

คำนำ

ด้วย สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ เป็นศูนย์ที่จัดฝึกอบรมด้านอาชีพหลักสูตร การทำแซนด์วิช รวมถึงการสนับสนุนประสานงานร่วมกับภาคีเครือข่ายในการจัดกิจกรรม การเรียนรู้และการศึกษาอาชีพให้ทีมงานทำสร้างรายได้ให้ตนเองและครอบครัว

เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานที่เน้นเรื่องการทำอาชีพเพื่อการมี งานทำ มีรายได้ จึงได้พัฒนาและต่อยอดหลักสูตรการทำแซนด์วิช ที่จัดทำเป็นหลักสูตรเพื่อเผยแพร่ให้ ประชาชนทั่วไปได้มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถนำไปประกอบอาชีพต่อไป

ขอขอบคุณวิทยากรวิชาชีพ และคณะดำเนินงานการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง ที่ได้ร่วม พัฒนาหลักสูตรและจัดทำแผนการเรียนรู้รวมทั้งสื่อต่างๆ ให้สำเร็จไปด้วยดี และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหลักสูตร เล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อวิทยากรและผู้เรียนต่อไป

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์

มกราคม 2568

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	๗
ความรู้เกี่ยวกับวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำแซนด์วิช	1
ความรู้พื้นฐานในการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการทำแซนด์วิช	6
หลักสูตรการทำแซนด์วิช	6
ความเป็นมา	6
จุดประสงค์การเรียนรู้	6
กลุ่มเป้าหมาย	6
ระยะเวลา	6
เนื้อหาหลักสูตร	6
การจัดการเรียนรู้	7
สื่อการเรียนรู้	7
การวัดและประเมินผล	7
การจบหลักสูตร	7
เอกสารหลักฐานการศึกษา	7
การเทียบโอนผลการเรียน	7
แผนการจัดกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำแซนด์วิช	8
ใบความรู้ ความเป็นมาของการทำแซนด์วิช	10
ใบความรู้ การทำแซนด์วิชหมุยของน้ำสลัดสูตรโบราณ	11
ใบความรู้ การทำแซนด์วิชโบราณ	12
ใบความรู้ การทำแซนด์วิชหมุยของ	13
ใบความรู้ การทำแซนด์วิชไส้ปูอัด	14
ใบงาน แบบบันทึกการทำแซนด์วิช	15
ใบความรู้ คุณค่าแซนด์วิช	16
ใบความรู้ การบรรจุหีบห่อ	17
ใบความรู้ การคำนวณต้นทุนกำไร	18
ใบงาน การคำนวณต้นทุนกำไร	19
ใบความรู้ ช่องทางการตลาด	20
แบบวัดและประเมินผลการทำแซนด์วิช	21
แบบประเมินผลงานผู้เรียน	22
บรรณานุกรม	23
คณะผู้จัดทำ	24

หลักสูตรการทำแซนด์วิช จำนวน 5 ชั่วโมง

ความรู้เกี่ยวกับวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้ในการทำผลิตภัณฑ์จากการทำแซนด์วิช

ก่อนที่ผู้เรียนจะเข้าสู่การเริ่มต้นการทำแซนด์วิชผู้เรียนควรเรียนรู้เกี่ยวกับวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ใน

ส่วนผสม แซนด์วิช

- 1.ขนมปังโฮลวีท
- 2.หมูหย็อง
- 4.โบลอน่า หรือแฮม
- 5.ปูอัด
- 6.ผักสลัด
- 7.แตงกวา
- 8.มะเขือเทศ
- 9.ผักกาดแก้ว
- 10.มายองเนส
- 11.น้ำสลัดแซนด์วิช

วิธีทำ แซนด์วิช

1.เตรียมขนมปังแซนด์วิชจากนั้นนำขนมปังมาทาน้ำสลัด ใส่หมูหย็อง โบลอน่า แฮม และปูอัด พร้อมใส่ ผักสลัด แตงกวา มะเขือเทศ ผักกาดแก้ว ตามใจชอบ

2.จากนั้นนำมายองเนสใส่ถุงบีบราดบนขนมปัง และนำขนมปังอีกแผ่นมาประกบจากนั้นสามารถนำไปห่อใส่ภาชนะหรือกระดาษเตรียมขายได้

ขนมปังโฮลวีท



ขนมปังโฮลวีท คือ ขนมปังที่ทำมาจากเมล็ดข้าวสาลีทั้งเมล็ด ส่วนขนมปังธัญพืช (Whole Grain Bread) หมายถึง ขนมปังที่ทำมาจากเมล็ดพืชต่าง ๆ เช่น ข้าวโอ๊ต ข้าวบาร์เลย์ ข้าวสาลี หรือธัญพืชไม่ขัดสีชนิดต่าง ๆ รวมกัน ต่างจากขนมปังวีท (Wheat Bread) หรือมัลติเกรน (Multi Grain) ซึ่งอาจทำมาจากธัญพืชที่ผ่านการขัดสีบางส่วน

หมูหยอง



หมูหยอง เป็นของกินทำด้วยหมูเนื้อแดงปรุงรส ต้มเคี้ยวให้เปื่อยจนงวด นำไปผัดจนแห้ง ขยี้ให้เป็นฝอย มักใช้รับประทานด้วยอาหารอื่น เช่น โรยข้าวต้มหรือโจ๊ก หรือเป็นเครื่องปรุงอาหารอื่น เช่น เป็นไส้ซาลาเปาเป็นหน้าข้าวตัง และแซนด์วิช

โบโลน่า



โบโลน่า เป็นไส้กรอกชนิดหนึ่งที่ตัดแปลงมาจากมอร์ตาเดλλα ซึ่งเป็นไส้กรอกขนาดใหญ่ที่ทำจากเนื้อหมูบดละเอียด มีไขมันหมูชิ้นเล็ก ๆ ผสมอยู่ และมีต้นกำเนิดจากเมืองโบโลญญาในประเทศอิตาลี นอกจากเนื้อหมูแล้ว ไส้กรอกโบโลญญายังอาจทำจากเนื้อไก่ เนื้อไก่งวง เนื้อวัว เนื้อควาง เนื้อสัตว์ผสม หรือโปรตีนถั่วเหลือง เครื่องปรุงรสโดยทั่วไปสำหรับไส้กรอกโบโลญญา

ปูอัด



ปูอัดหรือเนื้อปูเทียม หมายถึง ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการนำซูริมีมาขนาดผสมกับส่วนประกอบอื่นและเครื่องปรุงรส เช่น แป้งไข่ขาว น้ำตาล เกลือ กลิ่นปู จนเป็นเนื้อเดียวกัน รีดเป็นแผ่น ทำให้สุก ม้วนเป็นแท่ง ตกแต่งส่วนที่เป็นผิวด้วยสีผสมอาหารตัดให้ได้ตามขนาดที่ต้องการ บรรจุในภาชนะบรรจุแล้วนำไปแช่เยือกแข็งหรือแช่เย็น

ผักสลัด



ผักสลัด หรือ ผักกาดหอม (ชื่อวิทยาศาสตร์: *Lactuca sativa*) เป็นพืชในวงศ์ Asteraceae ลำต้นเดี่ยว แต่ส่วนที่เจริญมากที่สุดคือใบ แต่ละสายพันธุ์ก็มีช่วงฤดูกาลที่เหมาะสมไม่เหมือนกัน มีถิ่นกำเนิดในทวีปเอเชียและยุโรป ประเทศจีนปลูกผักกาดหอมมาตั้งแต่คริสต์ศตวรรษที่ 5 ผักกาดหอมมีชื่อเรียกอื่น ๆ อีกเช่น ผักสลัด ผักกาดยี่ พังฉ่าย เป็นต้น

แตงกวา



แตงกวา เป็นไม้เลื้อยในวงศ์ Cucurbitaceae มีถิ่นกำเนิดในประเทศอินเดีย[1] นิยมปลูกเพื่อใช้ผลเป็นอาหาร มีอายุตั้งแต่ปลูกจนถึงเก็บเกี่ยว 40-60 วัน แตงกวาสามารถนำไปปรุงอาหารได้มากมายหลายชนิดเช่น แกงจืด ผัด กินกับน้ำพริก หรืออาจแปรรูปเป็นแตงกวาดอง แตงกวามีน้ำเป็นองค์ประกอบถึงร้อยละ 96 จึงมีคุณสมบัติแก้กระหาย และเพิ่มความชุ่มชื้น และช่วยการกำจัดของเสียตกค้างในร่างกาย นอกจากนี้แตงกวามีสารอาหารที่มีประโยชน์

มะเขือเทศ



มะเขือเทศ เป็นพืชชนิดหนึ่งในตระกูลผลมีเนื้อหลายเมล็ด อุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร มะเขือเทศขนาดปานกลางจะมีปริมาณวิตามินซีครึ่งหนึ่งของส้มโอทั้งผล มะเขือเทศผลหนึ่งจะมีวิตามินเอราว 1 ใน 3 ของวิตามินเอที่ร่างกายต้องการในหนึ่งวัน นอกจากนี้มะเขือเทศยังมีโปแตสเซียม ฟอสฟอรัส แมกนีเซียม และแร่ธาตุอื่น ๆ อีกหลายชนิด

ผักกาดแก้ว



ผักกาดแก้ว (Head lettuce) เป็นพืชล้มลุกขนาดเล็ก ลำต้นเดี่ยว มีลักษณะกลมๆ อวบอ้วน มีข้อสั้นๆ จะมีก้านใบหนาและอวบน้ำหุ้มอยู่ ออกเรียงสลับโดยรอบๆ ปกคลุมที่โคนลำต้น จะห่อหุ้มกลม สีขาวนวล เป็นใบเลี้ยงเดี่ยว ออกตรงโคนลำต้น ออกตามข้อสั้น ออกเรียงสลับรอบๆ ใบอยู่ด้านบนที่ใหญ่กว่าใบข้างในเล็กกว่า ห่อหุ้มกลมแน่น ใบมีลักษณะทรงกลมรี โคนใบกว้างใหญ่กว่า มีใบหนาเป็นคลื่น เห็นเส้นใบชัดเจน ขอบใบเว้า ใบมีสีเขียวอ่อน สีขาวนวล มีก้านใบสั้น เป็นกาบหนาอวบน้ำ ก้านมีสีเขียวนวล รสชาติหวานกรอบ มีถิ่นกำเนิดอยู่ในทวีปเอเชีย และทวีปยุโรป เป็นที่นิยมปลูกกันทั่วไป ในหลายประเทศ ในประเทศไทยมีปลูกหลายสายพันธุ์ มีประโยชน์สรรพคุณ ทางยาหลายอย่าง ใช้รับประทานเป็นผักสลัด นำมาประกอบอาหารเมนูต่างๆ ได้หลายเมนู



มายองเนส หรือ ซอสไข่แดง เป็นซอสข้นที่ทำจากไข่แดง น้ำมัน และน้ำส้มสายชู (หรือใช้น้ำมันขาวแทนได้) เป็นเครื่องปรุงรสของอาหารชาวตะวันตกหลายชาติ เช่น อาหารฝรั่งเศส อาหารสเปน เป็นต้น มายองเนสมีสีขาว สีเหลืองอ่อน หรือสีครีม

น้ำสลัดแซนด์วิช



น้ำสลัดแซนด์วิชใช้ตะกร้อตีไข่เข้ากับน้ำตาล จากนั้นใส่นมข้นหวาน และมายองเนส ตามลงไป แล้วคนให้เข้ากัน ตั้งไฟตุ๋นไว้ 7-10 นาที หรือให้น้ำตาลละลายจนเป็นเนื้อเดียวกันเมื่อเนื้อเนียนแล้วให้นำลงเตา ใส่พริกไทย น้ำส้มสายชู แล้วคนให้เข้ากัน ค่อยๆ เทน้ำมันลงไปผสมพร้อมตีไปด้วย จากนั้นใส่สีเหลืองลงไปเล็กน้อย จากนั้นนำไปทาแซนด์วิช

ความรู้พื้นฐานในการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการทำแซนด์วิช

อาชีพ การทำแซนด์วิช เป็นอาชีพอิสระที่ผู้เรียนสามารถนำมาเป็นอาชีพหลักหรืออาชีพรองได้ เนื่องจากเป็นอาชีพที่ผู้สนใจสามารถเรียนรู้ได้ง่ายไม่ยุ่งยาก สามารถเรียนรู้ได้โดยใช้การฝึกทักษะ เป็นการเรียนรู้วิธีการทำแซนด์วิชได้อย่างถูกต้องและมีความคิดสร้างสรรค์ และทักษะในการประกอบอาชีพเฉพาะตัว เป็นช่องทางในการประกอบอาชีพ ของผู้ที่ยังไม่มีงานทำ หรือผู้ที่ต้องการเปลี่ยนอาชีพ เป็นงานอิสระ สร้างรายได้และมั่นคง พร้อมทั้งนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันหรืออาชีพได้จริง

1. ความเป็นมา

แซนด์วิช (sandwich) เป็นขนมปังหั่นแบบคู่หนึ่งประกบกัน ตรงกลางมักมีแฮม ชีส ไข่ดาว แดงกวาดอง ทามายองเนส มัสตาร์ด หรือแยม ถ้าเป็นแบบอเมริกันมักใช้ขนมปังทั้งแผ่น บางครั้งปังด้วย ถ้าเป็นแบบอังกฤษมักเป็นชิ้นเล็ก ๆ แซนด์วิช มีหลากหลายชนิด ที่กินกันโดยทั่วไป จะมี แซนด์วิชแฮมชีส แซนด์วิชหมูหยองน้ำพริกเผา แซนด์วิชปูอัดมายองเนส แซนด์วิชไก่ แซนด์วิชไข่ คลับแซนด์วิช แซนด์วิชทูน่าชีส รูปร่างของตัวแซนด์วิชเองก็มีหลากหลาย แซนด์วิชแบบสามเหลี่ยม สี่เหลี่ยม แบบม้วนเรียกซูชิ แซนด์วิชแบบเย็น แซนด์วิชแบบต้องปิ้งกิน แซนด์วิชแบบอบกิน

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 2.1 อธิบายความเป็นมาของผลิตภัณฑ์การทำแซนด์วิช
- 2.2 อธิบายวัสดุ อุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม
- 2.3 อธิบายขั้นตอนการทำแซนด์วิช
- 2.4 ปฏิบัติการทำแซนด์วิชได้
- 2.5 อธิบายคุณค่าของผลิตภัณฑ์แซนด์วิชได้
- 2.6 จัดหาหรือจัดทำการบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม
- 2.7 คิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายแซนด์วิช
- 2.8 อธิบายช่องทางการจัดการตลาดของแซนด์วิชได้

3. กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป

4. ระยะเวลา

ภาคทฤษฎี	2	ชั่วโมง
ภาคปฏิบัติ	3	ชั่วโมง

5. เนื้อหาหลักสูตร

- 5.1 ความเป็นมาของการทำแซนด์วิช
- 5.2 วัสดุ อุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม
- 5.3 ขั้นตอนการทำแซนด์วิช
- 5.4 การปฏิบัติการทำแซนด์วิช
- 5.5 คุณค่าของแซนด์วิชได้

5.6 การจัดหาหรือจัดทำการบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม

5.7 การคิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายแซนด์วิชได้

5.8 ช่องทางการจัดการตลาดของแซนด์วิชได้

6. การจัดการเรียนรู้

การบรรยายให้ความรู้ การสาธิต การลงมือปฏิบัติ การอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้

7. สื่อการเรียนรู้

7.1 สื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ ใบความรู้ แผ่นพับ

7.2 สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สื่อออนไลน์

7.3 สื่อบุคคล เช่น ผู้รู้ ภูมิปัญญา

7.4 แหล่งเรียนรู้ในชุมชน

8. การวัดและประเมินผล

ประเมินความรู้ภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติจากการสอบถาม แบบทดสอบ การสังเกต การมีส่วนร่วม

9. การจบหลักสูตร

9.1 มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

9.2 มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

9.3 มีชิ้นงาน/ผลงาน ผ่านเกณฑ์การประเมินตามมาตรฐานและคุณภาพ

10. เอกสารหลักฐานการศึกษา

เกียรติบัตรออกโดยสถานศึกษา (แบบ กศ.ตน.11)

11. การเทียบโอนผลการเรียน

เทียบโอนเป็นรายวิชาเข้าสู่หลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยพิจารณาจากจำนวนชั่วโมง และความสอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดตามหลักสูตรสถานศึกษารายวิชาเลือก สาระการประกอบอาชีพไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

ลงชื่อ.....ผู้เขียนหลักสูตร

(.....)

ครู กศน.ตำบล

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบหลักสูตร

(.....)

หัวหน้างานจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง

ลงชื่อ.....อนุมัติหลักสูตร

(.....)

ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอ.....

แผนการจัดกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำแซนด์วิช

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1. ความเป็นมาของแซนด์วิช	1. อธิบายความเป็นมาของการทำแซนด์วิชได้	1. ความเป็นมาของการทำแซนด์วิช	1. วิद्यากรอธิบายความเป็นมาของการทำแซนด์วิช	1. ใบความรู้เรื่องความเป็นมาการทำแซนด์วิช 2. รูปภาพ 3. สื่อออนไลน์	1. สังเกตความสนใจ 2. ชักถาม 3. การมีส่วนร่วม 4. ชิ้นงาน/ผลงาน	1	2
2. วัสดุอุปกรณ์และการเลือกใช้	2. อธิบายวัสดุ อุปกรณ์ และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม	2. วัสดุ อุปกรณ์ และการเลือกใช้	1. วิद्यากรอธิบายอุปกรณ์ในการทำแซนด์วิช 2. วิद्यากรอธิบายวัสดุที่ใช้ประกอบการทำแซนด์วิช 3. ให้ผู้เรียนเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์	1. ตัวอย่างวัสดุอุปกรณ์ 2. สื่อออนไลน์	5. ประเมินผลงานผู้เรียน โดยใช้ใบงานที่กำหนด		
3. ขั้นตอนการทำแซนด์วิชได้	3. อธิบายขั้นตอนการทำแซนด์วิช	3. ขั้นตอนการทำแซนด์วิช	1. วิद्यากรอธิบายการทำแซนด์วิช	1. ใบความรู้ เรื่องการทำแซนด์วิช 2. สื่อออนไลน์ 3. วัสดุ อุปกรณ์ของจริง			
4. การปฏิบัติการทำแซนด์วิช	4. ปฏิบัติการทำแซนด์วิช	4. การปฏิบัติการทำแซนด์วิช	1. วิद्यากรสาธิตการทำแซนด์วิชและ ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ 2. วิद्यากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้	1. ใบงาน การทำแซนด์วิช			

แผนการจัดการกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำแซนด์วิช(ต่อ)

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดการกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
5. คุณค่าการทำแซนด์วิช	5. อธิบายคุณค่าของการทำแซนด์วิชได้	5. คุณค่าของการทำแซนด์วิช	1. ผู้เรียนศึกษาใ้ความรู้คุณค่าของการทำขนมจีบ 2. วิทยากรและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับคุณค่าของการทำแซนด์วิช 3. วิทยากรสรุปองค์ความรู้	ใ้ความรู้ เรื่องคุณค่าการทำแซนด์วิช		1	1
6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	6. จัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม	6. การจัดหาหรือจัดทำบรรจุหีบห่อ	1. วิทยากรอธิบายการจัดทำ/จัดหาและเทคนิคของการทำบรรจุหีบห่อ 2. ให้ผู้เรียนออกแบบและจัดทำบรรจุหีบห่อ	1. ใ้ความรู้ เรื่องการบรรจุหีบห่อ 2. ตัวอย่างการบรรจุหีบห่อ			
7. การคิดต้นทุนกำไร	7.คิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายขนมแซนด์วิช	7. การคำนวณต้นทุนกำไร	1. วิทยากรใ้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการคิดต้นทุน กำไร 2. ให้ผู้เรียนฝึกการคิดต้นทุน กำไร	1. ใ้ความรู้เรื่องการค้าคำนวณต้นทุนกำไร 2. ใบงาน			
8. ช่องทางการจัดการการตลาดของการทำแซนด์วิช	8. อธิบายช่องทางการจัดการการตลาดของการทำแซนด์วิชได้	8. ช่องทางการตลาดของการทำแซนด์วิช	1. วิทยากรแจกใ้ความรู้ใ้ผู้เรียนศึกษา 2. วิทยากรและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับช่องทางการจัดการการตลาด	1. ใ้ความรู้เรื่องช่องทางการตลาด			

ใบความรู้

10

ความเป็นมาของการทำแซนด์วิช



แซนด์วิช (อังกฤษ: sandwich) เป็นขนมปังหั่นแบบคู่หนึ่งประกบกัน ตรงกลางมักมีแฮม ชีส ไข่ดาว แดงกวาดอง ทามายองเนส มัสตาร์ด หรือแยม ถ้าเป็นแบบอเมริกันมักใช้ขนมปังทั้งแผ่น บางครั้งปังด้วยถ้าเป็นแบบอังกฤษมักเป็นชิ้นเล็ก ๆ แซนด์วิช มีหลากหลายชนิด ที่กินกันโดยทั่วไป จะมี แซนด์วิชแฮมชีส แซนด์วิชหมูหยองน้ำพริกเผา แซนด์วิชปูอัดมายองเนส แซนด์วิชไก่ แซนด์วิชไข่ คลับแซนด์วิช แซนด์วิชทูน่าชีสรูปร่างของตัวแซนด์วิชเองก็มีหลากหลาย แซนด์วิชแบบสามเหลี่ยม สีเหลี่ยม แบบม้วนเรียกซูชิ แซนด์วิชแบบเย็น แซนด์วิชแบบต้องปิ้งกิน แซนด์วิชแบบอบกินแซนด์วิชถูกตั้งชื่อตาม จอห์น มอนตากิว เอิร์ลแห่งแซนด์วิช ซึ่งเป็นผู้คิดค้นมันขึ้นมาแซนด์วิชแบบต่าง ๆ แซนด์วิชแบบอเมริกันได้แก่ บีแอลที, ชีสแซนด์วิช, คลับแซนด์วิช, Dagwood, French dip, แฮมเบอร์เกอร์, แซนด์วิชมอนเตคริสโต, muffuletta, pastrami บนขนมปังโรย, แซนด์วิชเยลลี่เนยถั่ว, ชีสสเต็ก, ฟิลกริม, po' boy, Reuben, sloppy joe,

ใบความรู้

การทำแซนด์วิชหมูหยองน้ำสลัดสูตรโบราณ

1. แซนด์วิชหมูหยองน้ำสลัดสูตรโบราณ

ส่วนผสม แซนด์วิชหมูหยองน้ำสลัดสูตรโบราณ

- ขนมปัง 3 แผ่น
- หมูหยอง
- โบโลน่า
- ไข่แดง (เบอร์ 2) 2 ฟอง
- นมข้นหวาน 1/2 ถ้วย
- เกลือป่น 1/4 ช้อนชา
- มายองเนส 1/2 ถ้วย
- น้ำมะนาว 1 ช้อนโต๊ะ
- พริกไทย 1/2 ช้อนชา
- น้ำมันพืช (120 กรัม) 125 มิลลิกรัม

วิธีทำแซนด์วิชหมูหยองน้ำสลัดสูตรโบราณ

1. นึ่งโบโลน่าแล้วพักไว้ (เอาโบโลน่าไปนึ่งก่อนจะเก็บไว้ได้นานขึ้น)
2. จากนั้นแยกไข่แดงใส่ชามผสม ตามด้วยนมข้นหวาน มายองเนส และเกลือป่น ปรงรสด้วยพริกไทยกับน้ำมะนาว คนให้เข้ากัน ค่อย ๆ เทน้ำมันพืชลงไปคนจนส่วนผสมเข้ากัน
3. นำขึ้นตุ๋นแบบสังขยาใช้ไฟอ่อน โดยเอาภาชนะทนความร้อนซ้อนกับหม้อที่มีน้ำร้อนเดือด คนจนส่วนผสมเริ่มอุ่น ไม่ต้องรอเดือด
4. จากนั้นเทใส่ถ้วยพักให้เย็นตัวลง ชิมรสดูกรณียากได้หวานเพิ่มให้ใส่น้ำตาลทราย
5. ทาน้ำสลัดบนขนมปัง วางโบโลน่าลงไป ทาขนมปังแผ่นที่สองด้วยน้ำสลัดแล้ววางประกบลงไป แล้วทาน้ำสลัดด้านบน โรยหมูหยองลงไปแล้ววางโบโลน่า ทาน้ำสลัดลงบนขนมปังแผ่นสุดท้ายแล้วประกบลงไป ตัดเป็นชิ้นตามชอบ



ใบความรู้ การทำแซนด์วิชโบราณ

ส่วนผสม แซนด์วิชโบราณ

ขนมปังแซนด์วิช 4 แผ่น
หมูหย็อง
โบลอน่า หรือแฮม 2 แผ่น
น้ำสลัดแซนด์วิช

ส่วนผสม น้ำสลัดแซนด์วิช (สูตรไข่แดงล้วน)

น้ำตาลทราย 100 กรัม
ไข่แดงไข่ไก่ เบอร์ใหญ่ 2 ฟอง
นมข้นหวาน 100 กรัม
มายองเนส 120 กรัม
น้ำส้มสายชู 2 ช้อนโต๊ะ
เกลือ 1/4 ช้อนชา
พริกไทยขาว 1 ช้อนชา
น้ำมันรำข้าว 180 มิลลิลิตร
สีผสมอาหารสีเหลือง ปริมาณตามชอบ

วิธีทำแซนด์วิชโบราณ

1. เทน้ำตาลและไข่แดงลงถ้วย ตีให้เข้ากันดี
2. เทนมข้นหวาน มายองเนส น้ำส้มสายชู และเกลือลงไป ตีให้เข้ากัน
3. นำไปตุ๋นโดยเอาภาชนะที่ใส่ส่วนผสมน้ำสลัดวางบนหม้อน้ำเดือด ใช้ไฟอ่อน ๆ ประมาณ 5-7 นาที หรือถ้าไม่ได้จับเวลาให้ใช้นิ้วจุ่มเช็กอุณหภูมิ ถ้าอุ่น ๆ เป็นอันใช้ได้ ยกออกจากเตา เทพริกไทยป่น สีผสมอาหาร และน้ำมันลงไป คนส่วนผสมทุกอย่างให้เข้ากันดี และใส่สีเพิ่มตามชอบ
4. รอให้น้ำสลัดหรือครีมเย็นตัวสักครู่ ค่อยมาปาดแซนด์วิชกัน ขนมปังที่ใช้ 4 แผ่น ทาครีมทุกชั้น โดยชั้นแรกโปะโบลอน่าหรือแฮม ถัดมาโปะหมูหย็องตรงกลาง ตามด้วยโบลอน่าอีกชั้น เป็นอันจบ นำไปตัดแบบเฉียง



ใบความรู้ การทำแซนด์วิชหมูหยอง

ส่วนผสม แซนด์วิชหมูหยอง

- ขนมปังแซนด์วิช (ชนิดที่ชอบ) 12 แผ่น
- ข้าวโพดหวานฝานบาง 1/4 ถ้วย
- แครอท (หั่นสี่เหลี่ยมลูกเต๋าเล็ก) 1/4 ถ้วย
- ปูอัดหั่นเป็นเส้น 3 แท่ง
- หมูหยอง 1/2 ถ้วย
- สลัดครีม 1 ขวดเล็ก
- สลัดครีมผสมเนื้อข้าวโพด 1 ขวดเล็ก

อุปกรณ์

ที่กดคุกกี้รูปต่าง ๆ

วิธีทำแซนด์วิชหมูหยอง

1. กดขนมปังแซนด์วิชตามชอบ เตรียมไว้
2. ผสมข้าวโพด แครอท และปูอัดกับสลัดครีมผสมเนื้อข้าวโพด คลุกให้เข้ากัน
3. ตักใส่ขนมปัง แล้วประกบกับขนมปังอีกชั้น เรียงใส่กล่อง
4. ทำแซนด์วิชหน้าเปิด โดยทาสลัดครีมบนขนมปังที่กดเป็นรูปร่างแล้ว ใส่หมูหยอง ปีบสลัดครีมโรยหน้า



ใบความรู้ การทำแซนด์วิชไส้ปูอัด

ส่วนผสม แซนด์วิชไส้ปูอัด

- ปูอัด 200 กรัม (ฉีกเป็นเส้นแล้วสับหยาบ ๆ)
- แครอท 1/2 ถ้วย (ขูดเป็นเส้น ๆ แล้วสับหยาบ ๆ)
- มายองเนส 100 กรัม
- ขนมปังแผ่น (ตามชอบ)

วิธีทำแซนด์วิชไส้ปูอัด

- ผสมปูอัด แครอท และมายองเนสเข้าด้วยกัน (ถ้าต้องการหวานสามารถใส่น้ำผึ้ง น้ำเชื่อม หรือน้ำตาลทรายได้)
- ตัดส่วนผสมไส้ปูอัดลงตรงกลางแผ่นขนมปัง (ปริมาณตามชอบ) เกลี่ยให้เรียบเสมอกัน (แต่ไม่ต้องสุดขอบขนมปังเพื่อความสวยงามและป้องกันไส้ล้นออกมา)
- ประกบด้วยขนมปังอีกแผ่น ตัดเป็นชิ้น พร้อมเสิร์ฟ



ใบงาน แบบบันทึกการทำแซนด์วิช

ให้ผู้เรียนจดบันทึก ขั้นตอน การทำขนมแซนด์วิช ระหว่างที่วิทยากรบรรยาย

แบบบันทึก

ส่วนผสม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขั้นตอนการทำ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ความคิดเห็นส่วนตัว

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้ คุณค่าของแซนด์วิช

คุณค่าทางอาหารของแซนด์วิช

แซนด์วิช หนึ่งในเมนูยอดนิยมของสายคนรักขนมปัง ที่สามารถทานได้แทบทุกที่ทุกเวลา หาซื้อได้ง่าย สะดวกรวดเร็ว ไม่ต้องอุ่นก็ทานได้ จะใช้ทานเป็นของว่างก็ดี หรือจะทานเป็นมื้อหลักก็ได้ เนื่องจาก แซนด์วิช เป็นอาหารที่ไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัว ภาพขนมปังทรงสามเหลี่ยมที่อัดแน่นไปด้วยไส้หลากหลาย สามารถพลิกแพลงได้ตามความชอบ ไม่ว่าจะเป็น แฮม ชีส ปูอัด ทูน่า หมูหยอง และไส้อื่นๆ อีกมากมาย

แซนด์วิช ถือเป็นอาหารที่ให้คุณค่าทางอาหารสูง เพราะประกอบด้วยเนื้อสัตว์ ผัก ขนมปังและไขมัน ที่ผสมรวมกับความสะดวกรวดเร็ว ดัดแปลงรูปแบบให้สามารถทานได้โดยไม่ต้องพึ่งอุปกรณ์ จึงทำให้ แซนด์วิช ขึ้นมาเป็นอาหารที่ได้รับความนิยมจากคนทั่วโลก ยิ่งตอนนี้กระแสของการดูแลสุขภาพมาแรง คนมีความพิถีพิถันในการเลือกอาหารกันมากขึ้น จึงทำให้เกิดแซนด์วิชในรูปแบบใหม่ๆ ออกมา มีการปรับปรุงรสชาติ และเพิ่มส่วนผสมที่มีประโยชน์เข้าไป เพื่อเอาใจกลุ่มผู้รักและใส่ใจสุขภาพให้มีทางเลือกที่สะดวกรวดเร็วมากขึ้น



ใบความรู้ การบรรจุหีบห่อ

การบรรจุหีบห่อสินค้า มีความสำคัญมาก เพราะจะเป็นการป้องกันความเสียหายที่อาจจะเกิดขึ้น ในระหว่างการขนส่ง เป็นการปกป้องและถนอมรักษาสินค้าของลูกค้า ให้คงอยู่ในสภาพสมบูรณ์ที่สุด เมื่อถึงมือของท่าน สินค้าทุกชิ้นจะถูกบรรจุลงหีบห่อที่ได้มาตรฐาน และจัดเตรียมโดยพนักงานที่มาก ด้วยประสบการณ์และความชำนาญ เพื่อให้มั่นใจได้ว่าสินค้าของท่านจะได้รับการปกป้องอย่างปลอดภัย สำหรับการบรรจุหีบห่อสามารถทำได้หลายรูปแบบ

ความสำคัญของบรรจุภัณฑ์

กล่องแชนด์วิชกล่องบรรจุภัณฑ์สำหรับอาหารที่สื่อถึงความน่ารับประทานและความปลอดภัย มีการนำเทคนิคเคลือบเงาแบบทั่วทั้งกล่องมาใช้ เพื่อให้เกิดแสงและเงาตกกระทบ สร้างความรู้สึกน่าลิ้มลองให้กับสินค้ามากยิ่งขึ้น

การออกแบบดีไซน์และเลือกใช้กราฟฟิครูปภาพอาหารอย่างแชนด์วิชดึงดูดความน่ารับประทาน จำลองประสบการณ์ที่น่าลิ้มรสให้แก่ลูกค้าก่อนการตัดสินใจซื้อจริงเนื่องจากเป็นกล่องบรรจุอาหาร กระบวนการเทคนิคปั๊มได้คัท ขาดสามารถช่วยผลิตกล่องบรรจุภัณฑ์ที่มีขนาดเหมาะสมในการจัดเก็บสินค้า และเพิ่มความมั่นใจด้วยความแข็งแรงและคงทนในการใช้งานใช้การปะกาว พร้อมขึ้นรูปเป็นกล่องพร้อมใช้งานทันที

วัตถุประสงค์ของการออกแบบบรรจุภัณฑ์

1. เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ที่สามารถเอื้อประโยชน์ด้านหน้าที่ใช้สอยได้ดี มีความปลอดภัย ประหยัดและมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ที่สามารถสื่อสารและสร้างผลกระทบต่อผู้บริโภคโดยใช้ความรู้แขนงศิลปะเข้ามาสร้างคุณลักษณะ เช่น มีเอกลักษณ์มีลักษณะพิเศษที่ดึงดูดและสร้างการจดจำตลอดจนเข้าถึงความหมายและคุณประโยชน์ของผลิตภัณฑ์
3. เพื่อปกป้องคุ้มครองและรักษาคุณภาพสินค้า
4. เป็นตัวชี้บ่งและสื่อสารรายละเอียดสินค้า ดึงดูดผู้บริโภค แสดงถึงภาพลักษณ์
5. เป็นต้นทุนในการผลิตสินค้า เมื่อบรรจุภัณฑ์ดีเยี่ยมมีส่วนช่วยให้มูลค่าสินค้าสูงขึ้น

ใบความรู้ การคำนวณต้นทุนกำไร

ตัวอย่างการคิดต้นทุน กำไร การผลิต และค่าใช้จ่ายในการทำแซนด์วิช

วัน เดือน ปี	รายการ	จำนวนสิ่งของ	จำนวนเงิน (บาท)	หมายเหตุ
	ค่าใช้จ่าย (ต้นทุน)			การกำหนดราคาขาย คิดจากต้นทุน + กำไรที่ต้องการ
	ขนมปังโฮวีต	1 ถุง	46	
	หมูหยอง	1 ถุง	20	
	โบโลน่า(ขนาดเล็ก)	1 ถุง	39	
	ปูอัด(ขนาดเล็ก)	1 ถุง	35	
	ผักสลัด	1 ถุง	10	
	แตงกวา	1 ถุง	10	
	มะเขือเทศ	1 ถุง	10	
	ผักกาดแก้ว	1 ถุง	10	
	มายองเนส(ถุงเล็ก)	1 ถุง	28	
	น้ำสลัดแซนด์วิช(ถุงเล็ก)	1 ถุง	59	
	รวมค่าใช้จ่าย	10	267	
	รายได้	ได้แซนด์วิชจำนวน 100 ชิ้นๆละ 10 บาท	1,000	
				กำไร ...731.. บาท

การกำหนดราคาขายต่อหน่วย ดังนี้

- กำหนดกำไรที่ต้องการได้จากต้นทุน X (กำไรที่ต้องการหารด้วย 100)

การคิดคำนวณ

ขายแซนด์วิชขึ้นละ 10 บาท ..จากต้นทุน ...267.. บาท ต้องการกำไรร้อยละ 40

ดังนั้น กำไรที่ต้องการ = ต้นทุน + กำไร

- การกำหนดราคาขายต่อหน่วย = ต้นทุน + กำไร = 267+731=1,000 บาท

การคิดคำนวณ

ทำแซนด์วิช.....ได้.....100.... ชิ้น จากต้นทุน ..267...บาท และกำไรที่ต้องการ... 731...บาท

ฉะนั้น ราคาขาย = 267 บาท + 731 บาท หารด้วย 100 ชิ้น = ...10..... บาท

ใบงาน
การคิดต้นทุน กำไร

ผู้เรียน/กลุ่ม.....

เรื่อง.....

วัน เดือน ปี	รายการ	จำนวนสิ่งของ	จำนวนเงิน (บาท)	หมายเหตุ
	ค่าใช้จ่าย (ต้นทุน)			1. ให้กำหนดกำไรที่ต้องการเป็นร้อยละก่อน 2. แล้วคำนวณหาราคาต่อหน่วยจึงจะทราบรายได้ 3. นำรายได้ที่ได้มาใส่ตารางนี้
	รวมค่าใช้จ่าย			
	รายได้จากการขาย			
	รวมรายได้			

1. กำไรที่ต้องการ = ต้นทุน \times (ร้อยละของกำไรที่ต้องการหารด้วย 100)

2. กำหนดราคาขายต่อหน่วย = ต้นทุน + กำไร = _____ จำนวนหน่วย

ใบความรู้ ช่องทางการตลาด

ช่องทางจำหน่ายทางตรงมีช่องทางขาย มีดังนี้

หน้าร้าน : มีการจัดจำหน่ายสินค้าและบริการจากผู้ผลิตให้แก่ผู้บริโภคโดยตรง

ช่องทางการจำหน่ายโดยอ้อมมีช่องทางการขาย มีดังนี้

ทางออนไลน์ :ขายบนเพจ Facebook เป็นช่องทางที่ง่ายที่สุด คนขายนิยมสูงสุด และก็เข้าถึงกลุ่มลูกค้าเราได้มากที่สุดเช่นกัน เพราะสมัยนี้ใครๆก็เล่น Facebook กันทั้งนั้น ทำให้สินค้าเราเข้าถึงกลุ่มลูกค้าได้ง่ายมาก ยิ่งปัจจุบัน Facebook สามารถตั้งบที่ใช้ลงโฆษณาและกำหนดกลุ่มเป้าหมายเองด้วย ทำให้เปิดเพจขายของบน Facebook อีกช่องทางหนึ่ง

แบบวัดและประเมินผลการทำแซนด์วิช

ประเด็นที่เกี่ยวข้อง

1. จัดเตรียมอุปกรณ์ เครื่องมือ

- 1.1 เลือกใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ ได้เหมาะสมกับประเภทและปริมาณ
- 1.2 ทำความสะอาด บำรุงรักษาและจัดเก็บอุปกรณ์เครื่องมือได้อย่างถูกต้อง

2. จัดเตรียมวัตถุดิบ

- 2.1 เลือกใช้วัตถุดิบได้อย่างเหมาะสม
- 2.2 เตรียมวัตถุดิบได้อย่างเหมาะสม
- 2.3 จัดเก็บวัตถุดิบได้อย่างถูกต้องตามประเภทของวัตถุดิบ

3. ทักษะการทำ

- 3.1 ทำได้ตามคุณลักษณะและมีเอกลักษณ์ที่ถูกต้อง

4. ทักษะการจัดตกแต่ง และนำเสนอ

- 4.1 จัดตกแต่งและนำเสนอได้อย่างเหมาะสม

แบบประเมินผลงานผู้เรียน

ชื่อ - นามสกุล

หลักสูตร กลุ่ม.....

คำชี้แจง : ให้วิทยากรประเมินผลงานของผู้เรียนตามหัวข้อที่กำหนดให้

ประเด็นที่ประเมิน	คะแนน ประเมิน (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 จึงจะผ่านเกณฑ์การ

ประเมิน

ลงชื่อ

(

วิทยากร

)

บรรณานุกรม

แหล่งที่สืบค้นข้อมูล

<https://www.youtube.com/watch?v=aDnW2sXruHg> ขั้นตอนการทำแซนด์วิช และการคำนวณ
ต้นทุนกำไร

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

- | | | |
|----------------------|-------------|--|
| 1. ว่าที่ พ.ต.ดำริห์ | ติยะวัฒน์ | ผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 2. นางสาวนันทมน | สกุลณมรรคา | รองผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 3. นายประภาส | โป้แล | ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอหล่มเก่า |
| 4. นางสาวสุภา | ตรีจักษ์ | ครู ชำนาญการ |
| 5. นางสาวทัชชกร | ทาพันธ์ | ครู |
| 6. นางสาวเสาวนีย์ | ยักขลา | บรรณารักษ์ปฏิบัติการ |
| 7. นางทิพรรัตน์ | หล้าวงษ์ | ครู อาสาสมัคร กศน. |
| 8. นางสาวนุจรินทร์ | กงเกียน | ครู อาสาสมัคร กศน. |
| 9. นางสาวกนกรดา | กอกเชียงแสน | ครู อาสาสมัคร กศน. |

คณะทำงาน

- | | | |
|--------------------|-------------|--------------|
| 1. นางทิพวรรณ | กองเงิน | ครู กศน.ตำบล |
| 2. นางสาวณัฐพร | คำภีระ | ครู กศน.ตำบล |
| 3. นางสาวสายฝน | ภักดีสอน | ครู กศน.ตำบล |
| 4. นางนริรัตน์ | นันทะเกิด | ครู กศน.ตำบล |
| 5. นางสาวนารีรัตน์ | คำภา | ครู กศน.ตำบล |
| 6. นางสาวรัตนา | ทองหมู่ | ครู กศน.ตำบล |
| 7. นางพชรพร | ศรีมูล | ครู กศน.ตำบล |
| 8. นายชัยโย | กล้าณรงค์ | ครู กศน.ตำบล |
| 9. นายอนุสรณ์ | บุญรอดรัมย์ | ครู กศน.ตำบล |

ผู้รวบรวมข้อมูลและจัดทำรูปเล่ม

- | | | |
|-------------|---------|--------------|
| นางสาวรัตนา | ทองหมู่ | ครู กศน.ตำบล |
|-------------|---------|--------------|