

# สูตร การทำเครื่องดื่ม

## 1.สูตรการทำน้ำโกโก้

| ส่วนผสม      |          |
|--------------|----------|
| 1.ผงโกโก้    | 150 กรัม |
| 2.ผงโอวันติน | 300 กรัม |
| 3.ครีมเทียม  | 120 กรัม |
| 4.น้ำเชื่อม  | 60 มล.   |
| 5.น้ำเปล่า   | 1200 มล. |

วิธีการทำ  
ตั้งน้ำให้ร้อนแล้วใส่ส่วนผสมทั้งหมด  
ลงไป ลดไฟอ่อน คน 30 นาที

วิธีการชงต่อ 1 แก้ว 16 ออนซ์

|             |         |
|-------------|---------|
| 1.น้ำโกโก้  | 120 มล. |
| 2.นมสด      | 90 มล.  |
| 3.นมข้นหวาน | 15 มล.  |



## 2.สูตรการทำน้ำชาเขียว

| ส่วนผสม     |                 |
|-------------|-----------------|
| 1.ผงชาเขียว | 2 ช้อน(10 กรัม) |
| 2.นมข้นหวาน | 45 มล.          |
| 3.นมข้นจืด  | 45 มล.          |
| 4.น้ำร้อน   | 150 มล.         |

วิธีการทำ  
ตักผงชาใส่ถุงชง เติมน้ำ 150 มล. พักไว้ 1 นาที  
เติมนมข้นหวาน + นมข้นจืด  
ตักใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์



## 3.สูตรการทำน้ำชานมเย็น

| ส่วนผสม     |                 |
|-------------|-----------------|
| 1.ผงชาไทย   | 2 ช้อน(10 กรัม) |
| 2.นมข้นหวาน | 45 มล.          |
| 3.นมข้นจืด  | 15 มล.          |
| 4.น้ำร้อน   | 150 มล.         |

วิธีการทำ  
ตักผงชาใส่ถุงชง เติมน้ำร้อน 150 มล. พักไว้ 1 นาที  
เติมนมข้นหวาน เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์  
ราดนมข้นจืดตามชอบ



# สูตร การทำเครื่องดื่ม

## 4.สูตรการทำน้ำชาดำเย็น

ส่วนผสม

- 1.ผงชาไทย 2 ช้อน(10 กรัม)
- 2.น้ำเชื่อม 45 มล.
- 3.น้ำร้อน 150 มล.

วิธีการทำ

ตักผงชาใส่ถุงชง เติมน้ำร้อน 150 มล. พักไว้ 1 นาที  
เติมน้ำเชื่อม เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์



## 5.สูตรการทำน้ำชามะนาว

ส่วนผสม

- 1.ผงชาไทย 2 ช้อน(10 กรัม)
- 2.น้ำเชื่อม 45 มล.
- 3.น้ำร้อน 150 มล.
- 4.น้ำมะนาว 15 มล.(ผงมะนาว 1 ช้อนชา)

วิธีการทำ

ตักผงชาใส่ถุงชง เติมน้ำร้อน 150 มล. พักไว้ 1 นาที  
เติมน้ำเชื่อม+น้ำมะนาว เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์



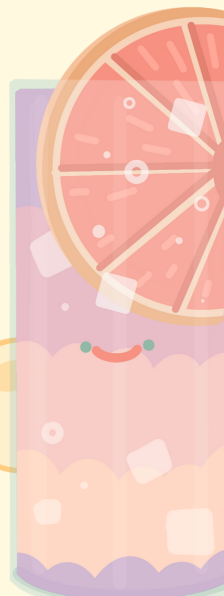
## 6.สูตรการทำชาลิ้นจี่

ส่วนผสม

- 1.ผงชาไทย 1 ช้อน (5 กรัม)
- 2.น้ำผลไม้(ลิ้นจี่) 45 มล.
- 3.น้ำอุ่น/อุณหภูมิห้อง 120 มล.
- 4.น้ำมะนาว 1 ช้อนชา.(ผงมะนาวปลายช้อนชา)
- 5.เกลือเล็กน้อย

วิธีการทำ

ตักผงชาใส่ถุงชง เติมน้ำร้อน 60 มล. พักไว้ 1 นาที  
เติมน้ำเชื่อมทั้งหมด เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์  
เทน้ำ ชาที่เตรียมไว้ด้านบน



# สูตร การทำเครื่องดื่ม

## 7.สูตรการทำน้ำพื้ช

ส่วนผสม

- 1.น้ำแดงเฮลบลูบอย 10 มล.
- 2.น้ำผลไม้(รสส้ม) 20 มล.
- 2.น้ำผลไม้(รสส้ปประด) 20 มล.
- 4.น้ำมะนาว 1 ช้อนชา.(ผงมะนาวปลายช้อนชา)
- 5.เกลือเล็กน้อย
- 6.โซดา ครึ่งขวด

วิธีการทำ

เติมส่วนผสมทั้งหมด เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์



## 8.สูตรการทำนมชมพู

ส่วนผสม

- 1.น้ำแดงเฮลบลูบอย 20 มล.
- 2.นมข้นจืด 45 มล.
- 2.นมสด 90 มล.

วิธีการทำ

เติมส่วนผสมทั้งหมด เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์



## 9.สูตรการทำกาแฟโบราณ

ส่วนผสม

- 1.ผงกาแฟโบราณ 2 ช้อน (10 กรัม)
- 2.นมข้นหวาน 45 มล.
- 3.นมข้นจืด 15 มล.
- 4.น้ำร้อน 150 มล.

วิธีการทำ

ตักผงกาแฟใส่ถุงชง เติมน้ำร้อน พักทิ้งไว้ 1 นาที  
เติมส่วนผสมทั้งหมด เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์



## 10.สูตรการทำโอเลี้ยง

ส่วนผสม

- 1.ผงกาแฟโบราณ 2 ช้อน (10 กรัม)
- 2.น้ำเชื่อม 45 มล.
- 4.น้ำร้อน 150 มล.

วิธีการทำ

ตักผงกาแฟใส่ถุงชง เติมน้ำร้อน พักทิ้งไว้ 1 นาที  
เติมส่วนผสมทั้งหมด เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์  
เติมส่วนผสมทั้งหมด เทใส่แก้วน้ำแข็ง 16 ออนซ์



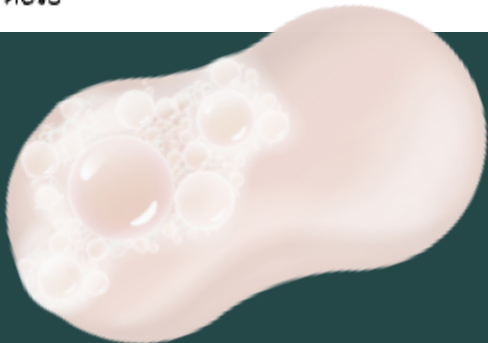
# สบู่ก้อนใสสมุนไพร

## ส่วนผสม

- |                    |      |          |
|--------------------|------|----------|
| 1. กลีเซอรินสำเร็จ | 1    | กิโลกรัม |
| 2. สบุนไพรสกัด     | 5-10 | กรัม     |
| 3. วาสลีน          |      | เล็กน้อย |
| 4. น้ำผึ้ง         | 20   | กรัม     |
| 5. หัวน้ำหอม       | 0.5  | ออนซ์    |
| 6. ฟิมพ์สบู่       |      |          |

## วิธีทำ

1. นำเอาแบบฟิมพ์สบู่ทำความสะอาดเช็ดให้แห้ง แล้วทาวาสลีนบาง ๆ
2. นำกลีเซอรินสำเร็จหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วใส่ภาชนะยกขึ้นตุ๋นไฟจนละลายเป็นน้ำใส
3. เติมสบุนไพรสกัด และน้ำผึ้งลงไปคนให้เข้ากัน แล้วยกลงเติมหัวน้ำหอมคนให้เข้ากันแล้วจึงเทใส่ในฟิมพ์สบู่ที่เตรียมไว้
4. เมื่อสบู่แข็งตัวแล้วจึงแกะฟิมพ์ออกแล้วห่อด้วยฟิล์มกันชื้นแล้วบรรจุหีบห่อเก็บไว้ใช้หรือจำหน่ายต่อไป



# สบุนไพรร เพื่องานอาชีพ

โดย

อาจารย์ ชานนท์ บุรี

วิทยาลัยสารพัดช่างธนบุรี

# โลชั่นสบุนไพรรบำรุงผิว

## ส่วนผสม :

- |                    |      |       |
|--------------------|------|-------|
| 1. Novemer EC-1    | 50   | กรัม  |
| 2. White Oil-70    | 50   | กรัม  |
| 3. น้ำตัมสุก       | 2500 | กรัม  |
| 4. สารสกัดสบุนไพรร | 10%  |       |
| 5. หัวน้ำหอม       | 1    | ออนซ์ |
| 6. กันเสีย         | 50   | กรัม  |

## วิธีทำ :

1. นำเอา Novemer EC-1 ใส่ภาชนะแล้วเติม White Oil-70 ลงไปแล้วคนให้ส่วนผสมเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน
2. ค่อย ๆ เทน้ำลงไปแล้วคนไปเรื่อยๆ จนหมดน้ำคนให้ส่วนผสมเข้ากันจนมีลักษณะเป็นครีม
3. เติมสารสกัดสบุนไพรร น้ำหอม และกันเสีย ตามลำดับ คนไปเรื่อยๆ จนส่วนผสมเนียนเป็นเนื้อเดียวกัน
4. เมื่อส่วนผสมเข้าเป็นเนื้อเดียวกันแล้วจึงบรรจุภาชนะ ตัดฉลาก เก็บไว้ใช้หรือจำหน่ายต่อไป

**วิธีใช้** ใช้ทาผิวหน้าหรือผิวภายหลังจากอาบน้ำจะช่วยทำให้ผิวชุ่มชื้น ลดรอยเหี่ยวย่น

# แซนวิชเกาหลี



## ส่วนประกอบ



## วิธีประกอบ

เตรียมกระดาษน่ารักๆ มาวาง และก็ใส่ตามลำดับด้านล่างเมื่อใส่ไส้เรียบร้อยแล้วให้ใช้มือกดเล็กน้อย พับกระดาษทั้งสองข้างเข้าหากัน ใช้เทปใสแปะ จากนั้นพับมุมทั้งสองข้างให้เป็นสามเหลี่ยม พับเก็บขึ้นมา แปะด้วยเทปใสอีกครั้ง ทำซ้ำกับอีกด้านหนึ่งและใช้มีดตัดแบ่งครึ่ง



ตารางคำนวณต้นทุน

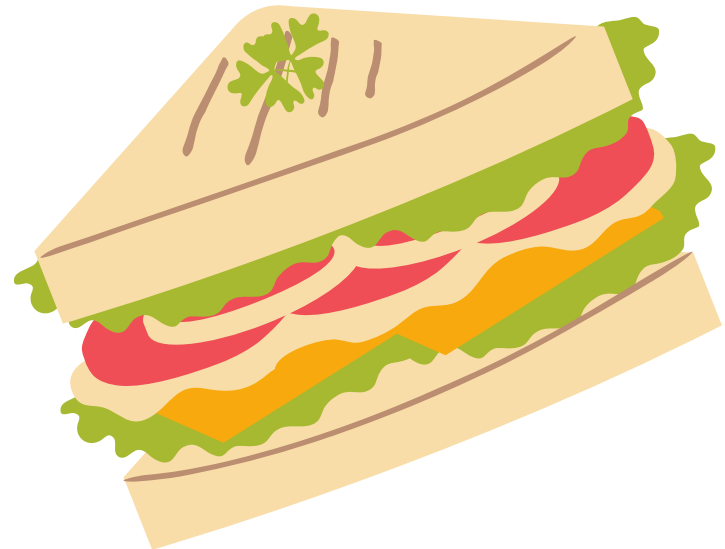
| วัตถุดิบ      | ราคา (บาท) | น้ำหนัก | หน่วย | Yield (%) | ราคาจริง | ปริมาณในสูตร | หน่วย | ต้นทุนที่ใช้ |
|---------------|------------|---------|-------|-----------|----------|--------------|-------|--------------|
| กะหล่ำปลี     | 30         | 1000    | กรัม  | 80        | 37.50    | 300          | กรัม  | 11.25        |
| ปูอัด         | 80         | 500     | กรัม  | 100       | 80.00    | 100          | กรัม  | 16.00        |
| แครอท         | 20         | 1000    | กรัม  | 80        | 25.00    | 100          | กรัม  | 2.50         |
| หัวหอม        | 70         | 1000    | กรัม  | 90        | 77.78    | 100          | กรัม  | 7.78         |
| มายองเนส      | 75         | 1000    | กรัม  | 100       | 75.00    | 100          | กรัม  | 7.50         |
| ซอสมะเขือเทศ  | 32         | 1000    | กรัม  | 100       | 32.00    | 50           | กรัม  | 1.60         |
| พริกไทยดำป่น  | 92         | 100     | กรัม  | 100       | 92.00    | 2            | กรัม  | 1.84         |
| เกลือป่น      | 7          | 500     | กรัม  | 100       | 7.00     | 15           | กรัม  | 0.21         |
| ขนมปัง        | 40         | 20      | แผ่น  | 100       | 40.00    | 18           | แผ่น  | 36.00        |
| แฮม           | 70         | 500     | กรัม  | 100       | 70.00    | 120          | กรัม  | 16.80        |
| โชโก่ เบอร์ 3 | 120        | 30      | ฟอง   | 100       | 120.00   | 6            | ฟอง   | 24.00        |
| ผักกาดคอส     | 85         | 1000    | กรัม  | 95        | 89.47    | 120          | กรัม  | 10.74        |
| มะเขือเทศ     | 110        | 1000    | กรัม  | 90        | 122.22   | 180          | กรัม  | 22.00        |
| น้ำมัน        | 47         | 1000    | กรัม  | 100       | 47.00    | 30           | กรัม  | 1.41         |
| กระดาษห่อ     | 39         | 50      | แผ่น  | 100       | 39.00    | 6            | แผ่น  | 4.68         |
| รวม           |            |         |       |           |          |              |       | 164.30       |

\*\*1 สูตรทำแซนด์วิชได้ 6 คู่\*\*

| ต้นทุนวัตถุดิบ   | ต้นทุนแฝง<br>(ค่าเช่า-ค่าไฟ-ค่าเสีย)<br>คิดเป็น 10% ของต้นทุน | ต้นทุนค่าแรง<br>ค่าแรง (350 บาท : 1 ชม)<br>ใช้เวลากำ 1 ชม. |
|------------------|---|--|
| ฿164.30          | ฿16.43  | ฿43.75   |
| <b>ต้นทุนรวม</b> |   |  |
| <b>฿224.49</b>   |   |  |

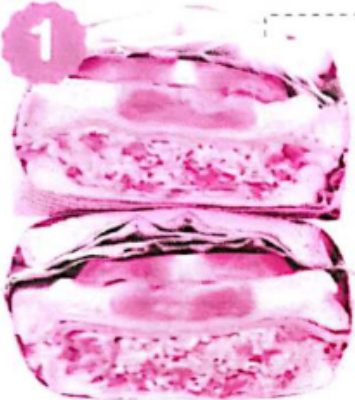
# แซนด์วิชเกาหลี

เมื่อเราได้ต้นทุนของวัตถุดิบมาแล้ว ไม่ใช่ตัวเลขนั้นจะเป็นต้นทุนที่จะสามารถเอามาคำนวณกำไรได้เลย ยังมีค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าแก๊สที่ต้องนำมาคิดอีกด้วย ในส่วนนี้เราคิดเป็น 10% ของต้นทุน และต้นทุนอีกอย่างที่ไม่ค่อยมีใครชอบลืมคิดคือค่าแรงตัวเอง ในส่วนนี้เราใช้เวลาในการทำแซนด์วิช 1 ชั่วโมง รายได้ขั้นต่ำต่อวัน 350 บาท ต่อชั่วโมงจะเป็น 43.75 บาท เมื่อนำมาคิดรวมกันแล้วเราจะได้ต้นทุนที่นำไปคิดเป็นกำไรต่อ



Choice

1



### ขายเป็นคู่

|               |        |
|---------------|--------|
| ต้นทุนต่อคู่  | ฿37.41 |
| กำไร 40%      | ฿14.97 |
| ราคาที่ควรขาย | ฿52.38 |
| ราคาขายจริง   | ฿53.00 |
| กำไรต่อคู่    | ฿15.59 |

# แซนวิชเกาหลี

การคำนวณกำไร

Choice

2



### ขายเป็นชิ้น

|               |        |
|---------------|--------|
| ต้นทุนต่อคู่  | ฿18.71 |
| กำไร 40%      | ฿7.48  |
| ราคาที่ควรขาย | ฿26.19 |
| ราคาขายจริง   | ฿27.00 |
| กำไรต่อคู่    | ฿8.29  |

เราสามารถขายแซนวิชสลัดทะเล่าป्लीได้ 2 แบบ นั่นคือ แพ็คขายเป็นคู่ หรือแพ็คเป็นชิ้น 1 ชิ้น อันนี้ก็แล้วแต่กลุ่มลูกค้าของเราว่าเป็นใคร ในช่วงแรกเราอาจจะลองตลาดด้วยการแพ็คทั้ง 2 แบบ ลองขายดูเพื่อดูว่าลูกค้าของเราชอบซื้อแบบไหนมากกว่ากัน แต่ถ้าจะให้แนะนำขายแยกเป็นชิ้นๆ จะขายง่ายกว่า เพราะราคาถูกและปริมาณพอดีสำหรับสาวออฟฟิศกับแซนวิชเบาๆ ยามเช้า

# แซนวิชโรล

## ส่วนประกอบ

ขนมปังที่ใช้ทำแซนวิช 1 แถว

ไส้กรอก 1 ห่อ

มายองเนส 1 ถุง

ซอสมะเขือเทศไว้ทานคู่กับแซนวิช

ผักพวกผักกาดหอม ผักกาดแก้ว เรดโอ๊คกรีนโอ๊ค และมะเขือเทศจะใส่หรือไม่ใส่



## ขั้นตอนการทำ

1. ตัดขอบขนมปังออกทั้ง 4 ด้าน
2. ใช้ไม้คลึงแป้งกดบนขนมปังให้แบนถ้าไม่มีไม้คลึงแป้งก็ใช้ขวดน้ำที่สะอาดๆก็ได้
3. แล้วเอามายองเนสทาบนขนมปังให้ทั่วทั้งแผ่นแล้วเอาไส้กรอกหรือแฮมวางบนขนมปังแล้วให้ม้วนขนมปังให้แน่นๆแล้วเอาไม้จิ้มพลาสติกแบบสวยๆถ้าไม่มีไม้จิ้มแบบพลาสติกก็ใช้ไม้จิ้มฟันก็ได้
4. แล้วนำขนมปังที่ม้วนเสร็จเรียบร้อยแล้วมาตัดเป็นชิ้นๆแล้วนำไปจัดใส่จานเสิร์ฟคู่กับซอสมะเขือเทศ

# สลัดโรล

## ส่วนประกอบ

น้ำสลัดชนิดข้น 1 กิโลกรัม

น้ำจิ้มซีฟู้ด 200 กรัม

แผ่นแป้งปอเปี๊ยะญวน 1 ห่อ

ปูอัด 1 ห่อ

แครอท 1 หัว

กระหล่ำปลี 1 หัว

แตงร้าน 1 ลูก    เรดโอ๊คกรีนโอ๊ค 1 ถุง    ผักตามฤดูกาลและเนื้อสัตว์ตามชอบ



## ขั้นตอนการทำ

1.ผสมน้ำสลัดชนิดข้นกับน้ำจิ้มซีฟู้ดให้เข้ากันชิมรสตามชอบ

2.แช่แผ่นแป้งให้นุ่ม

3.ใส่ผักและเนื้อสัตว์ห่อให้แน่นและม้วนเป็นคำๆตามชอบ

4.จัดเสิร์ฟให้สวยงาม

### น้ำจิ้มซีฟู้ด

พริกขี้หนูสวน 30 กรัม    กระเทียม 40 กรัม    ผักชีทั้งต้น 40 กรัม

น้ำเชื่อมเจือจาง 1 ถ้วย    น้ำปลา ½ ถ้วย    น้ำมันงา 1 ถ้วย

-ปั่นรวมให้เข้ากัน ชิมรสตามชอบ



# ก๋วยเตี๋ยวลุยสวน

## ส่วนประกอบ

- ไข่กรอก หมูยอ ปูอัด ตามชอบ
- ผักกาดหอมหรือผักเรดโอ๊คกรีนโอ๊ค
- กะหล่ำปลีซอย
- ใบโหระพา
- ใบสะระแหน่
- ผักชีฝรั่ง
- ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ (หรือแป้งเปาะเปี๊ยะญวน)

### น้ำจิ้มซีฟู้ด

พริกชี้หูสวน 20 กรัม

กระเทียม 50 กรัม

ผักชีทั้งต้น 50 กรัม

น้ำเชื่อม 250 กรัม

น้ำปลา 100 กรัม

น้ำมะนาว 150 กรัม

-ใส่เครื่องปั่นผสมรวมกัน ชิมรสให้ได้ เปรี้ยว หวาน เค็ม

## ขั้นตอนการทำ

1. นึ่งเส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ประมาณ 10 นาที ยกออกจากเตา พักให้เย็น
2. ทูน่าเทน้ำออก เตรียมไว้
3. วางผักกาดหอม กะหล่ำปลีซอย โหระพา ใบสะระแหน่ ผักชีฝรั่ง และทูน่าบนแผ่นก๋วยเตี๋ยวม้วนแบ่งด้านข้างทั้ง 2 ด้านมาทับบนไส้แล้วม้วนเป็นท่อนกลม หั่นชิ้น เสิร์ฟพร้อมน้ำจิ้มส่วนผสมน้ำจิ้ม



# น้ำสลัดชนิดข้น

## ส่วนประกอบ

|            |            |
|------------|------------|
| ไข่แดง     | 5 ฟอง      |
| มันตราด    | 1 ช้อนโต๊ะ |
| น้ำมันพืช  | 2 ถ้วย     |
| นมข้นหวาน  | 1 กระป๋อง  |
| น้ำมะนาว   | 5 ลูก      |
| เกลือป่น   | 2 ช้อนชา   |
| พริกไทยป่น | 1 ช้อนชา   |

## ขั้นตอนการทำ

1. แยกไข่แดง
2. ตีมันตราดกับไข่แดงให้เข้ากัน
3. ใส่น้ำมันพืชทีละช้อนตีให้ขึ้น
4. ใส่นมข้นหวานคนให้เข้ากัน
5. ใส่น้ำมะนาวทีละสายกับเกลือและพริกไทยป่นคนให้เข้ากัน
6. ตุ่นบนน้ำเดือด 2 นาที
7. ชิมรส จัดเสิร์ฟกับผักสดให้สวยงาม

