



หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง
การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะอาชีพ

ชื่อหลักสูตรการทำขนมต้ม
จำนวน 6 ชั่วโมง

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

ด้วย สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม เป็นศูนย์ที่จัดฝึกอบรมด้าน อาชีพหลักสูตรการทำขนมต้ม รวมถึงการสนับสนุนประสานงานร่วมกับ ภาควิชาช่วยในการจัดกิจกรรมการ เรียนรู้และการศึกษาอาชีพให้ทีมงานทำสร้างรายได้ให้ตนเองและครอบครัว เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตาม วัตถุประสงค์ของการดำเนินงานที่เน้นเรื่องการมีอาชีพเพื่อการ มีงานทำมีรายได้ จึงได้พัฒนาและต่อยอด การ ทำขนมต้ม ที่กำลังจะสูญหายมาจัดทำเป็นหลักสูตร เพื่อเผยแพร่ให้ประชาชนทั่วไปได้มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถนำไปประกอบอาชีพต่อไป ขอขอบคุณวิทยากรวิชาชีพ และคณะดำเนินงานการจัดการศึกษาต่อเนื่อง ที่ได้ร่วมพัฒนาหลักสูตรและจัดทำแผนการเรียนรู้รวมทั้งสื่อต่าง ๆ ให้สำเร็จไปด้วยดี และหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หลักสูตรเล่มนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อวิทยากรและผู้เรียนต่อไป

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม

กุมภาพันธ์ 2568

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
หลักสูตรการทำขนมต้ม	1
โครงสร้างหลักสูตรการทำขนมต้ม	4
แบบทดสอบก่อนเรียน	6
ใบความรู้ ความเป็นมาของการทำขนมต้ม	7
ใบความรู้ วัฒนธรรมการทานขนมต้ม	8
ใบความรู้ วิธีทำขนมต้ม	9
ใบความรู้ ประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม	11
ใบความรู้ การบรรจุหีบห่อ	12
ใบความรู้ การคำนวณต้นทุน กำไร	14
ใบความรู้ ช่องทางการตลาด	16
แบบประเมินผลงานผู้เรียน	17
แบบทดสอบหลังเรียน	18

ชื่อหลักสูตร การทำขนมต้ม จำนวน 6 ชั่วโมง กลุ่มอาชีพ พาณิชยกรรมและการบริการ

1. ความเป็นมา

การเลือกประกอบอาชีพในภาวะเศรษฐกิจยุคปัจจุบัน จำเป็นต้องมีข้อมูลพื้นฐานในหลักสูตรในหลายๆ ด้าน ทั้งด้านการผลิต และความต้องการของตลาดแรงงาน ในสาขาอาชีพต่างๆ กลุ่มอาชีพสาขาพาณิชยกรรมก็เป็นทางเลือกหนึ่งในการเลือกประกอบอาชีพ สำนักงาน สกร. ได้ดำเนินการคัดเลือกหลักสูตรการประกอบอาชีพด้าน พาณิชยกรรมมานำเสนอไว้เป็นตัวอย่างให้ผู้เรียนได้เลือกเรียนตามความสนใจ ฝึกปฏิบัติและนำไปประกอบอาชีพสร้างรายได้อย่างทั่วถึงมีความมั่นใจในการนำความรู้และ ทักษะไปประกอบอาชีพ

การกำหนดเนื้อหาและชั่วโมงในการเรียนหลักสูตรจะประกอบไปด้วยจำนวนชั่วโมงของเนื้อหาความรู้และการปฏิบัติเมื่อผู้เรียนเรียนจบหลักสูตรแล้วสามารถนำความรู้ และทักษะไปประกอบอาชีพสร้างรายได้รวมทั้งสามารถนำจำนวนชั่วโมงที่ได้เรียนไปเทียบโอน เป็นผลการเรียนในรายวิชาเลือกของสาระการประกอบอาชีพตามหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551

การประกอบอาชีพธุรกิจการทำขนมต้ม กล่าวได้ว่ามีอยู่คู่กับคนไทยมาช้านาน เพราะเป็นวัฒนธรรมอย่างหนึ่งที่บ่งบอกว่า คนไทยเป็นคนมีลักษณะนิสัยอย่างไร ขนมไทยแต่ละชนิดล้วนมีเสน่ห์ มีรสชาติที่แตกต่างกันออกไป แต่แฝงไปด้วยความละเมียดละไม ความวิจิตรบรรจง วิธีการทำที่พิถีพิถัน รสชาติอร่อยหอมหวาน สีสันสวยงาม รูปลักษณ์ชวนรับประทานขนมแสดงให้เห็นถึงลักษณะของคนไทยว่าเป็นคนใจเย็น รักสงบ มีฝีมือเชิงศิลปะ การประกอบอาชีพธุรกิจของหวาน เป็นอาชีพอิสระที่สามารถสร้างรายได้ให้กับตนเองและครอบครัวได้อย่างมั่นคง จึงได้จัดทำหลักสูตรการทำขนมต้มขึ้น เพื่อใช้สำหรับจัดกระบวนการเรียนรู้ให้แก่กลุ่มเป้าหมายผู้ที่สนใจ

หลักการของหลักสูตร

1. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำ ที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎีควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้ และทักษะไปประกอบอาชีพได้จริงอย่างมีคุณภาพและมีคุณธรรมจริยธรรม
2. เป็นหลักสูตรที่เน้นการดำเนินงานร่วมกับเครือข่าย สถานประกอบการ เพื่อประโยชน์ในการประกอบอาชีพและการศึกษาดูงาน

3. เป็นหลักสูตรที่เน้นการใช้ศักยภาพ 5 ด้านในการประกอบอาชีพ ได้แก่ ศักยภาพด้านทรัพยากร ภูมิอากาศ ภูมิประเทศและทำเลที่ตั้ง ศิลปวัฒนธรรมประเพณี และวิถีชีวิต และด้านทรัพยากรมนุษย์ในแต่ละพื้นที่

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ เกี่ยวกับหลักการและกระบวนการการทำขนมต้ม
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการเลือกเตรียมใช้ บำรุงรักษาเครื่องมือ และวัสดุอุปกรณ์การทำขนมต้มได้
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถการทำขนมต้ม ขั้นตอนกระบวนการได้
4. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถคำนวณต้นทุนและราคาค่าบริการได้

3. กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปที่มีความสนใจในการพัฒนาและต่อยอดอาชีพ

4. ระยะเวลา

ระยะเวลาตลอดหลักสูตร จำนวน 6 ชั่วโมง

1. ภาคทฤษฎี จำนวน 3 ชั่วโมง
2. ภาคปฏิบัติ จำนวน 3 ชั่วโมง

5. เนื้อหาหลักสูตร

1. ความรู้เกี่ยวกับหลักการการทำขนมต้ม
2. เลือกเตรียมใช้ บำรุงรักษาเครื่องมือ และวัสดุอุปกรณ์การทำขนมต้มได้
3. การทำขนมต้ม ตามขั้นตอน กระบวนการได้
4. คำนวณต้นทุนและราคาค่าบริการ

6. การจัดกระบวนการเรียนรู้

วิธีจัดกระบวนการเรียนรู้ ใช้รูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลาย ดังนี้

1. การบรรยาย (Lecture)
2. การระดมสมอง (Brainstorming)
3. การอภิปราย (Discussion Method)
4. การชมคลิปวิดีโอ การบรรยาย และการสาธิต
5. การฝึกปฏิบัติ

หมายเหตุ การจัดกระบวนการเรียนรู้ แบ่งเป็น 2 ระยะ

ระยะที่ 1 เรื่องที่ 1 งานต่อการทำขนมต้ม

ระยะที่ 2 เรื่องที่ 2 งานอาชีพธุรกิจการทำขนมต้ม

7. สื่อการเรียนรู้

การจัดกระบวนการเรียนรู้ตามหลักสูตร มีการใช้สื่อการเรียนรู้ และแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย ทันสมัย และสอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน ได้แก่

1. ภาพประกอบการเรียนการสอน
2. วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียน
3. คลิปวิดีโอประกอบการบรรยาย

8. การวัดผลประเมินผล

การวัดผลประเมินผลหลักสูตร เป็นการตรวจสอบความก้าวหน้า โดยใช้ผลการประเมินเป็นข้อมูลและสารสนเทศที่แสดงการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ ซึ่งสามารถประเมินได้ด้วยวิธีการต่างๆ ดังนี้

1. การสังเกต
2. การประเมินผลงาน/ชิ้นงาน

9. การจบหลักสูตร

1. มีระยะเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการเรียนผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้
 - 2.1 ภาคทฤษฎี สัดส่วนร้อยละ 20
 - 2.2 ภาคปฏิบัติ สัดส่วนร้อยละ 80

10. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่ได้รับหลังจากจบหลักสูตร

1. หลักฐานการเข้าเรียนตลอดหลักสูตร
2. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร
3. วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษาที่มีการจัดการเรียนรู้หลักสูตรการทำขนมต้ม

11. การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรการทำขนมต้มอาจนำไปเทียบโอนผลการเรียนกับหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 หรืออื่น ๆ ได้ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

โครงสร้างหลักสูตรการทำขนมต้ม

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1. ความเป็นมาของการทำขนมต้ม	1. อธิบายความเป็นมาของการทำขนมต้ม	1. ความเป็นมาของการทำขนมต้ม	1. วิทยากรอธิบายความเป็นมาของการทำขนมต้ม	1. ใบความรู้เรื่องความเป็นมาของขนมต้ม 2. รูปภาพ 3. สื่อออนไลน์	1. สังเกตความสนใจ 2. ซักถาม 3. การมีส่วนร่วม 4. ชิ้นงาน/ผลงาน	30 นาที	
2. วัสดุอุปกรณ์และการเลือกใช้	2. อธิบายวัสดุอุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม	2. วัสดุ อุปกรณ์ และการเลือกใช้	1. วิทยากรอธิบายอุปกรณ์ในการทำขนมต้ม 2. วิทยากรอธิบายวัสดุที่ใช้ประกอบการทำขนมต้ม	1. ตัวอย่างวัสดุอุปกรณ์ 2. สื่อออนไลน์	5. ประเมินผลงานผู้เรียนโดยใช้ใบงานที่กำหนด	30 นาที	
3. ขั้นตอนการทำขนมต้ม	3. อธิบายขั้นตอนการทำขนมต้ม	3. ขั้นตอนการทำขนมต้ม	1. วิทยากรอธิบายการเตรียมส่วนผสมและขั้นตอนการทำขนมต้ม	1. ใบความรู้ เรื่องการทำขนมต้ม 2. สื่อออนไลน์ 3. วัสดุ อุปกรณ์ของจริง		30 นาที	

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
4. การปฏิบัติการทำขนมต้ม	4. ปฏิบัติการทำขนมต้มได้	4.การปฏิบัติการทำขนมต้ม	1. วิทยากรสาธิตวิธีการทำขนมต้มและผู้เรียนลงมือปฏิบัติ 2. วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้	1. ใบงาน การทำขนมต้ม	1. สังเกตความสนใจ 2. ชักถาม 3. การมีส่วนร่วม 4. ชิ้นงาน/ผลงาน 5. ประเมินผลงานผู้เรียน		3 ชม.
5. คุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม	5. คุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม	5. คุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม	5. คุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม	5. คุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม	โดยใช้ใบงานที่กำหนด	30 นาที	
6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ		30 นาที	
7. ช่องทางการจัดการการตลาดของขนมต้ม	7. ช่องทางการจัดการการตลาดของขนมต้ม	7. ช่องทางการจัดการการตลาดของขนมต้ม	7. ช่องทางการจัดการการตลาดของขนมต้มหวาน	7. ช่องทางการจัดการการตลาดของขนมต้ม		30 นาที	

แบบทดสอบก่อนเรียน

การทำขนมต้ม

1. ขนมต้มมีกี่ประเภทหลัก?
 - ก. 1 ประเภท
 - ข. 2 ประเภท
 - ค. 3 ประเภท
 - ง. 4 ประเภท

2. วัตถุดิบหลักที่ใช้ทำแป้งห่อขนมต้มคืออะไร?
 - ก. แป้งสาลี
 - ข. แป้งมันสำปะหลัง
 - ค. แป้งข้าวเจ้า
 - ง. แป้งข้าวเหนียว

3. ส่วนผสมหลักของไส้ขนมต้มคืออะไร?
 - ก. มะพร้าวขูดและน้ำตาลปีบ
 - ข. ถั่วเขียวและน้ำตาลทราย
 - ค. เผือกกวนและกะทิ
 - ง. ฟักทองและเกลือ

4. ขนมต้มที่มีไส้อยู่ข้างในเรียกว่าอะไร?
 - ก. ขนมต้มแดง
 - ข. ขนมต้มขาว
 - ค. ขนมต้มใบเตย
 - ง. ขนมต้มหวาน

5. ขนมต้มใช้วิธีการทำให้สุกด้วยวิธีใด?
 - ก. อบ
 - ข. ทอด
 - ค. ต้ม
 - ง. นึ่ง

เฉลย

1. ข 2. ง 3. ก 4. ข 5. ค

ใบความรู้

ความเป็นมาของการทำขนมต้ม

ขนมต้มเป็นขนมไทยโบราณที่มีมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาและยังคงเป็นที่นิยมมาจนถึงปัจจุบัน มีเรื่องเล่าว่า ขนมต้มเกี่ยวข้องกับสมเด็จพระนเรศวรมหาราช ในช่วงที่พระองค์ทรงถูกจับเป็นเชลยที่พม่า คนไทยได้นำขนมต้มไปถวายเป็นเสบียง ซึ่งแสดงถึงความอุดมสมบูรณ์และความขยันหมั่นเพียรของชาวไทย

ขนมต้มมี สองประเภทหลัก ได้แก่

1. ขนมต้มขาว – มีไส้มะพร้าวชูดผัดกับน้ำตาลปี๊บ ห่อด้วยแป้งข้าวเหนียวแล้วต้มจนสุก จากนั้นนำมาคลุกกับมะพร้าวชูด

2. ขนมต้มแดง – ลักษณะคล้ายขนมต้มขาว แต่แตกต่างตรงที่ไม่มีไส้ และมีการใช้สีจากธรรมชาติ เช่น สีแดงจากดอกกุหลาบหรือครั่ง

ขนมต้มมักถูกใช้ในพิธีกรรมทางศาสนา งานมงคล และไหว้บรรพบุรุษ เพราะเชื่อว่าเป็นสัญลักษณ์ของความอุดมสมบูรณ์ ความสามัคคี และความเป็นสิริมงคล

ปัจจุบัน ขนมต้มยังคงเป็นขนมยอดนิยมในเทศกาลไทยและสามารถพบเห็นได้ตามตลาดหรือร้านขนมพื้นบ้าน โดยมีการดัดแปลงรสชาติและสีสันให้หลากหลายมากขึ้น

ใบความรู้

วัฒนธรรมการทานขนมตัม

ขนมตัมเป็นขนมไทยโบราณที่มีความผูกพันกับวัฒนธรรมและประเพณีไทยมาอย่างยาวนาน โดยเฉพาะในพิธีกรรมทางศาสนาและโอกาสพิเศษต่างๆ เช่น งานบุญ งานแต่งงาน และพิธีไหว้ครู

ความสำคัญทางวัฒนธรรม

พิธีกรรมทางศาสนา - ขนมตัมมักถูกใช้ในงานบุญ เช่น การถวายพระในวัด หรือพิธีบวงสรวงสิ่งศักดิ์สิทธิ์

งานแต่งงานไทย - ขนมตัมสีขาวมีความหมายถึงความบริสุทธิ์ ส่วนขนมตัมแดงสื่อถึงความรักและความเป็นสิริมงคล

พิธีไหว้ครู - ในบางพื้นที่ ขนมตัมเป็นหนึ่งในเครื่องบูชาเพื่อแสดงความเคารพครูบาอาจารย์

เทศกาลและประเพณีท้องถิ่น - เช่น ในบางพื้นที่ภาคใต้ ขนมตัมถูกใช้ในพิธีกรรมเกี่ยวกับความเชื่อเรื่องบรรพบุรุษ

ความหมายเชิงสัญลักษณ์

ขนมตัมมีไส้ด้านใน เปรียบเหมือนความเป็นแก่นแท้ของชีวิต

การห่อด้วยใบตอง สื่อถึงความสามัคคีและความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

สีขาวของแป้งนอกสื่อถึงความบริสุทธิ์

วิธีการรับประทาน

ขนมตัมมักถูกเสิร์ฟในงานมงคล นิยมรับประทานคู่กับน้ำชา หรือในบางพื้นที่จะโรยงาเพิ่มรสชาติ ในปัจจุบัน ขนมตัมยังคงเป็นที่นิยม และบางแห่งมีการพัฒนาให้มีไส้หลากหลายขึ้น เช่น ไส้เผือก ไส้ถั่วแดง หรือไส้มะพร้าวคั่ว เพื่อให้เข้ากับรสนิยมของคนยุคใหม่

ใบความรู้

การทำขนมต้ม



วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ทำขนมต้ม

วัสดุ (ส่วนผสมหลัก)

1. แป้งข้าวเหนียว – ใช้ทำตัวแป้งขนมให้มีความเหนียวนุ่ม
2. น้ำเปล่า – ใช้ผสมกับแป้งเพื่อให้จับตัวเป็นก้อน
3. มะพร้าวขูด – ใช้คลุกเคล้ากับขนมต้มเพื่อเพิ่มความหอมและความมัน
4. น้ำตาลมะพร้าว – ใช้ทำไส้ขนม ให้รสหวานหอม
5. เกลือ – ใส่เล็กน้อยเพื่อให้รสชาติกลมกล่อม
6. ใบตอง (ถ้ามี) – ใช้รองขนมเพื่อให้กลิ่นหอมแบบไทยดั้งเดิม

อุปกรณ์ที่ใช้

1. หม้อ – สำหรับต้มน้ำให้เดือดเพื่อลวกขนม
2. กระทะ – ใช้เคี่ยวน้ำตาลมะพร้าวกับมะพร้าวขูดเพื่อทำไส้
3. ไม้พาย – ใช้กวนไส้ขนม
4. ถาด – สำหรับวางขนมต้มหลังจากทำเสร็จ
5. กระชอน – ใช้ตักขนมขึ้นจากน้ำร้อนหลังจากต้มเสร็จ
6. กะละมัง – สำหรับนวดแป้งและเตรียมส่วนผสม

วิธีทำและขั้นตอนการทำขนมต้ม

ส่วนผสม

ส่วนผสมตัวแป้ง

แป้งข้าวเหนียว 2 ถ้วย

น้ำเปล่า $\frac{3}{4}$ ถ้วย

ส่วนผสมไส้ขนม

น้ำตาลมะพร้าว $\frac{1}{2}$ ถ้วย

มะพร้าวขูด 1 ถ้วย

เกลือ $\frac{1}{4}$ ช้อนชา

ส่วนผสมสำหรับคลุก

มะพร้าวขูดขาว 1 ถ้วย (สำหรับโรยตัวขนม)

ขั้นตอนการทำ

1 การทำไส้ขนมตั้งกระทะด้วยไฟอ่อน ใส่ น้ำตาลมะพร้าว ลงไป ใส่ มะพร้าวขูด และ เกลือ แล้วกวนให้เข้ากันจนเหนียวและแห้ง ปิดไฟ พักให้เย็น จากนั้นปั้นเป็นก้อนกลมเล็กๆ ขนาดประมาณ 1-2 ซม.

2 การทำแป้งขนม เทแป้งข้าวเหนียวลงในชามผสมค่อยๆ เติมน้ำเปล่าทีละน้อย ใช้มือนวดให้แป้งจับตัวเป็นก้อนนุ่ม และไม่ติดมือปั้นแป้งเป็นก้อนกลม แล้วแผ่ออกให้มีขนาดใหญ่พอจะห่อไส้

3 การห่อไส้และปั้นเป็นก้อนวางใส่ที่เตรียมไว้ตรงกลางแป้งห่อแป้งให้ปิดไส้สนิท แล้วปั้นเป็นก้อนกลม

4 การต้มขนม ต้มน้ำให้เดือด ใช้ไฟปานกลางใส่ขนมที่ปั้นไว้ลงไปต้ม รอจนขนมลอยขึ้นมา (แสดงว่าสุกแล้ว) ตักขึ้นจากหม้อ แล้วนำไปคลุกกับมะพร้าวขูดที่เตรียมไว้

5 การจัดเสิร์ฟ วางขนมต้มบนใบตองหรือจานเสิร์ฟพร้อมรับประทาน หรือใช้เป็นของไหว้ในงานพิธีต่างๆ

เคล็ดลับ:

นวดแป้งให้นุ่มเพื่อให้ได้เนื้อสัมผัสที่ดี

อย่าต้มขนมนานเกินไป เพราะอาจทำให้แป้งเหนียวเกินไป

ควรใช้มะพร้าวขูดใหม่ เพื่อให้ขนมหอมและอร่อยขึ้น

ใบความรู้

ประโยชน์ที่ได้รับจากวัตถุดิบ คุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม

ประโยชน์ของวัตถุดิบและคุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม

ประโยชน์ของวัตถุดิบหลัก

แป้งข้าวเหนียว ให้พลังงานสูงจากคาร์โบไฮเดรตช่วยให้อิ่มท้องและให้พลังงานแก่ร่างกาย

น้ำตาลมะพร้าว

ให้ความหวานธรรมชาติ มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำกว่าน้ำตาลทรายมีแร่ธาตุบางชนิด เช่น โพแทสเซียมและเหล็ก

มะพร้าวขูด

มีไขมันดีที่ช่วยให้พลังงานอุดมไปด้วยใยอาหารที่ช่วยในระบบขับถ่ายมีวิตามินอี ช่วยบำรุงผิวพรรณ

เกลือ

ช่วยรักษาสมดุลของของเหลวในร่างกายเพิ่มรสชาติให้ขนม

คุณค่าทางโภชนาการของขนมต้ม (ต่อ 1 ชิ้น ประมาณ 30 กรัม)

พลังงาน $\approx 90-120$ กิโลแคลอรี

คาร์โบไฮเดรต $\approx 18-22$ กรัม (จากแป้งข้าวเหนียวและน้ำตาลมะพร้าว)

ไขมัน $\approx 2-5$ กรัม (จากมะพร้าวขูด)

โปรตีน $\approx 1-2$ กรัม

ใยอาหาร $\approx 1-2$ กรัม (จากมะพร้าวและแป้ง)

โซเดียม $\approx 50-100$ มิลลิกรัม (จากเกลือ)

ประโยชน์ต่อสุขภาพ

ให้พลังงานแก่ร่างกาย เหมาะสำหรับคนที่ต้องการพลังงานเร็ว เช่น นักกีฬาช่วยให้ระบบขับถ่ายดีขึ้น จากใยอาหารในมะพร้าวน้ำตาลมะพร้าวมีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำกว่าน้ำตาลทราย ลดการเกิดน้ำตาลในเลือดสูง ไขมันดีจากมะพร้าวเป็นไขมันดีที่ร่างกายนำไปใช้ได้ง่าย

ข้อควรระวัง:

ขนมต้มมีน้ำตาลและแป้งสูง ควรทานในปริมาณที่พอดีผู้ที่ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดควรระมัดระวัง ปริมาณการบริโภคขนมต้มเป็นขนมไทยที่อร่อยและมีคุณค่าทางโภชนาการ สามารถทานได้ในปริมาณที่เหมาะสมเพื่อสุขภาพที่ดี

ใบความรู้ การบรรจุหีบห่อ



การบรรจุภัณฑ์ที่ดึงดูดความสนใจ ตอบโจทย์ของผู้บริโภค ภายใต้บรรจุภัณฑ์ ส่งเสริม
อาชีพเสริมให้แก่พี่น้องเกษตรกรสามารถแปรรูป และถนอมอาหาร เก็บไว้ได้นานสามารถ สร้างอาชีพเสริม
เพิ่มรายได้เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น สร้างความภาคภูมิใจจากผู้ให้สู่ความสุขใจของผู้รับ ต่อยอดสู่การพัฒนา
คุณภาพชีวิตให้กับเกษตรกร และชุมชนอย่างยั่งยืน

ความสำคัญของการบรรจุภัณฑ์

บรรจุภัณฑ์นั้นมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อผลผลิตทั้งหลาย ดังนี้

1. รักษาคุณภาพ และปกป้องตัวสินค้า เริ่มตั้งแต่การขนส่ง การเก็บให้ ผลผลิตหรือผลิตภัณฑ์เหล่านั้นมิให้เสียหายจากการปนเปื้อนจากฝุ่นละออง แมลง คน ความชื้น ความร้อน แสงแดด และการปลอมปน เป็นต้น

2. ให้ความสะดวกในเรื่องการขนส่ง การจัดเก็บมีความรวดเร็วในการขนส่ง เพราะสามารถรวมหน่วยของผลิตภัณฑ์เหล่านั้นเป็นหน่วยเดียวได้

3. ส่งเสริมทางการตลาด บรรจุภัณฑ์เพื่อการจัดจำหน่ายเป็นสิ่งแรกที่ผู้บริโภคเห็น ดังนั้นบรรจุภัณฑ์จะต้องทำหน้าที่บอกกล่าวสิ่งต่างๆของตัวผลิตภัณฑ์โดยการบอกข้อมูลที่จำเป็นทั้งหมดของตัวสินค้า และนอกจากนั้นจะต้องมีรูปลักษณ์ที่สวยงามสะดุดตาเชิญชวนให้เกิดการตัดสินใจซื้อ

วัตถุประสงค์ของการออกแบบบรรจุภัณฑ์

1. เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ให้สามารถเอื้อประโยชน์ด้านหน้าที่ใช้สอยได้ดี มีความปลอดภัย ประหยัดและมีประสิทธิภาพ

2. เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ให้สามารถสื่อสารและสร้างผลกระทบต่อผู้บริโภคโดยใช้ความรู้แขนงศิลปะเข้ามาสร้างคุณลักษณะ เช่น มีเอกลักษณ์มีลักษณะพิเศษที่ดึงดูดและสร้างการจดจำตลอดจนเข้าถึงความหมายและคุณสมบัติของผลิตภัณฑ์

3. เพื่อปกป้องคุ้มครองและรักษาคุณภาพสินค้า

4. เป็นตัวชี้บ่งและสื่อสารรายละเอียดสินค้า ดึงดูดผู้บริโภค แสดงถึงภาพลักษณ์

5. เป็นต้นทุนในการผลิตสินค้า เมื่อบรรจุภัณฑ์ดีย่อมมีส่วนช่วยให้มูลค่าสินค้าสูงขึ้น

ใบความรู้

การคำนวณต้นทุนกำไร

ตัวอย่างการคิดต้นทุน กำไร การผลิตและค่าใช้จ่ายในการทำขนมต้ม

คำนวณต้นทุน และรายได้ขายขนมต้ม

1. คำนวณต้นทุนวัตถุดิบ (ต่อสูตรประมาณ 20 ชิ้น)

วัตถุดิบ ปริมาณ ราคาต่อหน่วย (บาท) ต้นทุน (บาท)

แป้งข้าวเหนียว 2 ถ้วย 35 บาท/กิโลกรัม 10 บาท

น้ำตาลมะพร้าว ½ ถ้วย 50 บาท/กิโลกรัม 5 บาท

มะพร้าวขูด 2 ถ้วย 40 บาท/กิโลกรัม 8 บาท

เกลือ ¼ ช้อนชา 15 บาท/ถุง 1 บาท

น้ำเปล่า ¾ ถ้วย - -

รวมต้นทุนวัตถุดิบ - - 24 บาท

ต้นทุนวัตถุดิบต่อชิ้น = 24 บาท ÷ 20 ชิ้น $\approx$ 1.20 บาท/ชิ้น

2. ค่าใช้จ่ายอื่นๆ

ค่าแก๊สหรือค่าไฟฟ้า $\approx$ 5 บาทต่อรอบ

ค่าบรรจุภัณฑ์ เช่น ถุงใส่ พิมพ์โลโก้ $\approx$ 10 บาทต่อ 20 ชิ้น

ค่าแรง (หากทำเอง ไม่คิดค่าแรง หากจ้างเพิ่มค่าแรง)

ค่าใช้จ่ายเบ็ดเตล็ด (เช่น ค่าเดินทาง ค่าเช่าที่ ฯลฯ)

รวมต้นทุนทั้งหมด

วัตถุดิบ 24 บาท + ค่าแก๊ส 5 บาท + ค่าบรรจุภัณฑ์ 10 บาท = 39 บาท / 20 ชิ้น

ต้นทุนต่อชิ้น = 39 บาท ÷ 20 ชิ้น $\approx$ 1.95 บาท/ชิ้น

3. การตั้งราคาขาย และกำไร

ราคาขายแนะนำ

ขาย ชุดละ 5 ชิ้น ราคา 10-15 บาท

ขาย ชิ้นละ 3-5 บาท (ขึ้นอยู่กับทำเลและต้นทุนอื่นๆ)

การคำนวณกำไร

ถ้าขายชิ้นละ 5 บาท $\rightarrow$ รายได้ $5 \times 20 = 100$ บาท

ต้นทุนรวม 39 บาท

กำไร = $100 - 39 = 61$ บาท (กำไรประมาณ 156%)

ถ้าผลิตมากขึ้น ต้นทุนต่อชิ้นอาจลดลง และกำไรเพิ่มขึ้น

4. แนวทางลดต้นทุน เพิ่มกำไร

ซื้อวัตถุดิบในปริมาณมาก เช่น มะพร้าวขูดและแป้งข้าวเหนียว อาจช่วยลดต้นทุนได้

ทำแพ็คเกจให้ดึงดูด อาจเพิ่มยอดขายได้

เลือกขายตามตลาดนัด หรือตลาดออนไลน์ เพื่อลดค่าเช่าที่

ออกโปรโมชั่น เช่น ซื้อ 10 ชิ้นแถม 2 เพื่อกระตุ้นยอดขาย

สรุป: ขนมหักเป็นขนมที่ลงทุนน้อย ขายง่าย และมีกำไรดี ถ้าบริหารต้นทุนดีสามารถขยายตลาดได้

ง่าย

ใบความรู้

ช่องทางการตลาด

ช่องทางจำหน่ายทางตรงมีช่องทางขายดังนี้

- หน้าร้าน

มีการจัดจำหน่ายสินค้าและบริการจากผู้ผลิตให้แก่ผู้บริโภคโดยตรง

ช่องทางการจำหน่ายโดยอ้อมมีช่องทางการขายดังนี้

- ทางออนไลน์

ขายบนเพจ Facebook เป็นช่องทางที่ง่ายที่สุด คนขายนิยมสูงสุด และก็เข้าถึงกลุ่มลูกค้าเราได้มากที่สุดเช่นกัน เพราะสมัยนี้ใครๆก็เล่น Facebook กันทั้งนั้น ทำให้สินค้าเราเข้าถึงกลุ่มลูกค้าได้ง่ายมาก ยิ่งปัจจุบัน Facebook สามารถตั้งงบที่ใช้ลงโฆษณาและกำหนดกลุ่มเป้าหมายเองด้วยทำให้เปิดเพจขายของบน Facebook อีกช่องทางหนึ่ง

แบบประเมินผลงานผู้เรียน

ชื่อ - นามสกุล.....

หลักสูตร.....กลุ่ม.....

คำชี้แจง : ให้วิทยากรประเมินผลงานของผู้เรียนตามหัวข้อที่กำหนดให้

ประเด็นที่ประเมิน	คะแนนประเมิน (10 คะแนน)
1. ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาสาระ (20 คะแนน)	
1.1 ทดสอบความรู้ความเข้าใจ	
1.2 สอบถามความรู้ความเข้าใจ	
2. ทักษะการปฏิบัติ (40 คะแนน)	
2.1 สังเกตการณ์ปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้การจัดกิจกรรม	
2.2 ประเมินโดยให้สาธิต	
2.3 แสดงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติ	
2.4 ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม (ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหา)	
3. คุณภาพของผลงาน ผลการปฏิบัติ (40 คะแนน)	
3.1 สังเกตผลงาน	
3.2 ตรวจสอบผลงาน	
3.3 มีความคิดสร้างสรรค์	
3.4 ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	
รวมคะแนน (100 คะแนน)	

หมายเหตุ การประเมินผลการจบหลักสูตรอาจดำเนินการได้ ดังนี้

- การประเมินระหว่างเรียน และเมื่อจบหลักสูตร
- ประเมินครั้งเดียวก่อนจบหลักสูตร

ทั้งนี้ เกณฑ์การจบหลักสูตร จะต้องได้คะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 จึงจะผ่านเกณฑ์การประเมิน

ลงชื่อ

(

วิทยากร

)

แบบทดสอบหลังเรียน

การทำขนมต้ม

1. ขนมต้มมีกี่ประเภทหลัก?
 - ก. 1 ประเภท
 - ข. 2 ประเภท
 - ค. 3 ประเภท
 - ง. 4 ประเภท

2. วัตถุดิบหลักที่ใช้ทำแป้งห่อขนมต้มคืออะไร?
 - ก. แป้งสาลี
 - ข. แป้งมันสำปะหลัง
 - ค. แป้งข้าวเจ้า
 - ง. แป้งข้าวเหนียว

3. ส่วนผสมหลักของไส้ขนมต้มคืออะไร?
 - ก. มะพร้าวขูดและน้ำตาลปีบ
 - ข. ถั่วเขียวและน้ำตาลทราย
 - ค. เผือกกวนและกะทิ
 - ง. ฟักทองและเกลือ

4. ขนมต้มที่มีไส้อยู่ข้างในเรียกว่าอะไร?
 - ก. ขนมต้มแดง
 - ข. ขนมต้มขาว
 - ค. ขนมต้มใบเตย
 - ง. ขนมต้มหวาน

5. ขนมต้มใช้วิธีการทำให้สุกด้วยวิธีใด?
 - ก. อบ
 - ข. ทอด
 - ค. ต้ม
 - ง. นึ่ง

เฉลย

1. ข 2. ง 3. ก 4. ข 5. ค