



หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะอาชีพ

ชื่อหลักสูตร การทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ
จำนวน ๓ ชั่วโมง

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

เอกสารหลักสูตรการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ เล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ประกอบหลักสูตรการเรียน การสอน ของสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม และได้ดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาครูและ บุคลากรทางการศึกษา เพื่อยกระดับคุณภาพสถานศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพ ประกอบกับพัฒนาครูให้มีความรู้ ความสามารถในการถ่ายทอดองค์ความรู้อย่างมีคุณภาพ ส่งผลต่อการพัฒนาและยกระดับคุณภาพผู้รับบริการ ให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม ได้รับความสำเร็จในการจัดทำเอกสารเล่มนี้ โดยมีส่วนร่วมของผู้บริหาร ครูและบุคลากรทางการศึกษา ในการสรุปรวบรวมข้อมูล เพื่อจัดทำเป็นรูปเล่ม หวังว่าเอกสารหลักสูตรการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ เล่มนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจในการศึกษาต่อไป

สารบัญ

เรื่อง

หน้า

หลักสูตรการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ	๑
เนื้อหาหลักสูตร	๒
โครงสร้างหลักสูตรการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ	๔
แบบทดสอบก่อนเรียน	๗
ใบความรู้	๙
แบบประเมินผลงานผู้เรียน	๑๑
แบบทดสอบหลังเรียน	๑๒

หลักสูตร การทำแผนวิสัยทัศน์เพื่อสุขภาพ จำนวน ๓ ชั่วโมง กลุ่มอาชีพ พาณิชยกรรมและบริการ

๑. ความเป็นมา

ความในภาวะการณ์ปัจจุบัน ความเจริญก้าวหน้าด้านเศรษฐกิจ และเทคโนโลยี มีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว การดำเนินชีวิต การประกอบอาชีพมีการแข่งขันค่อนข้างสูง มีการใช้จ่ายในชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น อีกทั้งสภาพบ้านเมืองในปัจจุบันที่ประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจ ราคาสินค้าโดยทั่วไปปรับตัวสูง ประชาชนโดยทั่วไปจึงต้องแบกรับภาระค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้น ดังนั้น การประกอบอาชีพในปัจจุบันจึงไม่ได้มุ่งเน้นเพียงรายได้หลักเพียงอย่างเดียว การสนับสนุนให้ประชาชนโดยทั่วไปมีอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มพูนรายได้ตลอดจนการพึ่งพาตนเองโดยใช้หลักการและปรัชญา “เศรษฐกิจพอเพียง” ซึ่งมีความเหมาะสมกับสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งประชาชน ซึ่งส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกี่ยวข้องกับการเกษตร การทำสวน เป็นอาชีพหลัก และมีการว่างงานหลังจากเก็บเกี่ยวผลผลิต การฝึกอบรมและส่งเสริมอาชีพ “การทำแผนวิสัยทัศน์เพื่อสุขภาพ” ให้แก่ประชาชน เยาวชนและผู้สนใจโดย มุ่งพัฒนาด้านคุณภาพชีวิต ที่มุ่งเน้นส่งเสริมสนับสนุนการจัดการศึกษาอบรมและการฝึกอาชีพตามความ เหมาะสม และความต้องการของประชาชนในท้องถิ่น เพื่อพัฒนารายได้ของประชาชนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ เพิ่มพูนความรู้ ทักษะ สร้างความชำนาญและประสบการณ์ด้านการประกอบอาชีพ รวมถึงเพื่อสร้างรายได้ และสร้างประสบการณ์ด้านทักษะการฝึกอาชีพ

๒. จุดประสงค์การเรียนรู้

- ๑.เป็นการจัดการศึกษาอาชีพที่สอดคล้องกับศักยภาพของชุมชน และความต้องการของชุมชน
- ๒.เป็นหลักการที่เน้นการส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีในการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับสินค้าทางช่องทาง การเผยแพร่และการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ของชุมชน
- ๓.สามารถนำความรู้จากการอบรมไปสร้างอาชีพเสริม เพิ่มรายได้ ให้กับตนเองและครอบครัว

๓. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายคือประชาชนกลุ่มเป้าหมายนอกระบบโรงเรียน

๑. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
๒. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

๔. ระยะเวลา

ใช้เวลาเรียนทั้งหมด ๓ ชั่วโมง

ภาคทฤษฎี ๑ ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ ๒ ชั่วโมง

๕. เนื้อหาหลักสูตร

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพที่สอดคล้องกับศักยภาพของชุมชน และความต้องการของ ชุมชน

๒. เป็นหลักสูตรที่เน้นการส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีในการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับสินค้า การหาช่องทางเผยแพร่และจำหน่ายผลิตภัณฑ์ของวิสาหกิจชุมชนให้เป็นระบบครบวงจร

๓. สามารถนำความรู้จากการอบรมไปสร้างอาชีพเสริม เพิ่มรายได้ ให้กับตนเองและครอบครัว

๖. การจัดการเรียนรู้

๑. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร/ภูมิปัญญา

๒. การศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้

๓. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้

๔. การฝึกปฏิบัติจริง

๗. สื่อการเรียนรู้

ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อที่หลากหลาย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สถานประกอบการ สื่อจริง และสื่อบุคคลในชุมชน

๑. วิทยากร/ ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความรู้

๒. VCD /หนังสือ

๓. Internet

๔. ศึกษาดูงานจากกลุ่มอาชีพตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้

๘. การวัดและประเมินผล

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีก่อนเรียนและหลังเรียน

๒. การประเมินผลงานก่อนเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้และจบหลักสูตร

๙. การจบหลักสูตร

๑. มีระยะเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
๒. มีผลการเรียนผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ ตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้
 - ๒.๑ ภาคทฤษฎี สัดส่วนร้อยละ ๒๐
 - ๒.๒ ภาคปฏิบัติ สัดส่วนร้อยละ ๘๐

๑๐. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร

๑. หลักฐานการเข้าเรียนตลอดหลักสูตร
๒. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร
๓. วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษาที่มีการจัดการเรียนรู้

๑๑. การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรการทํากล้วยฉาบ อาจนำผลไปเทียบโอนผลการเรียนกับหลักสูตรการศึกษา
นอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ หรืออื่น ๆ ได้ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

โครงสร้างหลักสูตรการการทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การวัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
ช่องทางการประกอบอาชีพ การทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ	๑. ช่องทางการ ประกอบอาชีพการทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ ๒. ความสำคัญของการประกอบอาชีพ ๓. ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ - ความต้องการของตลาด - การจัดหาวัสดุ วัตถุดิบ	๑. ช่องทางการ ประกอบอาชีพการทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ ๑.๑ บอกความสำคัญ ของการประกอบอาชีพ ได้ ๑.๒ บอกความเป็นไปได้ ในการประกอบอาชีพได้ ๑.๓ บอกและหาแหล่งเรียนรู้ ได้ ๑.๔ บอกทิศทางการประกอบอาชีพได้ ๒. ความสำคัญของการประกอบอาชีพ ๓. ความเป็นไปได้ในการประกอบอาชีพ - ความต้องการของตลาด - การจัดหาวัสดุ วัตถุดิบ	การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร/ภูมิปัญญา - การศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้ – การแลกเปลี่ยนเรียนรู้	ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อที่หลากหลาย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สถาน ประกอบการ สื่อจริง และสื่อบุคคลในชุมชน ๑. วิทยากร/ ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความรู้ ๒. VCD /หนังสือ ๓. Internet ๔. ศึกษาดูงานจากกลุ่มอาชีพตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้	๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีก่อนเรียนและหลังเรียน ๒. การประเมินผลงานก่อนเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้และจบหลักสูตร ๓.แบบประเมินผลงานผู้เรียน	๓๐ นาที	๑ ช.ม.

โครงสร้างหลักสูตรการการทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ (ต่อ)

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	การวัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
ทักษะการประกอบอาชีพ การทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ	๒๒. ทักษะการประกอบอาชีพการทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ ๒.๑ สามารถใช้วัสดุอุปกรณ์ได้อย่างถูกต้อง และปลอดภัยได้ ๒.๒ สามารถคัดเลือก วัสดุ วัสดุดิบ อุปกรณ์ได้ อย่างถูกต้อง ๒.๓ สามารถคำนวณ วัสดุ อุปกรณ์และ ค่าใช้จ่ายได้ ๑.ความสำคัญและการ นำผลผลิตในชุมชนมาเพิ่มมูลค่า ๒. ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับการ เลือกซื้อ เลือกใช้ วัสดุดิบ วัสดุ อุปกรณ์ ๓. การทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ ๔. การฝึกทักษะการทำแผนวิศ	๒๒. ทักษะการประกอบอาชีพ การทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ ๒.๑ ใช้วัสดุ อุปกรณ์ ได้อย่าง ถูกต้อง และปลอดภัย ๒.๒ คัดเลือก วัสดุ วัสดุดิบ อุปกรณ์ ได้ อย่างถูกต้อง ๒.๓ คำนวณ วัสดุอุปกรณ์ และ ค่าใช้จ่ายได้ ๑.ความสำคัญและการนำผลผลิตใน ชุมชนมา เพิ่มมูลค่า ๒. ความรู้ทั่วไป เกี่ยวกับการเลือก ซื้อ เลือกใช้ วัสดุดิบ วัสดุ อุปกรณ์ ๓. การทำแผนวิศเพื่อสุขภาพ ๔. การฝึกทักษะการทำแผนวิศเพื่อ	- การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร/ภูมิปัญญา - การศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้ – การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ - การฝึกปฏิบัติจริง	ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อที่หลากหลาย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สถานประกอบการ สื่อจริง และสื่อบุคคลในชุมชน ๑. วิทยากร/ ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความรู้ ๒. VCD /หนังสือ ๓. Internet ๔. ศึกษาดูงานจากกลุ่มอาชีพตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้	๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีก่อนเรียนและหลังเรียน ๒. การประเมินผลงานก่อนเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้และจบหลักสูตร ๓.แบบประเมินผลงานผู้เรียน	๓๐ นาที	๑ ช.ม.

แบบทดสอบก่อนเรียน
ข้อสอบหลักสูตรวิชาการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ
กลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและบริการ

๑. คำถาม: แซนวิชคืออะไร?

- A) สินค้าอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ
- B) โปรตีนที่ทำให้กล้ามเนื้อของผู้บริโภคเติบโต
- C) อาหารเสริมที่ช่วยลดความดันโลหิต
- D) อาหารที่มีกรดไขมันต่ำ

๒. คำถาม: ส่วนประกอบหลักของแซนวิชคืออะไร?

- A) ขนมปัง, สลัด, นม
- B) ขนมปัง, ผัก, เนยถั่ว
- C) ขนมปัง, กุ้ง, ไข่
- D) ขนมปัง, ผลไม้, น้ำผลไม้

๓. คำถาม: แซนวิชมีประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างไร?

- A) เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน
- B) ทำให้ผู้บริโภคอ้วนเกินไป
- C) ทำให้มีโรคเบาหวาน
- D) ไม่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

๔. คำถาม: ส่วนประกอบของแซนวิชที่มีค่าอาหารสูงคืออะไร?

- A) ขนมปังโฮลเกรน, ไข่กรอบ, นม
- B) ขนมปังโฮลเกรน, ไข่, ผลไม้
- C) ขนมปังโฮลเกรน, ผัก, เนยถั่ว
- D) ขนมปังโฮลเกรน, กุ้ง, น้ำผลไม้

๕. คำถาม: การเลือกวัตถุดิบสำหรับทำแซนวิชที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและบริการควรพิจารณาอะไรบ้าง?

- A) รสชาติเพียงพอ
- B) ความสะอาดและความปลอดภัยของวัตถุดิบ
- C) ราคาถูกต้อง
- D) การปรับปรุงคุณภาพของวัตถุดิบ

เฉลย ทดสอบก่อนเรียน

๑.เฉลย: A) สินค้าอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

๒.เฉลย: B) ขนมห้าง, ผัก, เนยถั่ว

๓.เฉลย: A) เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

๔.เฉลย: C) ขนมห้างโฮลเกรน, ผัก, เนยถั่ว

๕.เฉลย: B) ความสะอาดและความปลอดภัยของวัตถุดิบ

แบบประเมินผลงานผู้เรียน

ชื่อ – สกุล.....

หลักสูตร..... กลุ่ม.....

คำชี้แจง : ให้วิทยากรประเมินผลงานของผู้เรียนตามหัวข้อที่กำหนดให้

ประเด็นที่ประเมิน	คะแนนประเมิน (๑๐ คะแนน)
๑. ความรู้ความเข้าใจเนื้อหาสาระ (๒๐ คะแนน)	
๑.๑ ทดสอบความรู้ความเข้าใจ	
๑.๒ สอบถามความรู้ความเข้าใจ	
๒. ทักษะการปฏิบัติ (๔๐ คะแนน)	
๒.๑ สังเกตการณ์ปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้การจัดกิจกรรม	
๒.๒ ประเมินโดยให้สาธิต	
๒.๓ แสดงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติ	
๒.๔ ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม	
๓. คุณภาพผลงาน ผลการปฏิบัติ	
๓.๑ สังเกตผลงาน	
๓.๒ ตรวจสอบผลงาน	
๓.๓ มีความคิดสร้างสรรค์	
๓.๔ ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	
รวมคะแนน (๑๐๐ คะแนน)	

หมายเหตุ การประเมินผลการจบหลักสูตรอาจดำเนินการได้ ดังนี้

- การประเมินระหว่างเรียน และเมื่อจบหลักสูตร
- ประเมินครั้งเดียวก่อนจบหลักสูตร

ทั้งนี้ เกณฑ์การจบหลักสูตร จะต้องได้คะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ จึงจะผ่านเกณฑ์การประเมิน

ลงชื่อ

(

วิทยากร

)

แบบทดสอบหลังเรียน
ข้อสอบหลักสูตรวิชาการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ
กลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและบริการ

๑. คำถาม: แซนวิชคืออะไร?

- A) สินค้าอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ
- B) โปรตีนที่ทำให้กล้ามเนื้อของผู้บริโภคเติบโต
- C) อาหารเสริมที่ช่วยลดความดันโลหิต
- D) อาหารที่มีกรดไขมันต่ำ

๒. คำถาม: ส่วนประกอบหลักของแซนวิชคือ?

- A) ขนมปัง, สลัด, นม
- B) ขนมปัง, ผัก, เนยถั่ว
- C) ขนมปัง, กุ้ง, ไข่
- D) ขนมปัง, ผลไม้, น้ำผลไม้

๓. คำถาม: แซนวิชมีประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างไร?

- A) เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน
- B) ทำให้ผู้บริโภคอ้วนเกินไป
- C) ทำให้มีโรคเบาหวาน
- D) ไม่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

๔. คำถาม: ส่วนประกอบของแซนวิชที่มีค่าอาหารสูงคือ?

- A) ขนมปังโฮลเกรน, ไข่กรอก, นม
- B) ขนมปังโฮลเกรน, ไข่, ผลไม้
- C) ขนมปังโฮลเกรน, ผัก, เนยถั่ว
- D) ขนมปังโฮลเกรน, กุ้ง, น้ำผลไม้

๕. คำถาม: การเลือกวัตถุดิบสำหรับทำแซนวิชที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มอาชีพพาณิชยกรรมและบริการควรพิจารณาอะไรบ้าง?

- A) รสชาติเพียงพอ
- B) ความสะอาดและความปลอดภัยของวัตถุดิบ
- C) ราคาถูกต้อง
- D) การปรับปรุงคุณภาพของวัตถุดิบ

เฉลย ทดสอบหลังเรียน

๑.เฉลย: A) สินค้าอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

๒.เฉลย: B) ขนมหั้ว, ผัก, เนยถั่ว

๓.เฉลย: A) เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

๔.เฉลย: C) ขนมหั้วโฮลเกรน, ผัก, เนยถั่ว

๕.เฉลย: B) ความสะอาดและความปลอดภัยของวัตถุดิบ

ใบความรู้
หลักสูตรการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ จำนวน ๓ ชั่วโมง
สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้จังหวัดมหาสารคาม

.....

ความรู้เกี่ยวกับวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ

วัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ ก่อนที่ผู้เรียนจะเข้าสู่การเริ่มต้นการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ ผู้เรียนควรเรียนรู้เกี่ยวกับวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ ได้แก่ ปูอัด ทูโบโลน่า ไช้ไก่ กรีนโอ๊ค หอมใหญ่ มะเขือเทศ แครอท มายองเนส ซอสมะเขือเทศ เกลือ พริกไทย ขนมห้าง ดังนี้



1. ปูอัด ทูโบโลน่า กรีนโอ๊ค หอมใหญ่ มะเขือเทศ แครอท



2. ไช้ไก่



3.มายองเนส



4.ซอสมะเขือเทศ



5.ขนมปัง

วิธีการทำแซนวิชเพื่อสุขภาพ



หลังจัดเตรียมผักสดที่ต้องการ หั่นซอยจนพร้อมใช้ ให้นำปูอัดมาฉีกเป็นเส้นเตรียมไว้



จากนั้นผสมมายองเนส เกลือ(เล็กน้อย) พริกไทยและซอสมะเขือเทศ โดยดูให้เหมาะสมกับปริมาณปูอัดที่ใช้



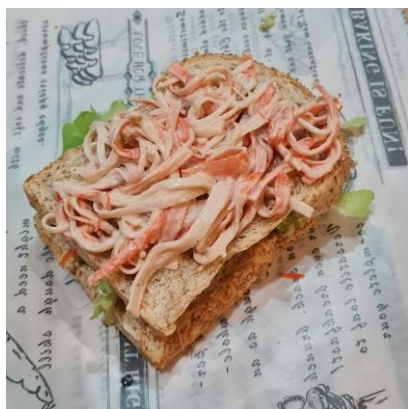
คลุกผสมให้เข้ากัน หากผลอใส่มายองเนสมากเกินไปให้ใส่ปูอัดเพิ่ม ระวังไม่ให้ฉ่ำซอสจนเกินไป



ทอดไข่ดาวรอไว้ เราใช้ไข่ดาวแบบสุก หากใครชอบแบบยางก๊าดกินแบบฉ่ำ ๆ ก็ได้ตามชอบ แค่อาจเลอะเทอะหน่อย



เครื่องประกอบต่าง ๆ เสร็จแล้วมาลงมือเรียงแซนวิช เราใช้ขนมปังโฮลวีทธัญพืช นำไปกริลบนกระทะให้พอหอมแล้วเริ่มนำมาวางบนกระดาษห่อแซนวิช หรือใช้กระดาษสำหรับอบขนม จากนั้นทางมายองเนสบาง ๆ แล้วเรียงผักต่าง ๆ ลงไปก่อนเป็นชั้น



วางแผ่นขนมปังทับแล้วทำชั้นต่อไป โดยลงไส้ปูอัดที่ผสมไว้ ใส่แบบแน่น ๆ แล้วเกลี่ยให้ทั่ว



วางแผ่นขนมปังทับแล้วทำชั้นต่อไป โดยใส่ผักเหมือนชั้นแรกแล้ววางไข่ดาวลงไปด้วย ดูตำแหน่งให้ไข่แดงอยู่กลางแผ่นขนมปัง เพื่อให้เวลาผ่าครึ่งจะได้เห็นไข่แดงสวย ๆ



วางแผ่นขนมปังทับแล้วทำชั้นสุดท้าย โดยใส่ผักสดต่าง ๆ ตามด้วยโปโลน่าและไส้ปูดอีกเล็กน้อย



วางแผ่นขนมปังทับปิดท้ายจากนั้นห่อให้แน่น แต่อย่ากดแซนวิชหนักจนเกินไปเพราะอาจทำให้ไส้แต่ละชั้นไม่สวยงาม ส่วนวิธีการห่อ ใช้เทคนิคเดียวกับการห่อกล่องของขวัญ และใช้เทปหรือสติกเกอร์แปะติดไม่ให้หลุดออก จากนั้นหั่นผ่าครึ่ง

