้จักวิธีการทำงานของแผนก และได้พบเจอคนหลากหลายรูปแบบ และเรียนรู้จากพวกเขาเหล่านั้นได้นำประสบการณ์เหล่านี้มาปรับใช้แก้ไขและพัฒนาตัวเองให้มีประสิทธิภาพในการทำงานเพิ่มมากขึ้น และสามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าต่าง ๆ ได้ จากประสบการณ์ในการฝึกงานในครั้งนี้ นอกจากนี้ยังได้ความรู้ในการทำงานจากพวกพี่ๆ ในทีมและพี่หัวหน้าแผนกที่สอนการทำงานที่มีระบบ มีระเบียบ ได้เตรียมความพร้อมในการทำงานในอนาคตได้เป็นอย่างดี

(นางสาวหัตทยา ประไว)

ผู้จัดทำได้เรียนรู้ถึงกระบวนการต่างๆ ในการปฏิบัติงานและการร่วมปฏิบัติงานกับเพื่อนร่วมงาน สิ่งที่ได้เรียนรู้ทั้งหมดสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้ และนำมาพัฒนาความรู้ความสามารถในการประกอบอาชีพในอนาคต อีกทั้งยังมีประสบการณ์ต่างๆ ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ที่เราได้รับมอบหมายในแต่ละวันให้สำเร็จ รวมไปถึงได้เรียนรู้ด้านการแก้ไขปัญหาสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงได้เป็นอย่างดี

(นางสาวสุนันทา หะมะ)