

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง แผนการพัฒนากิจการประกอบการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ สำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติใน กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย สรุป อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะได้ดังนี้

#### 5.1 สรุปผลการวิจัยเชิงปริมาณ

ผลการวิจัยเชิงสำรวจโดยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากตัวอย่าง นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ จำนวน 400 คน สรุปตามประเด็นการวิเคราะห์ข้อมูลได้ดังนี้

##### 5.1.1 ลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 57.25) อายุ 25 - 34 ปี (ร้อยละ 34.00) สถานภาพโสด (ร้อยละ 51.75) ระดับการศึกษาปริญญาตรี (ร้อยละ 54.25) ประกอบอาชีพผู้เชี่ยวชาญมืออาชีพ/หมอ/ทนายความ (ร้อยละ 27.00) มีรายได้ครัวเรือนต่อเดือนมากกว่า 124,999 บาท (ร้อยละ 23.75) นับถือศาสนาคริสต์ (ร้อยละ 57.00) ประเทศที่พำนักอยู่ในยุโรป (ร้อยละ 62.25) ไม่เคยรับประทานอาหารในร้านนี้มาก่อน (ร้อยละ 60.00) และยินดีสั่งรายการอาหารสุขภาพถ้าหากร้านนี้มีให้ (ร้อยละ 84.50)

##### 5.1.2 ปัจจัยในการตัดสินใจเลือกร้านอาหารและความต้องการรายการอาหารสุขภาพของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติในกรุงเทพมหานคร

ผู้ตอบแบบสอบถามให้ความสำคัญต่อบริการในการตัดสินใจเลือกร้านอาหาร โดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่าอันดับแรกเป็นเรื่องรสชาติดี มีความสำคัญอยู่ในระดับมาก รองลงมาที่มีความสำคัญอยู่ในระดับมาก 2 เรื่อง ได้แก่เรื่องบริการดี และราคาสมเหตุสมผล สำหรับเรื่องความสะดวกรวดเร็ว ทำเลที่ตั้งอยู่ใกล้ อาหารสุขภาพ และเรื่องอื่นๆ มีความสำคัญค่อนข้างมาก ตามลำดับ สำหรับการตกแต่งร้านโดดเด่นมีความสำคัญระดับปานกลาง และอันดับสุดท้ายเป็นเรื่องกิจกรรมพิเศษมีความสำคัญค่อนข้างน้อย ส่วนเรื่องความต้องการอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ (light and nutrition) โดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง

### 5.1.3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารสุขภาพของนักท่องเที่ยวต่างชาติในกรุงเทพมหานคร

ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานอาหารสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในแต่ละมือผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานอาหารสุขภาพในสามมือหลักในระดับค่อนข้างมากตามลำดับ คือ มือเย็น มือกลางวัน และมือเช้า ส่วนมืออื่นๆ มีการรับประทานอาหารสุขภาพในระดับปานกลาง ได้แก่ มือดึก มือสาย และอาหารว่าง ตามลำดับ เหตุผลที่ทำให้เลือกรับประทานอาหารสุขภาพโดยรวมมีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก อันดับแรก คือ การมีสุขภาพดี มีความสำคัญในระดับมากเหตุผลรองลงมาที่มีความสำคัญระดับปานกลาง ได้แก่ การควบคุมน้ำหนัก และการป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ ส่วนเหตุผลอื่นๆ การแพ้อาหาร และการเพิ่มสมรรถภาพทางเพศ อยู่ในระดับปานกลาง ตามลำดับ และอันดับสุดท้ายเป็นข้อจำกัดด้านเชื้อชาติและศาสนา มีความสำคัญค่อนข้างน้อย

ผู้ตอบแบบสอบถามมีความพึงพอใจในการบริการของร้านอาหารโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมาก รูปแบบการบริการที่เป็นอันดับแรก คือ บริการเต็มรูปแบบอยู่ในระดับมาก รองลงมาเป็นรูปแบบอื่นๆ บริการซื้อสินค้าห่อกลับบ้าน บริการตัวเอง และร้านอาหารที่มีบริการจัดส่งสินค้า ทุกรูปแบบมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง ตามลำดับ

### 5.1.4 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพ

ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพโดยรวมของ ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามมีความสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพ ใน 8 ด้าน พบว่า อันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมาก คือ ปัจจัยด้านคุณภาพ รองลงมาที่มีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 6 ด้าน ได้แก่ ด้านมาตรฐานความคงที่ ด้านความสะอาดและสุขอนามัย ด้านเอกลักษณ์ของอาหาร ด้านระดับการบริการและประสิทธิภาพ ด้านบรรยากาศและสถานที่ และด้านความปลอดภัยและอื่นๆ ตามลำดับ อันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลาง คือ ด้านความต้องการคุณค่าทางโภชนาการ รายละเอียดของแต่ละด้านมีดังนี้

**ด้านคุณภาพอาหาร** โดยรวมเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพที่มีความสำคัญอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า อันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมาก คือ รสชาติดี รองลงมาที่มีความสำคัญในระดับมาก 3 เรื่องตามลำดับได้แก่ ความสด ความสะอาดของอาหาร และความปลอดภัยของอาหาร ส่วนเรื่องที่มีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก

3 เรื่อง ได้แก่ คุณค่าทางโภชนาการ อาหารไขมันต่ำ/ปราศจากน้ำตาล และอาหารอินทรีย์ และอันดับสุดท้ายมีความสำคัญระดับปานกลาง คือ อาหารแมคโครไบโอติก

**ด้านความต้องการคุณค่าทางโภชนาการ** โดยรวม มีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพที่อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาในรายชื่อพบว่า อันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก คือ มีใยอาหารสูง รองลงมามีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 2 เรื่อง ได้แก่ น้ำตาลต่ำ/ปราศจากน้ำตาล และไขมันต่ำ/ปราศจากไขมัน สำหรับเรื่องอื่นๆ นอกจากนี้มีความสำคัญระดับปานกลาง ได้แก่ พลังงานโดยรวมจากไขมัน พลังงานโดยรวมจากโปรตีน คอเลสเตอรอลต่ำ/ไม่มีคอเลสเตอรอล เกลือและโซเดียมต่ำ/ปราศจากเกลือและโซเดียม และพลังงานโดยรวมทั้งหมดต่อจาน ตามลำดับ

**ด้านมาตรฐานความคงที่** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายชื่อ พบว่ามาตรฐานความคงที่ ของสามอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมากตามลำดับเป็นเรื่อง รสชาติ กลิ่น และรูปลักษณะส่วนที่เหลือรองลงมา มีความสำคัญในระดับค่อนข้างมากทุกเรื่อง ได้แก่ คุณภูมิของอาหาร เนื้อสัมผัส ปริมาณอาหารที่เสิร์ฟต่อ 1 ที่ และรูปร่าง/ขนาดของวัตถุดิบ ตามลำดับ

**ด้านเอกลักษณ์ของอาหาร** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายชื่อพบว่า สามอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก คือ การนำเสนอประสบการณ์ร้านอาหารที่แตกต่าง อาหารประจำชาติ และคุณค่าทางโภชนาการ อันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลาง คือ เรื่องรายการอาหารพิเศษ

**ด้านบรรยากาศและสถานที่** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายชื่อพบว่าทุกข้อมีความสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก อันดับแรกคือ คุณภูมิห้องอาหาร รองลงมาเป็นเรื่อง โต๊ะเก้าอี้ถูกสุขลักษณะในการนั่ง การป้องกันเสียงรบกวนจากภายนอก การพูดจาของพนักงานให้บริการ และการเก็บเสียงของห้องครัวเป็นอันดับสุดท้าย

**ด้านระดับการบริการและประสิทธิภาพ** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายชื่อพบว่า สองอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมาก คือ การบริการรวดเร็วฉับไว และพนักงานมีความรู้ในการแนะนำรายการอาหาร รองลงมามีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 8 เรื่อง ได้แก่ ความรวดเร็วในการส่งอาหาร ความกระตือรือร้นในการต้อนรับลูกค้า จิตวิญญาณการให้บริการของพนักงาน การขจัด

ข้อโต้แย้งจากลูกค้า ไม่กดดันให้ลูกค้าจ่ายทิป การแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ระบบการจองผ่านโทรศัพท์ และการต้อนรับเมื่อมาถึงร้านอาหาร และสามอันดับสุดท้ายมีความสำคัญระดับปานกลาง ตามลำดับ ได้แก่เรื่อง การอธิบายเมนูอาหารได้ มีสมุดแสดงรายการค่าอาหารต่อลูกค้า และการจำชื่อได้

**ด้านความสะอาดและสุขอนามัย** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหาร สุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า สามอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมาก คือ สุขอนามัยของพนักงาน ภาชนะแก้วและผ้าสะอาด และห้องน้ำสะอาดและมีกลิ่นหอม ตามลำดับ รองลงมามีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 4 เรื่อง ได้แก่ เมนูอาหารที่สะอาด เฟอร์นิเจอร์อยู่ในสภาพการใช้นานดี ช้อน/ส้อมสะอาดมันวาว และ ด้ามจับเครื่องใช้แข็งแรง ยึดติดกับฐาน ตามลำดับ อันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลางเป็นเรื่อง ผ้าเช็ดมือที่สะอาด

**ด้านความปลอดภัยและอื่น ๆ** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหาร สุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า สามอันดับแรกมีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก ได้แก่เรื่อง ไม่มีสิ่งปนเปื้อนในอาหาร มีค่าเตือนติดบริเวณเครื่องใช้ที่มีความร้อน และ ประตุนีไฟ ตามลำดับ สำหรับเรื่องการนำแขกไปนั่งที่โต๊ะอาหาร จัดเป็นอันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลาง

### 5.1.5 การเลือกรายการอาหารสุขภาพและการบริการ

การเลือกรายการอาหารสุขภาพและรูปแบบการบริการในความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามโดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับค่อนข้างมาก และในรายทุกด้านมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับค่อนข้างมาก โดยมีประเภทของอาหารที่นิยมเลือกเพื่อสุขภาพเป็นอันดับแรก รองลงมาเป็นประเภทของการปรุงอาหารที่นิยมเลือกเพื่อสุขภาพ เกณฑ์สำคัญในการเลือกอาหาร ประเภทของร้านอาหารที่นิยมใช้บริการ และ ประเภทรายการอาหารที่นิยม ตามลำดับ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในแต่ละด้านมีดังนี้

**ประเภทรายการอาหารที่นิยม** พบว่า ทุกประเภทอันดับแรกมีระดับความนิยมค่อนข้างมาก คือ อาหารจานเดียว และ อาหารชุด (ประกอบด้วยกับข้าวและเครื่องเคียงหลายจาน) รองลงมาทุกประเภทมีความนิยมในระดับปานกลาง ได้แก่ รายการอาหารพิเศษ อาหารชุด (อาหารเรียกน้ำย่อย+อาหารจานหลัก+ของหวาน) อาหารบุฟเฟ่ต์ อาหารตามร้านค้าข้างทาง และ อื่นๆ ตามลำดับ

**เกณฑ์ที่สำคัญในการเลือกอาหาร** พบว่า ทุกเกณฑ์ที่มีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก โดยเรียงตามลำดับ ได้แก่ ราคาอาหารต่อจาน เป็นอาหารท้องถิ่น เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นอาหารที่มีชื่อเสียง อาหารมีเอกลักษณ์ และ อื่นๆ

**ประเภทของอาหารที่นิยมเลือกเพื่อสุขภาพ** พบว่า สามอันดับแรกมีความนิยมในระดับมาก คือ ผัก ผลไม้ สมุนไพรและสายพันธุ์ และ ปลา รองลงมาทุกประเภทได้รับความนิยมในระดับค่อนข้างมาก ได้แก่ อาหารทะเล ข้าว/ธัญพืช พืชตระกูลถั่ว/ถั่ว/เมล็ดพันธุ์พืช อื่นๆ เนื้อสัตว์ และ สัตว์ปีก ตามลำดับ

**ประเภทของการปรุงอาหารที่นิยมเลือกเพื่อสุขภาพ** พบว่า สามอันดับแรกมีความนิยมในระดับมาก คือ สลัด การนึ่ง และ การย่าง/ต้ม รองลงมาทุกประเภทได้รับความนิยมในระดับค่อนข้างมาก ได้แก่ แกงกะหรี่ การตุ๋น แกง การทอด การทอดโดยใช้น้ำมันน้อย และ อื่นๆ ตามลำดับ

**ประเภทของร้านอาหารที่นิยมใช้บริการ** พบว่า ประเภทของร้านอาหารอันดับแรกๆ ได้รับความนิยมในระดับมาก คือ ร้านอาหารท้องถิ่น รองลงมาเป็นร้านอาหารร้านอาหารเพื่อสุขภาพ และร้านอาหารประเภทอื่นๆ ได้รับความนิยมในระดับค่อนข้างมาก ตามลำดับ อันดับสุดท้ายเป็นร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้รับความนิยมระดับปานกลาง

## 5.2 สรุปผลการวิจัยเชิงคุณภาพ

### 5.2.1 สรุปผลตามประเด็นการวิเคราะห์การสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนี้

#### 5.2.1.1 แนวโน้มตลาด และการเจริญเติบโตของธุรกิจอาหารสุขภาพ

ปัจจุบันตลาดผู้บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมีการขยายตัวมากขึ้น แต่จำนวนร้านอาหารและภัตตาคารเพื่อสุขภาพมีอยู่น้อยมาก เมื่อเปรียบเทียบกับความต้องการของกลุ่มลูกค้าที่มารับประทานอาหาร สำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติส่วนใหญ่ที่มาเที่ยวในประเทศไทย ต้องการรับประทานอาหารไทยแต่มากกว่าจะมุ่งเน้นเพื่อสุขภาพ อย่างไรก็ตาม อาหารไทยถือว่าเป็นอาหารสุขภาพ เพราะว่ามีลักษณะของอาหารไทยมีผักและสมุนไพรที่มีประโยชน์เป็นส่วนผสมอาหารส่วนใหญ่มีไขมันต่ำ ถ้าผู้ประกอบการเน้นเรื่องความสะดวก ความสะดวกของวัตถุดิบ และวิธีการเตรียมอาหารจะทำให้อาหารไทยกลายเป็นอาหารที่เป็นสุขภาพมากยิ่งขึ้น ดังนั้นผู้ประกอบการที่ทางร้านมีเมนูอาหารสุขภาพจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวมารับประทานอาหารที่ร้านเพิ่มมากขึ้น ส่วนเรื่องรสชาติของอาหารสุขภาพ คือ ต้องเน้นไม่มันมาก

ไม่หวานมาก นอกจากนั้นวัตถุดิบอาหารต้องดีเพื่อให้ได้อาหารที่มีคุณภาพ ชาวต่างชาติมีกำลังซื้อสูง ดังนั้นราคาไม่สำคัญแต่ต้องการรับประทานอาหารที่มีคุณภาพดี นอกจากนั้นอาหารไทยเป็นอาหารที่เกิดจากภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทยมีการนำเอาสรรพคุณของพืชผักและสมุนไพรต่าง ๆ มาใช้ประโยชน์เพื่อแก้ไขข้อเสียที่เกิดจากการรับประทานอาหารชนิดนั้น ๆ ส่วนด้านเมนูอาหารมีความสำคัญ คือ ทางร้านต้องเน้นให้มีความหลากหลาย ไม่จำเจ เพราะการทำการตลาดแบบเดิมจะไม่สามารถตามคู่แข่งได้ทัน ต้องมีการปรับเปลี่ยน มีการสร้างสรรค์ (create) และการออกแบบ (design) เมนูอาหารใหม่ ๆ ให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้บริโภค มีการใช้สื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ทุกช่องทาง ถ้าลูกค้าต้องการอาหารสุขภาพสามารถจัดตามคำขอ หรือทางร้านมีเมนูชุดพิเศษไว้บริการเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคได้ทุกรูปแบบ

### 5.2.1.2 การวิเคราะห์จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาส และอุปสรรค ในการนำไปสู่การเป็นร้านอาหารและภัตตาคารอาหารเพื่อสุขภาพ

#### จุดแข็ง (Strength)

- 1) ภาพลักษณ์และชื่อเสียงของอาหารไทย เป็นอาหารที่มีลักษณะเป็นสุขภาพ และมีเมนูหลากหลาย
- 2) คุณภาพของอาหาร ต้องเน้นที่ความสด มีความสะอาด คำนึงถึงความปลอดภัยของลูกค้าโดยการเลือกวัตถุดิบที่มีคุณภาพดี ส่วนด้านสุขาภิบาลและสุขอนามัยของพนักงานภายในร้านก็มีความสำคัญ
- 3) ภาพลักษณ์ที่ดีและควมมีชื่อเสียงของร้านอาหาร เน้นคุณภาพของอาหารและราคา
- 4) รูปแบบของผู้บริหารที่มีลักษณะเฉพาะ คือ การใช้กลยุทธ์ที่สร้างความสัมพันธ์กับลูกค้า คือ ภาพลักษณ์ของเจ้าของร้านที่เป็นคนที่มีอัธยาศัย มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และมีใจรักบริการ
- 5) การตั้งราคาที่เหมาะสม ด้านราคาอาหารต้องไม่แพงและคุ้มค่าเมื่อเทียบกับคุณภาพ
- 6) ทำเลที่ตั้งและบรรยากาศของร้าน เน้นบรรยากาศโรแมนติก สามารถมองเห็นวิวทิวทัศน์ ให้มีความสำคัญเรื่องพื้นที่จอดรถ หรือถ้าไม่จำเป็นต้องมีการเข้าพื้นที่จอดรถ
- 7) รูปแบบการจัดบริการอาหารที่ตรงกับความต้องการของกลุ่มลูกค้า

8) รูปแบบการให้บริการที่แตกต่าง มีการเปิดสอนการทำอาหารไทยควบคู่กับการให้บริการอาหารและเครื่องดื่ม รูปแบบการรับทำอาหารจัดเลี้ยง และการบริการแบบโทรสั่งและส่งถึงบ้าน

9) การส่งเสริมการขายและการโฆษณาประชาสัมพันธ์ที่ตรงกับความต้องการของผู้บริโภค มีการลงโฆษณาผ่านเว็บไซต์ หนังสือ และ อินเทอร์เน็ต มีเว็บไซต์ของร้านเอง

### จุดอ่อน (Weakness)

1) ความสามารถผู้บริหาร/ผู้ประกอบการ ขาดความรู้ ทักษะและประสบการณ์เรื่องอาหารสุขภาพ รวมทั้งการบริหารจัดการร้านอาหาร/ภัตตาคารสุขภาพ

2) ปัจจัยด้านบุคลากร สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

2.1) ความไม่เพียงพอของบุคลากร

2.2) การขาดบุคลากรที่มีทักษะด้านการประกอบอาหาร และการบริการโดยพ่อครัวแม่ครัวขาดความรู้ความเข้าใจเรื่องอาหารสุขภาพ ความรู้ด้านโภชนาการ การจัดเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ รวมทั้งความรู้การจัดการครัวตามมาตรฐานสากล

3) การกำหนดกลุ่มเป้าหมายที่จำกัด การตั้งกลุ่มเป้าหมายของลูกค้าในระดับสูง

4) ระบบและรูปแบบการบริหารงานบุคคลที่ไม่มีประสิทธิภาพ ปัญหาเรื่องการบริหารคน โดยเฉพาะจำนวนของพนักงานที่ไม่เพียงพอ และมีพนักงานเข้าออกบ่อย

5) ความหลากหลายเมนูอาหารที่มากเกินไป มีจำนวนพนักงานน้อยทำให้การบริการอาหารล่าช้าไม่ทันต่อตามความต้องการของลูกค้า และทำให้การควบคุมรสชาติของอาหารไม่สม่ำเสมอ

6) สูตรอาหารไทยที่ไม่ได้มาตรฐาน

7) การบริการลูกค้าไม่ทั่วถึงและไม่เป็นที่ประทับใจ

8) โครงสร้างองค์กรที่ไม่ชัดเจน

9) ทำเลที่ตั้งไม่เหมาะสม

### โอกาส (Opportunity)

1) ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ตลาดมีการขยายตัว โดยมีความต้องการอาหารสุขภาพเพิ่มขึ้น

2) ปัจจัยผู้บริโภค กระแสความนิยมอาหารสุขภาพมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นรวมทั้งผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น

- 3) นโยบายของเมืองในการทำให้กรุงเทพมหานครเป็นมหานครแห่งสุขภาพ
- 4) ปัจจัยด้านวัฒนธรรม สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเด็น ดังนี้
  - 4.1) รูปแบบวัฒนธรรมการกินที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะและเป็นภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทย
  - 4.2) มารยาทแบบไทย ที่ลูกค้าประทับใจ คือ การต้อนรับที่ยิ้มแย้มแจ่มใส มารยาทที่อ่อนหวานของคนไทย

### อุปสรรค (Threat)

- 1) แหล่งผลิตและจัดจำหน่ายวัตถุดิบและเครื่องปรุงอาหารที่ได้มาตรฐานมีไม่เพียงพอ
- 2) ต้นทุนของวัตถุดิบและสินค้าเครื่องปรุงออร์แกนิกมีราคาสูง
- 3) สถานการณ์ทางเศรษฐกิจ ปัญหาน้ำมันเชื้อเพลิงมีราคาสูงมากขึ้น โดยส่งผลกระทบต่อต้นทุนของวัตถุดิบ
- 4) สภาวะการแข่งขันสูง เนื่องจากธุรกิจร้านอาหารไทยในปัจจุบันมีการแข่งขันกันสูง และมีเป็นจำนวนมากจึงเกิดการลอกเลียนแบบได้เร็ว
- 5) นโยบายการสนับสนุนจากภาครัฐที่ไม่ชัดเจนในการสร้างแบรนด์ที่แสดงถึงการเป็นร้านอาหารสุขภาพ
- 6) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ในช่วงฤดูกาลที่มีนักท่องเที่ยวทำให้มีจำนวนลูกค้าชาวต่างชาติที่เข้ามาท่องเที่ยวมีจำนวนลดลงด้วยจึงอาจไม่ได้เป้าหมายที่ธุรกิจตั้งไว้

### 5.2.1.3 แนวทางในการพัฒนาการประกอบการร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ

- 1) การจัดเมนูอาหารสุขภาพ
  - การนำเสนอเมนูใหม่ เพื่อที่ดึงดูดลูกค้าหรือออกโปรโมชัน กรณีที่ผู้ประกอบการร้านและเชฟเป็นบุคคลเดียวกันจะมีหน้าที่เป็นผู้คิดเมนูใหม่ของร้านด้วย ส่วนกรณีร้านอาหารและภัตตาคารที่ผู้ประกอบการและเชฟไม่ได้เป็นคนเดียวกัน ฝ่ายครัวเป็นผู้นำเสนอเมนูใหม่ และมีฝ่ายต่าง ๆ ทำหน้าที่ประเมินเมนูที่คิดออกมาใหม่ นำเสนอต่อผู้บริหารถ้าเห็นด้วยทางครัวดำเนินการต่อไป การพัฒนาเมนูอาหารต้องมีความคิดสร้างสรรค์โดยหัวเชฟที่บริหารจัดการงานครัวจะเป็นผู้ที่ทำหน้าที่ดัดแปลงสูตรและออกแบบอาหาร รวมทั้งหน้าตา การจัดตกแต่ง

และมีผู้จัดการช่วยดูแลและควบคุมวิธีการทำอาหารเพื่อให้ได้มาตรฐานมากขึ้น ปัญหาสำหรับพ่อครัวแม่ครัวไทย คือ การขาดความรู้เฉพาะทางด้านอาหารและทักษะการประกอบอาหาร

- การออกแบบรายการอาหาร ต้องดูจากแนวโน้มของตลาดและความต้องการของผู้บริโภคเป็นหลักว่าชอบอาหารประเภทใดและรสชาติแบบใด โดยเน้นเรื่องคุณภาพรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ รูปลักษณะการจัดเสิร์ฟ ความสะอาดและปลอดภัยของผู้บริโภคในการรับประทาน ต้องเป็นเมนูที่ผู้บริโภคไม่ค่อยมีโอกาสได้รับประทาน มีรสชาติดั้งเดิมแบบไทย ผู้ประกอบการอาหารที่ดีต้องจ่ายตลาดเป็น มีความรอบรู้ และรู้จักวิธีการเลือกวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหาร

- การพัฒนาเมนูอาหารใหม่ ต้องมีการพิจารณาหลายปัจจัยร่วมกัน โดยการออกเมนูใหม่ต้องไม่ใช้วัตถุดิบประเภทอื่น ๆ นอกเหนือจากรายการที่ทางร้านมีการสั่งอยู่แล้ว และต้องไม่ทำให้ต้นทุนการผลิตของทางร้านเพิ่มขึ้น นอกจากนั้นวัตถุดิบที่ใช้สำหรับในการออกเมนูใหม่ต้องไม่ส่งผลกระทบต่อพื้นที่ในการเก็บจัดรักษาที่มีอยู่เดิม แนวทางการพัฒนาไปสู่เมนูสุขภาพ อาหารควรมีรสไม่จัด เน้นรสชาติแบบไทย ไม่ใส่ผงชูรส เน้นพวกผัก และส่วนผสมที่เป็นเครื่องเทศและสมุนไพรในปริมาณที่เพิ่มมากขึ้นกว่าเมนูปกติทั่วไป พร้อมทั้งมีข้อเท็จจริงเกี่ยวกับประโยชน์ที่จะได้รับ อาจเป็นรูปแบบของเมนูอาหารไทยแบบประยุกต์ โดยมีการนำอาหารของภาคต่าง ๆ มาผสมผสานประยุกต์ให้มีความหลากหลายจนเกิดเป็นเมนูใหม่ที่เน้นเพื่อสุขภาพต้องดูตามความชอบของลูกค้า เป็นการทำให้เกิดคุณค่าเพิ่มขึ้นและมีราคามากขึ้น หรือนำเอารายการอาหารไทยแบบพื้นบ้านมาทำให้มีมูลค่าเพิ่มมากขึ้น เน้นเรื่องการใช้วัตถุดิบตามฤดูกาลจะได้ของสดและราคาที่เหมาะสม เน้นความสะอาดและความปลอดภัย

- การแนะนำให้ลูกค้ารู้จักเมนูอาหาร ร้านแต่ละแห่งมีวิธีการที่ต่างกันไป ได้แก่ ใช้รูปถ่ายเมนูอาหารพร้อมราคาอาหารติดหน้าร้าน ใช้วิธีการเขียนขึ้นกระดานเป็นเมนูพิเศษ ใช้การทำเมนูภาษาไทยควบคู่ภาษาอังกฤษพร้อมทั้งมีรูปภาพประกอบ ใช้วิธีฝึกฝนให้พนักงานในร้านเป็นผู้แนะนำรายการอาหารแก่ลูกค้าได้ ทำเป็นหน้าเมนูแนะนำขึ้นมาเฉพาะลูกค้าชาวต่างชาติส่วนใหญ่ไม่รู้จักอาหารไทย ดังนั้นร้านที่มีเมนูเป็นรูปภาพทำให้ขายอาหารได้เพิ่มมากขึ้น ควรอธิบายให้ลูกค้าเข้าใจถึงวัฒนธรรมการรับประทานอาหารไทย และวิธีการรับประทานอาหารแต่ละอย่างแบบไทยให้ลูกค้าได้เข้าใจ และเรียนรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมการรับประทานอาหารของไทยที่แท้จริง

- เมนูอาหารยอดนิยม แต่ละร้านมีเมนูอาหารยอดนิยมแตกต่างกันไป สำหรับอาหารไทยที่มีรสชาติเข้มข้นและเผ็ดร้อนต้องปรับรสชาติให้อ่อนลง และลดความเผ็ดลง เพื่อให้เหมาะกับนักท่องเที่ยว อย่างไรก็ตามเมนูอาหารยอดนิยมไม่ว่าเป็นชาวไทยและชาวต่างประเทศเป็นอาหารจานเดียว และมีหลากหลายเมนู เช่น ส้มตำ ไก่ย่าง ขนมจีน ยำมะม่วง แกงเขียวหวาน ลูกค้าชาวตะวันตกชอบผัดไท แกงเขียวหวาน ต้มข่า และประเภทยำ ส่วนลูกค้าชาวญี่ปุ่นชอบส้มตำ และปูผัดผงกระหรี่ ส่วนร้านที่เน้นขายอาหารทะเล เมนูที่ได้รับความนิยม คือ ต้มยำ พวกของทะเลย่าง นอกจากนั้นนักท่องเที่ยวชาวต่างชาตินิยมอาหารที่ทำจากเนื้อไก่ และมีนักท่องเที่ยวบางกลุ่มนิยมอาหารที่มีลักษณะเป็น set menu ซึ่งมีการตกแต่งอาหารด้วยการแกะสลัก เน้นเอกลักษณ์การจัดแบบชาววังทำให้ลูกค้าต่างชาติเกิดความประทับใจ

## 2) การปรุงอาหารสุภาพ

- การเลือกซื้อวัตถุดิบเพื่อปรุงอาหาร ผู้ประกอบการต้องมีความรู้เรื่องวัตถุดิบอาหาร ต้องรู้วิธีการเตรียมเพื่อรักษาคุณภาพความสด และความสะอาดของวัตถุดิบ ในแง่คุณภาพของวัตถุดิบการควบคุมคุณภาพของอาหารภายในร้านจะเน้นการสั่งซื้อให้เพียงพอกับจำนวนที่ต้องการใช้ในแต่ละวัน เพื่อรักษาความสดของอาหาร และไม่ให้มีวัตถุดิบเหลือค้างเพื่อไม่ต้องการดูแลเรื่องการเก็บรักษาและไม่เปลืองพื้นที่ในการจัดเก็บ สำหรับอาหารทะเลต้องเน้นเรื่องความสด และวิธีการเก็บรักษาที่ถูกต้องเพื่อควบคุมคุณภาพของอาหารไม่ให้เสื่อมลง

- การรักษาคุณภาพความสดของอาหาร ต้องมีการควบคุมตั้งแต่ขั้นตอนการสั่งซื้อและการคัดเลือกแหล่งวัตถุดิบมีการประเมินคุณภาพวัตถุดิบโดยทำการเปรียบเทียบกันจากแหล่งต่าง ๆ แล้วคัดเลือกแหล่งที่มีคุณภาพดีที่สุด ดูจากแหล่งตลาดที่มีชื่อเสียงในการขายวัตถุดิบแต่ละประเภท และขายในราคาส่ง สำหรับอาหารประเภทเนื้อสัตว์ อาหารทะเล และผัก ต่าง ๆ มีการจัดซื้อทุกวัน สินค้าที่ซื้อมีการรับประกันแม้ว่ามีราคาแพง แต่ถ้าสินค้านั้นมีคุณภาพไม่ดีสามารถคืนได้ ต้องเลือกตลาดที่อยู่ใกล้กับร้านมากที่สุดเพื่อความสะดวกในการจัดซื้อ ส่วนรายการของแห้งสั่งจากเจ้าประจำ สำหรับรายการวัตถุดิบที่ไม่ได้สั่งวันต่อวันมีการควบคุมคุณภาพโดยมีการรับประกันคุณภาพความสดใหม่ของวัตถุดิบ ซึ่งถ้าคุณภาพไม่ได้ตามที่สั่ง การสามารถส่งกลับคืนแก่ซัพพลายเออร์ได้

- การควบคุมคุณภาพรสชาติของอาหาร ต้องมีสูตรมาตรฐาน ซึ่งต้องรู้วิธีการชั่งตวงวัดเพื่อให้สามารถควบคุมมาตรฐานของอาหาร เรื่องความคงที่ ความสม่ำเสมอของรสชาติ และลักษณะของอาหารให้อาหารมีรสชาติเหมือนเดิมทุกครั้ง และในกรณีที่มีพนักงานใหม่

เข้ามาฝึกก็จะทำให้สามารถควบคุมคุณภาพได้ง่าย หรือในกรณีที่พ่อครัวใหญ่ไม่อยู่พนักงานคนอื่นสามารถทำได้ มีการทดสอบและ ประเมินผลจากพนักงานภายในร้านแต่ละสัปดาห์ว่า อาหารที่ทำ มีรสชาติเหมือนเดิมหรือไม่ นำผลการประเมินมาสรุปผลว่าควรมีการปรับปรุงแก้ไขหรือไม่ สำหรับรสชาติของอาหารสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความต้องการของลูกค้า แต่ต้องเน้นรสชาติแบบไทยเพียงแต่ให้มีรสชาติเผ็ดน้อย ทางร้านต้องมีการควบคุมกำหนดมาตรฐานของรสชาติอาหารแต่ละประเภทว่าควรมีรสชาติมาตรฐานของทางร้านเป็นอย่างไรเพื่อให้เหมาะกับกลุ่มลูกค้า การออกแบบตกแต่งรูปร่างหน้าตาของอาหารต้องสวยและมีลักษณะเหมือนเดิมทุกครั้ง เน้นเรื่องความสะอาด

#### - การปรุงอาหาร

1. อาหารประเภทแกง การควบคุมทำได้โดยการเตรียมน้ำพริกแกงที่เป็นสูตรมาตรฐานเตรียมไว้และเก็บไว้ในตู้เย็น และวิธีการเลือกใช้น้ำพริกแกงสำเร็จรูปโดยซื้อจากเจ้าประจำ ส่วนการปรุงอาหารต้องใช้วิธีการทำกันสด ๆ เพื่อรักษารสชาติและคุณภาพของอาหาร ไม่มีการเตรียมเก็บค้างเอาไว้เพราะทำให้เสียรสชาติ ดังนั้นการเตรียมวัตถุดิบอาหารประเภทแกง ต้องมีการเตรียมเครื่องแกง และน้ำแกงไว้ สำหรับอาหารประเภทต้มต้องเตรียมน้ำซุบ ในการทำอาหารจากกะทิสำหรับบางร้านที่ต้องการให้มีรสชาติแบบไทยมีการควบคุมรสชาติโดยใช้กะทิสด

2. อาหารประเภทผัด การผัดเพื่อให้อาหารมีคุณภาพดีและรสชาติอร่อยสิ่งที่สำคัญที่สุดต้องควบคุมไฟได้ ดังนั้นต้องรู้ระดับอุณหภูมิของไฟที่ใช้ ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยประสบการณ์ ส่วนในแง่สุขภาพต้องคำนึงถึงน้ำมันที่นำมาใช้ผัด

3. อาหารประเภทยำต้องมีเทคนิคโดยมีเตรียมน้ำยำและปรุงรส น้ำยำต้องมีการเตรียมไว้ล่วงหน้าโดยเก็บไว้ในตู้เย็น ต้องมีสูตรมาตรฐาน เพื่อควบคุมให้อาหารทุกจานมีรสชาติเหมือนเดิมทุกครั้ง

4. อาหารประเภททอด เน้นโดยการควบคุมคุณภาพของน้ำมันที่ใช้ จะไม่ใช้น้ำมันซ้ำ และวิธีการทอดมีการแยกประเภทของน้ำมันตามระดับของการทอดหรือการใช้ น้ำมันตามประเภทของอาหารที่ทอดโดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ น้ำมันใหม่ น้ำมันกลาง และน้ำมันเก่า โดยน้ำมันระดับ 1 ใช้สำหรับทอดปลา และอาหารประเภทชุบแป้งทอด ระดับ 2 ใช้กับเนื้อสัตว์ที่หมักกับเครื่องปรุงรสต่าง ๆ ระดับ 3 ใช้ทอดอาหารประเภทที่มีกลิ่นค่อนข้างแรง

3) การจัดการครัวเพื่ออาหารสุขภาพ การจัดแบ่งงานในครัว มีระบบการจัดการเหมือนกันโดยจะมีการแบ่งตามสัญชาติของอาหาร และมีการแยกครัวแต่ละสัญชาติ ออกเป็นแผนกย่อยตามประเภทของอาหาร สำหรับในครัวไทยแบ่งเป็น ครัวแกง ครัวต้ม ครัวผัด ครัวทอด ครัวยำ และครัวปิ้ง-ย่าง ถ้าเน้นเรื่องการจัดตกแต่งต้องมีแผนกสำหรับตกแต่งหัวจาน นอกนั้นมีพนักงานเชคเกอร์ พนักงานเสิร์ฟ พนักงานล้างจาน และพนักงานส่วนที่เหลือเป็นพนักงานเสิร์ฟทั้งหมด ในการบริหารจัดการคน มีการแบ่งโครงสร้างตามลำดับความรับผิดชอบมีระบบการบริหารจัดการจะเป็นตามลำดับสายงาน ได้แก่ ผู้จัดการ รองผู้จัดการ เชฟ รองเชฟ โดยผู้จัดการจะทำหน้าที่ดูแลเรื่องต่างๆ ไป ส่วนเชฟกับรองเชฟจะดูแลจัดการภายในครัว ในแต่ละครัวมีหัวหน้าในแต่ละจุด เวลาที่รายงานปัญหาอะไร มีการเขียนเรื่องรายงานปัญหาขึ้นมาตามลำดับ สำหรับเครื่องมืออุปกรณ์ต่าง ๆ ในครัวใช้แบบเดิม แต่มีขนาดใหญ่กว่าปกติที่ใช้ในครัวทั่วไปตามบ้านเพื่อให้เหมาะสมต่อการประกอบอาหารปริมาณมาก

4) การจัดการร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ ต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างประกอบกัน คือ

- คุณภาพของอาหาร คือ อาหารต้องอร่อย สะอาดและปลอดภัย
- ทำเลที่ตั้งและบรรยากาศของร้าน
- สถานที่ต้องอำนวยโดยมีที่จอดรถเพียงพอ
- ความสามารถของผู้บริหาร/ผู้ประกอบการ และพนักงาน
- กลุ่มลูกค้าเป้าหมาย
- เมนูอาหาร
- ราคาอาหารเหมาะสม
- ความสะอาดและความปลอดภัยของสถานที่ผลิตและให้บริการอาหาร
- การบริการ

5.2.2 ผลการวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้วิธีการสนทนากลุ่ม สรุปประเด็นการวิเคราะห์ ข้อมูลดังนี้

#### 5.2.2.1 การจัดเมนูอาหารสุขภาพ (Health Menu /Menu Planning)

1) ปัญหาของการจัดเมนูอาหารสุขภาพ

- การจัดเมนูอาหารไม่เป็นหมวดหมู่ที่ชัดเจน ซึ่งอาหาร 1 จาน ไม่สามารถที่จะให้สารอาหารได้ครบ 5 หมู่ นอกจากเป็นการจัดแบบ set menu
  - ผู้ประกอบการร้านหรือผู้ประกอบการอาหาร (พ่อครัวแม่ครัว) ไม่มีความรู้ และมีความเข้าใจทางโภชนาการ หรืออาหารสุขภาพที่แท้จริง
  - บุคลากรที่ทำหน้าที่ในการประกอบอาหารประเทศไทยไม่มีการสอบ food safety ก่อนจะทำหน้าที่เป็น chef นอกจากในโรงแรมใหญ่ ๆ ที่มีการบริหารจัดการแบบ ต่างประเทศ
  - ร้านอาหารสุขภาพยังมีอยู่เป็นจำนวนน้อย นอกจากการบริการอาหาร ในโรงพยาบาล โรงแรม ภัตตาคารและสปาที่เน้นเฉพาะ
  - รสชาติอาหารสุขภาพไม่เป็นที่นิยมของผู้บริโภคทั่วไป จึงทำให้ได้รับความนิยมนั้นเป็นบางกลุ่มเท่านั้น
  - การสื่อสารประชาสัมพันธ์
  - chef ยังไม่มีองค์ความรู้ด้านโภชนาการอย่างเพียงพอ
- ข้อเสนอแนะ
- ควรต้องมีแพทย์ให้คำปรึกษาทางด้านโภชนาการอาหาร
  - มีการจัดอบรม chef ให้ได้รับความรู้และข้อมูลที่ถูกต้อง
  - การวางรูปลักษณ์เมนูให้เป็นที่สนใจของผู้บริโภค
  - ควรมีการประชาสัมพันธ์ให้ทราบถึงอาหารสุขภาพอย่างชัดเจนใน ประโยชน์ที่ช่วยให้สุขภาพเจริญเติบโตและแข็งแรง
  - มีเครื่องหมายรับรองคุณภาพ
  - การให้ข้อมูลความรู้และการฝึกให้เป็นนิสัยในการปฏิบัติแก่ ผู้ประกอบการ และ / หรือ พ่อครัวแม่ครัวและผู้บริหารจัดการร้าน เรื่อง สุขากิจาบาลอาหาร ร้านอาหาร / ครัว / บุคคล / การเคลื่อนย้ายอาหาร / การปนเปื้อนข้าม / การรักษาอาหารให้สะอาด และปลอดภัย จนเป็นนิสัย
  - การให้ความรู้เรื่องอาหารสุขภาพที่ชัดเจนแก่ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องรวมถึง ผู้บริโภค
  - การประเมินผลและการตรวจสอบ
  - การเอาจริงเอาจังต่อการปฏิบัติ
  - การรณรงค์ให้เป็นวาระแห่งชาติ

### 5.2.2.2 ลักษณะของการจัดเมนูอาหารสุขภาพ

#### 1) การแบ่งประเภทของอาหารเมนูสุขภาพ

- ควรจัดอาหารประเภทจานเดียวครบหมวดหมู่
- เน้นโภชนาการอาหารที่ไม่เป็นรสเค็ม รสหวาน หรือรสจัดจนเกินไป
- ควรกำหนดชื่ออาหารที่บ่งบอกว่าเป็นอาหารสุขภาพและน่าสนใจ เช่น
  1. ประเภทเรียกน้ำย่อย เช่น ถุงทองใส่ข้าวโพด ปอเปี๊ยะไส้เห็ด
  2. ประเภททอดบดบดโรค
  3. ประเภทต้ม-นึ่งดูและระบบย่อย
  4. ประเภทเครื่องจิ้ม-น้ำพริกเสริมเกลือแร่
  5. ประเภทขนมหวานไร้คอเลสเตอรอล
- แบ่งตามวิธีการประกอบอาหาร เช่น ต้ม นึ่ง ย่าง ผัด เป็นต้น
- แยกเมนูอาหารสุขภาพออกจากเมนูปกติ
- ชี้แจงเมนูอาหารสุขภาพถึงคุณลักษณะและประโยชน์ให้ผู้บริโภคก่อน

จะรับประทาน

- แบ่งตามกลุ่มลูกค้า คือ วัยเด็ก วัยกลางคน วัยผู้ใหญ่ วัยชรา เพื่อให้

ได้รับสารอาหารอย่างถูกต้อง และเหมาะสมกับวัย

#### 2) วัตถุดิบ

- สด สะอาด ได้การรับรอง
- เนื้อสัตว์ชนิดต่าง ๆ ตัดไขมันเล็กน้อย
- ธัญพืชต่าง ๆ
- ถั่วต่าง ๆ
- ผักประเภทหัวและใบ
- เห็ดชนิดต่าง ๆ
- ไขมันจากพืช
- เครื่องปรุงรสต่าง ๆ
- ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงที่มีคุณภาพ
- หลีกเลี่ยงพวกอาหารที่มีส่วนผสมของสารเคมีหรือสารประกอบอาหาร

ที่มีผลเสียต่อร่างกาย

## 3) วิธีการปรุงอาหารเพื่อสุขภาพ (Health Cooking)

- น้ำมันที่ทอดไม่ใช่ซ้ำ
- ระวังเรื่องไขมันทรานส์ (trans fatty acid) ที่เป็นส่วนประกอบในสว

ผสมที่นำมาใช้ในการประกอบอาหาร

- ประเมินความต้องการของผู้บริโภค
- ขั้นตอนก่อนนำมาปรุง เช่น การเลือกซื้อสินค้า การเก็บรักษา การทำ

ความสะอาด การเตรียมอย่างถูกวิธี และกรรมวิธีทำให้สุก

- หลีกเลี่ยงการทำอาหารแบบทอด ย่าง ปิ้ง ควรเป็นอาหารที่มาจาก การ

ต้มและนึ่ง

- หลีกเลี่ยงการปรุงรสชาติที่จัดเกินไป

## 4) รูปแบบการนำเสนอเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ

- นำเสนออาหารทั้งของไทยและประสาณวัฒนธรรม
- เน้นสื่อประชาสัมพันธ์
- มีข้อมูลโภชนาการอาหารแต่ละจาน เช่น ค่าพลังงานในเมนูแต่ละชนิด

ที่ได้รับ

- มีรูปภาพที่สวยงามน่าเชิญชวนสำหรับอาหารสุขภาพ
- การจัดวางของอาหาร
- ขนาดของอาหาร
- สีสีนของอาหาร

## 5) ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมอื่นๆ ที่สำคัญและสามารถเป็นจุดขายในเมนูอาหาร

สุขภาพ

- บอกข้อมูลโภชนาการ เช่น คุณประโยชน์ ค่าพลังงานของอาหารใน

จานนั้นๆ

- แหล่งที่มาของวัตถุดิบ
- วัตถุดิบตามฤดูกาล
- อาหารปิ่นโต หรือพร้อมส่ง

- นำเสนอเมนูที่เป็นเอกลักษณ์ร้านอาหารไทย เพื่อเชิญชวนให้ลูกค้าได้ลิ้มลอง และได้ทราบถึงคุณประโยชน์ ความคุ้มค่าของอาหารที่ได้รับ
- การสร้างความเป็นศูนย์กลางอาหารสุขภาพให้โดดเด่นในประเทศไทย
- เน้นการส่งเสริมการขายร่วมกับโปรแกรมทัวร์ ทั้ง ภายในและต่างประเทศ

### 5.2.2.3 แนวคิดในการพัฒนาเมนูอาหารสุขภาพ เพื่อบ่งชี้ถึงอัตลักษณ์ของการเป็นภัตตาคารเพื่อสุขภาพ

- 1) สร้างแบรนด์ให้เป็นที่ยอมรับ และสร้างจิตสำนึกที่ดีของอาหารสุขภาพ
- 2) ความเป็นมาตรฐานและบริการของร้าน
- 3) ความร่วมมือของร้านอาหาร ภัตตาคาร โรงแรมในการจัดกิจกรรมและเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพ
- 4) ใช้วัตถุดิบที่มีคุณภาพ เช่น น้ำมันไม่ใช้ซ้ำ สด สะอาด ปลอดภัยจากสารพิษ
- 5) ควรนำระบบ HACCP มาใช้ในการจัดการภัตตาคาร หรือได้การรับรองจากกระทรวงสาธารณสุข
- 6) อบรม chef เรื่องโภชนาการและความปลอดภัย
- 7) มีความร่วมมือกันระหว่างสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สมาคมพ่อครัวไทย สมาคมภัตตาคาร และกระทรวงสาธารณสุขในการดำเนินการจัดเมนูอาหารสุขภาพ

## 5.2.3 การจัดการครัวเพื่อสุขภาพ (Kitchen Management)

### 5.2.3.1 ปัญหาของการจัดครัวเพื่อสุขภาพ

- 1) ผู้ประกอบการและ / หรือ พ่อครัวแม่ครัวและผู้บริหารจัดการร้าน ไม่มีความรู้ที่แท้จริง เรื่อง สุขภาพอาหารร้านอาหาร / ครัว / บุคคล / การเคลื่อนย้ายอาหาร / การปนเปื้อนข้าม / การรักษาอาหารให้สะอาดและปลอดภัย จนเป็นนิสัย
- 2) การขาดการประชาสัมพันธ์ที่ตรงกลุ่มเป้าหมาย
- 3) ร้านอาหารไม่ได้มาตรฐาน
- 4) การมีค่านิยมเก่า ๆ ของร้านอาหาร

- 5) อุปกรณ์ของใช้ยังไม่ได้มาตรฐาน
- 6) การจัดการวัตถุดิบ เช่น การเก็บรักษา การเลือกซื้อ ไม่มีมาตรฐาน
- 7) ความปลอดภัย ความสะอาด
- 8) การปลูกจิตสำนึกในการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ
- 9) ภาครัฐไม่มีมาตรการที่เข้มงวดในการเปิดร้านอาหาร เช่น การออก

กฎหมายรองรับ

### 5.2.3.2 ลักษณะของการจัดครัวที่บ่งชี้ถึงเอกลักษณ์เพื่อนำไปสู่การเป็นภัตตาคารเพื่อสุขภาพ

- 1) ระบบการจัดการครัว : การจัดซื้อ การตรวจรับ การจัดเก็บ การเตรียม-ปรุง-เสิร์ฟ
  - วัตถุดิบมีคุณภาพ มีการตรวจสอบ และปลอดภัยจากสารพิษ
  - สถานที่ตรวจสอบและวิธีการตรวจสอบมีมาตรฐาน
  - มีอุปกรณ์หรือตู้เก็บที่เหมาะสม
  - ควรจัดเตรียมอาหารให้เหมาะสมและถูกสุขลักษณะ
- 2) สถานที่ (ครัว) : การจัดผัง การตกแต่ง อุปกรณ์เครื่องใช้ สุขภาพิบาล และอื่น ๆ
  - จัดสร้างครัวเป็นแบบเปิดให้มองเห็นการทำงานในครัว
  - ต้องมีพื้นที่เพียงพอในการเตรียมอาหาร
  - มีที่เก็บและภาชนะที่ใส่เครื่องปรุงที่เป็นระเบียบ
  - เตาและอ่างล้างจานต้องมีการวางในตำแหน่งที่เหมาะสมกับการเคลื่อนไหวและเคลื่อนย้าย
  - มีขนาดพื้นที่ภายในครัวเพียงพอที่จะรองรับกับจำนวน chef และง่ายต่อการทำความสะอาด
  - พื้นที่ทั้งหมดต้องสะอาด
  - น้ำที่ใช้ต้องสะอาด
- 3) บุคลากรที่จำเป็นต้องมีในการจัดการครัวสำหรับอาหารเพื่อสุขภาพ :
  - ควรมีนักโภชนาการเพื่อจัดหรือคิดตำรับอาหารเพื่อสุขภาพ

- และโภชนาการ
- ควรมีการฝึกอบรมให้ความรู้ผู้เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยของอาหาร
  - มีใจรักในการบริการและความกระตือรือร้นในการทำงาน
  - มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ
  - มีบุคลิกและมนุษยสัมพันธ์ที่ดี
  - สุขภาพร่างกายแข็งแรง
  - มีความรู้ในการประกอบอาหารแต่ละชนิดได้ถูกต้อง เช่น ต้องเตรียมอะไรก่อนหลัง การผสมอาหาร
  - มีความรู้ในการใช้เครื่องมือในการประกอบอาหาร

### 5.2.3.3 แนวคิดในการพัฒนาด้านการจัดครัวในสภาพปัจจุบันเพื่อไปสู่การเป็นครัวเพื่อสุขภาพ

- 1) ทำเลที่ตั้งต้องเหมาะสมกับแหล่งผู้คนที่นิยมอาหารเพื่อสุขภาพ
- 2) มีพื้นที่สะดวกในการเดินทางและจอดรถเพียงพอ
- 3) มีการพัฒนารูปแบบตลอดเวลา
- 4) มีวัตถุดิบ การปรุงอาหาร อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่สะอาดปลอดภัยจากเชื้อโรค
- 5) ปฏิบัติการสำคัญในการรักษาสุขภาพ โดยให้ความรู้ของประโยชน์อาหารเพื่อสุขภาพที่ได้รับ
- 6) ต้องมีข้อกำหนดและมาตรฐานเดียวกันในจัดครัวอาหารเพื่อสุขภาพ

### 5.2.4 ข้อมูลเกี่ยวกับจุดเด่น/จุดขายเพื่อสร้างความแตกต่างบ่งชี้ถึงเอกลักษณ์ของภัตตาคารเพื่อสุขภาพสำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

#### 5.2.4.1 ลักษณะการตกแต่งร้าน/บรรยากาศ/สภาพแวดล้อมของร้านอาหาร/ภัตตาคารสุขภาพ

- 1) นำการแสดง เช่น รำไทย ดนตรีไทย ควบคู่กับอาหารเพื่อสร้างบรรยากาศ
- 2) มีรูปภาพติดในร้านอาหารเพื่อสร้างบรรยากาศ เช่น ติดยูปผัก ผลไม้ที่มีสีสัน
- 3) มีบรรยากาศที่ดี เช่น ระบบอากาศที่ดี สะอาด ไม่มีแมลงหรือสัตว์มารบกวน
- 4) มีการปลูกผักสวนครัวรอบบริเวณร้านเพื่อสร้างบรรยากาศที่ร่มรื่น

#### 5.2.4.2 ลักษณะของอาหารสุขภาพ

- 1) มีรสชาติอาหารไม่หวานและเค็มจัด
- 2) รักษาคุณภาพอาหาร
- 3) มีความสะอาด
- 4) ตกแต่งดูน่ารับประทาน
- 5) มีเอกลักษณ์
- 6) จัดเสิร์ฟสวยงามพิถีพิถัน เพื่อสะท้อนเอกลักษณ์ไทย

#### 5.2.4.3 ลักษณะของการบริการ

- 1) สามารถให้คำแนะนำและความรู้เกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพ
- 2) มีความกระตือรือร้นอยู่ตลอดเวลา
- 3) มีการพัฒนาและการบริการตลอดเวลา
- 4) มีวิธีแก้ปัญหาเฉพาะหน้า
- 5) สะดวก รวดเร็ว และสะอาด
- 6) มีการบริการที่ดีและเหนือกว่า
- 7) มีความสุภาพ การยิ้มแย้มแจ่มใส การให้เกียรติ รักลูกค้า เป็นสิ่งสำคัญ

เพื่อภาพลักษณ์ที่ดีของไทย

#### 5.2.4.4 ลักษณะของพนักงานบริการ

- 1) มีความรู้เกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพ
- 2) บุคลิกภาพดี เช่น การแต่งกาย และความสะอาดของพนักงาน
- 3) ร่างกายและสุขภาพแข็งแรง
- 4) ซื่อสัตย์ต่อลูกค้า
- 5) รักองค์กร
- 6) ยิ้มแย้มแจ่มใสในขณะที่บริการ
- 7) มีความสามารถในการให้บริการอย่างสากล
- 8) สามารถสะท้อนให้ผู้บริโภคได้รับสุขภาพจิตที่ดี และสบายใจจากการมา

มาบริโภคอาหารสุขภาพ

#### 5.2.4.5 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

- 1) มีเอกสารแจกนักท่องเที่ยว
- 2) ประชาสัมพันธ์ในรายละเอียดของอาหารสุขภาพให้เป็นมาตรฐาน
- 3) มีเครื่องหมายรับรองมาตรฐานและออกกฎหมายอย่างจริงจัง
- 4) รักษามาตรฐานของระดับร้าน
- 5) จัดทัวร์สุขภาพ
- 6) การรับประทานอาหารควบคู่กับอารมณ์ เช่น การยิ้มแย้มแจ่มใส
- 7) การสร้าง concept ร้านอาหาร เช่น ร้านอาหารสี่มุมเมือง เหนือ ใต้ ออก ตก มีอาหารทุกภาค
- 8) การสร้างแหล่งข้อมูล แหล่งเรียนรู้ และการปลูกสร้างวิถีไทย
- 9) รัฐบาลควรให้การสนับสนุนทั้งในเรื่องประชาสัมพันธ์และงบประมาณ
- 10) มีกลยุทธ์ที่ชัดเจนและสร้างความแตกต่างเพื่อเชิญชวนลูกค้า เช่น สุขภาพดีภายใน 7 วัน
- 11) ต้องร่วมมือกันหลายฝ่ายและทำกันอย่างจริงจังในการผลักดันให้อาหารสุขภาพเป็นที่นิยมและเป็นปัจจัยหลักในการบริโภค

แนวโน้มทางการตลาด สถานการณ์ทางธุรกิจ ในการประกอบธุรกิจร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ ในกรุงเทพมหานคร ปัจจุบันมีแนวโน้มขยายตัวมากขึ้น แต่จำนวนร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพมีอยู่น้อยมาก เมื่อเปรียบเทียบกับความต้องการของกลุ่มลูกค้าที่มารับประทานอาหาร สำหรับชาวต่างชาติส่วนใหญ่มีกำลังซื้อสูง ต้องการรับประทานอาหารที่มีรสชาติดี มีคุณภาพ และต้องการรับประทานอาหารไทยแท้มากกว่าจะมุ่งเน้นเพื่อสุขภาพ อาหารไทยถือว่าเป็นอาหารสุขภาพ เพราะลักษณะของอาหารไทยมีผักและสมุนไพรที่มีประโยชน์เป็นส่วนผสม

แนวทางในการสร้างแผนพัฒนาประกอบการร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ ผู้ประกอบการ พ่อครัว/แม่ครัว รวมถึงพนักงานบริการควรมีความรู้ความเข้าใจเรื่องอาหารสุขภาพมีความรอบรู้ จำหน่ายเป็น และรู้วิธีการเลือกวัตถุดิบที่ใช้ ควรเน้นเรื่องคุณภาพของอาหาร ใช้วัตถุดิบตามฤดูกาล เป็นวัตถุดิบที่มีคุณภาพ สด สะอาด และปลอดภัย มีวิธีการเตรียมและการปรุงอาหารที่จะทำให้อาหารไทยมีคุณค่าทางโภชนาการเป็นอาหารสุขภาพมากยิ่งขึ้น ส่วนเรื่องรสชาติของอาหารสุขภาพ ต้องควบคุมให้คงที่ได้มาตรฐาน ไม่หวาน/เค็มมาก ไม่

มันมากเกินไป มีการใช้สื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ทุกช่องทาง มีการแนะนำเมนูอาหารสุขภาพให้ลูกค้าทราบถึงคุณค่าหรือสรรพคุณที่ได้รับประทาน รวมถึง อธิบายให้ลูกค้าเข้าใจถึงวัฒนธรรมการรับประทานอาหารไทย

ด้านการจัดเมนูอาหาร พิจารณาจากแนวโน้มทางการตลาดและความต้องการของผู้บริโภคเป็นสำคัญ เมนูอาหารควรมีความหลากหลาย มีการสร้างสรรค์ ออกแบบเมนูอาหารใหม่ๆเมนูที่ผู้บริโภคไม่ค่อยมีโอกาสได้รับประทาน โดยเน้นเรื่องคุณภาพอาหาร รสชาติไม่จัด เน้นรสชาติดั้งเดิมแบบไทย ไม่ใส่ผงชูรส/เครื่องปรุงแต่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เน้นผัก และส่วนผสมที่เป็นเครื่องเทศและสมุนไพร อาจเป็นอาหารไทยแบบประยุกต์ โดยผสมผสาน/ประยุกต์อาหารของภาคต่าง ๆ หรืออาหารไทยแบบพื้นบ้านมาดัดแปลงทำให้มีมูลค่าเพิ่มขึ้น

การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ ขึ้นอยู่กับขนาดของกิจการ โดยทั่วไปมีระบบการจัดการเหมือนกันโดยจะมีการแบ่งตามสัญชาติของอาหาร และมีการแยกครัวแต่ละสัญชาติออกเป็นแผนกย่อยตามประเภทของอาหาร สำหรับในครัวไทยแบ่งเป็น ครัวแกง ครัวต้ม ครัวผัด ครัวทอด ครัวยำ และครัวปิ้ง-ย่าง รวมถึงแผนกสำหรับตกแต่งหัวจาน ในการบริหารจัดการบุคลากร มีการแบ่งโครงสร้างตามลำดับความรับผิดชอบ มีระบบการบริหารจัดการตามสายงาน ได้แก่ ผู้จัดการ รองผู้จัดการ เชฟ และรองเชฟ ในแต่ละครัวมีหัวหน้าในแต่ละจุด

แนวทางในการสร้างแผนพัฒนาประกอบการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ สำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติในกรุงเทพมหานคร แยกเป็น 2 ส่วน กล่าวคือ

1) การพัฒนาผู้ประกอบการ ผู้บริหาร/ผู้จัดการ พ่อครัว/แม่ครัว และบุคลากรทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องให้มีความรู้ ความเข้าใจเรื่องอาหารสุขภาพ มีทักษะในการปฏิบัติงาน และตระหนักถึงความสำคัญในทุกขั้นตอนของการผลิตอาหารสุขภาพ

2) การพัฒนากระบวนการดำเนินงานร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวให้ได้มาตรฐาน

ทั้งนี้ปัจจัยแห่งความสำเร็จสำหรับการพัฒนาการประกอบธุรกิจร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ ที่สำคัญคือความร่วมมือระหว่างผู้ประกอบการร้านอาหาร/ภัตตาคาร ผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว และหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง

แผนการพัฒนาระบบการประกอบการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัว และร้านอาหาร /ภัตตาคารเพื่อสุขภาพสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ ในกรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

### ส่วนที่ 1 แนวคิดและหลักการของแผนการพัฒนาระบบการประกอบการ

แนวคิดและหลักการของแผนการพัฒนาระบบการประกอบการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ สำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ ในกรุงเทพมหานคร มีดังนี้

#### 1. แนวคิดเกี่ยวกับอาหารสุขภาพ (Health food conception)

อาหารสุขภาพ หมายถึง อาหารสมดุลที่มีปริมาณสารอาหารครบ 5 หมู่ และมีสัดส่วนที่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกายในแต่ละมื้อแต่ละวัน ซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อพัฒนาการร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา หรือ หมายถึง (1) อาหารที่ช่วยให้ร่างกายเกิดภูมิคุ้มกันโรค (Functional food) (2) อาหารที่เป็นพืชผักสีเขียว (Green food) (3) อาหารเพื่อสุขภาพอื่นๆ เช่น อาหารไขมันต่ำ ปราศจากน้ำตาล (Low and Light food) (สุวรรณดี ไชวรุตม์, 2544)

#### 2. แนวคิดในการพัฒนาอาหารเพื่อสุขภาพ ควรมุ่งเน้น

- 2.1 ความเป็นอาหารสมดุล
- 2.2 ความเป็นยา
- 2.3 ความสะอาดและปลอดภัย
- 2.4 ความเป็นอาหารที่ได้มาตรฐานสากล

#### 3. แนวคิดในการพัฒนาร้านอาหาร/ภัตตาคารอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ

3.1 การจัดเมนูอาหารสุขภาพ คือ การวางแผนรายการอาหารจำเป็นต้องพิจารณาปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งในแง่ของปัจจัยที่มีผลต่อการดำเนินการ และปัจจัยที่มีผลต่อผู้บริโภคควบคู่กันไป จนทำให้กิจการประสบผลสำเร็จ และได้ผลตอบแทนตามเป้าหมาย

การกำหนดมาตรฐาน 4 ด้านของเมนูสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (2554) มีดังนี้

- 1) เป็นอาหารที่ปรุงประกอบด้วยสารอาหารอย่างน้อย 4 หมู่ (ถ้าจัดให้มีหมู่ผลไม้จะครบทั้ง 5 หมู่)

2) มีปริมาณไขมันไม่เกินร้อยละ 25-30 ของการกระจายตัวของพลังงานในอาหารทั้งหมด

3) ปปรุงด้วยอาหารที่สะอาดปลอดภัยจากสารพิษปนเปื้อน

4) รสชาติไม่หวานและเค็มจัด

3.2 การปรุงอาหารสุภาพ เป็นกระบวนการสำคัญเริ่มตั้งแต่การจัดการแหล่งวัตถุดิบที่นำมาผลิตจนกระทั่งถึงกระบวนการจัดเสิร์ฟ เพื่อให้วัตถุดิบและอาหารที่ผลิตมีมาตรฐานคุณภาพด้านความสะอาดและความปลอดภัย มาตรฐานคุณภาพด้านประสาทสัมผัสที่คงที่ และมาตรฐานด้านคุณค่าทางโภชนาการ

3.3 การจัดการครัว เป็นกระบวนการที่สำคัญในการจัดวางผังภายในครัวของร้านอาหาร/ภัตตาคารตามหลักสุขาภิบาลอาหารเพื่อให้อาหารมีคุณภาพ สะอาดและปลอดภัย

### วัตถุประสงค์ของแผนการพัฒนารูปแบบการประกอบกิจการ

เพื่อสร้างแผนการพัฒนารูปแบบการประกอบกิจการร้านอาหารและภัตตาคารอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ

1. การพัฒนาระบบการจัดเมนูสุขภาพ
2. การพัฒนาระบบการปรุงอาหารสุภาพ
3. การพัฒนาระบบการจัดการครัวสุขภาพ

### ส่วนที่ 2 กระบวนการพัฒนาแผนการพัฒนารูปแบบการประกอบกิจการร้านอาหาร/ภัตตาคารอาหารเพื่อสุขภาพสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ

กระบวนการพัฒนาแผนการพัฒนารูปแบบการประกอบกิจการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ สำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย กระบวนการการพัฒนา 2 ส่วน ดังนี้

#### 1. การพัฒนาบุคลากร

กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้ประกอบการ/ผู้บริหาร พ่อครัว/แม่ครัว พนักงานบริการ กระบวนการพัฒนา คือ การให้ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารสุขภาพ ดังนี้

1.1 การส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้บริหาร ผู้ประกอบการมีความรู้ความเข้าใจอาหารสุขภาพและการเป็นร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ

1.2 การส่งเสริมให้พ่อครัว/แม่ครัวมีความรู้ความเข้าใจด้านโภชนาการ อาหารสุขภาพ การจัดการครัวตามมาตรฐานสากล การจัดเมนูอาหารและการปรุงอาหารสุภาพ

1.3 การส่งเสริมให้พนักงานมีความรู้ความเข้าใจอาหารสุขภาพ และประโยชน์ของอาหารสุขภาพ

วิธีการพัฒนาบุคลากรในส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ควรประกอบด้วย

1) การจัดหลักสูตรฝึกอบรมเฉพาะเพื่อพัฒนาผู้ประกอบการให้มีความรู้ความเข้าใจเรื่องอาหารสุขภาพ

2) การจัดหลักสูตรวิชาที่พระยาศาสตร์เรื่องสุขภาพลักษณะอนามัยส่วนบุคคลเพื่อให้ความรู้แก่ผู้ที่สนใจประกอบอาชีพด้านอาหารทั้งระดับอาชีวศึกษาและระดับอุดมศึกษา

3) การจัดหลักสูตรต่อเนื่องสำหรับพ่อครัว/แม่ครัวเพื่อเป็นการต่อยอดความรู้

4) การจัดหลักสูตรเรื่องโภชนาการและอาหารสุขภาพในโรงเรียนตั้งแต่ระดับอนุบาลจนกระทั่งถึงมัธยมปลาย

5) ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน ควรมีการจัดกิจกรรมประชุม สัมมนา แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และการอบรมเชิงปฏิบัติการต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ประกอบการร้านอาหาร/ภัตตาคารได้มีความรู้ความเข้าใจ และการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสถานประกอบการที่เป็น best practice

6) ภาครัฐควรมีการกระตุ้น รณรงค์ในการสนับสนุน รวมทั้งการออกกฎหมายเกี่ยวกับการคุ้มครองผู้บริโภคด้านสุขภาพให้ชัดเจน รวมทั้งกฎหมายข้อบังคับในการกำกับติดตามดูแลร้านอาหารและภัตตาคารที่ได้มาตรฐานทั้งในเรื่องของความสะอาดปลอดภัยให้เข้มงวดเพิ่มขึ้น

## 2. การพัฒนาด้านกระบวนการ

2.1 การพัฒนาการจัดเมนูอาหารสุขภาพ ควรมีกระบวนการพัฒนาที่เน้นการจัดเมนูอาหารไทยทั้งแบบไทยแท้และแบบไทยประยุกต์เพื่อสุขภาพ โดยเน้นรสชาติแบบไทย มีรสชาติคั้งที่ เน้นประโยชน์ต่อสุขภาพและสรรพคุณทางยา และต้องเป็นเมนูที่เหมาะสมกับความต้องการของลูกค้าแต่ละกลุ่ม

กระบวนการพัฒนาการจัดเมนูอาหารสุขภาพ ควรมีกระบวนการดังนี้

1) กระบวนการคัดเลือกบุคลากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญด้านอาหารและโภชนาการเพื่อปฏิบัติงานในส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

2) การจัดหลักสูตรฝึกอบรมด้านการกำหนดเมนูอาหารสุขภาพสำหรับผู้ปฏิบัติงานตั้งแต่ระดับต้น ระดับกลางและระดับสูง

3) การสอบวัดมาตรฐานความรู้และทักษะด้านความรู้ ความเข้าใจการจัดเมนู และการปรุงอาหารสุภาพในทุกระดับจากสมาคมวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง

4) การให้ทุนฝึกอบรมด้านการจัดการร้านอาหาร/ภัตตาคารอาหารเพื่อสุภาพแก่ผู้ประกอบการที่สนใจโดยการสนับสนุนจากภาครัฐ

5) การออกไปรับรองมาตรฐานจากภาครัฐหรือจากสมาคมวิชาชีพให้แก่ร้านอาหาร/ภัตตาคารที่มีการจัดจำหน่ายอาหารเพื่อสุภาพที่ได้มาตรฐาน

6) การเสนอเมนูสุภาพต้องเป็นเมนูที่มีคุณค่าทางโภชนาการ รวมถึงสรรพคุณทางยาที่สามารถมีแหล่งอ้างอิงได้ เน้นรสชาติแบบไทย คำนึงถึงความสะอาดและปลอดภัยของผู้บริโภคในการรับประทานรวมทั้งรูปลักษณะในการจัดเสิร์ฟที่เป็นเอกลักษณ์และไม่ทำให้ทางร้านมีต้นทุนในการผลิตที่เพิ่มขึ้น

7) การรณรงค์จากทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคการศึกษา เพื่อให้ผู้ประกอบการและผู้บริโภคมีความตระหนักในการผลิตและการบริโภคอาหารเพื่อสุภาพเพิ่มมากขึ้น โดยการจัดกิจกรรมการประกวด/แข่งขัน รณรงค์ส่งเสริมเมนูอาหารสุภาพ และร้านอาหารเพื่อสุภาพขึ้น

**2.2 การพัฒนาการปรุงอาหารสุภาพ** ควรมีกระบวนการพัฒนาที่มุ่งเน้นการคัดสรรคุณภาพวัตถุดิบต้องมีคุณภาพสดใหม่ สะอาดและปลอดภัย และมุ่งเน้นกระบวนการปรุงเพื่อให้ได้อาหารที่มีคุณภาพ ได้แก่ ลักษณะภายนอกของอาหาร รสชาติ ความสะอาดและความปลอดภัย

กระบวนการพัฒนาการปรุงอาหารเพื่อสุภาพ ควรมีกระบวนการดังนี้

1) ภาครัฐต้องมีการควบคุมแหล่งเพาะปลูกและแหล่งผลิตวัตถุดิบอาหารที่ได้มาตรฐาน รวมทั้งมีการตรวจสอบและรับรองความสะอาดและปลอดภัยของแหล่งผลิต และวัตถุดิบอาหารที่ได้มาตรฐานอย่างเข้มงวด

2) การควบคุม ติดตาม ตรวจสอบจากเจ้าหน้าที่ของรัฐเรื่องของกฎระเบียบต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการคุ้มครองผู้บริโภคเรื่องของสุภาพและความปลอดภัยของอาหาร

3) กระบวนการจัดหาแหล่งจัดจำหน่าย และการคัดเลือกวัตถุดิบของผู้ประกอบการ ที่ได้มาตรฐานโดยต้องมีการรับรองมาตรฐานความสะอาดปลอดภัยของอาหาร

4) กระบวนการควบคุม ตรวจสอบ และจัดเก็บวัตถุดิบหลังจากที่มีการส่งมอบจากซัพพลายเออร์ ที่ได้มาตรฐานเพื่อรักษาคุณภาพของวัตถุดิบ

5) การจัดทำสูตรมาตรฐานของอาหารประเภทต่าง ๆ โดยมีนักโภชนาการ หรือผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารและโภชนาการเป็นที่ปรึกษา และมีเชฟเป็นผู้ควบคุมมาตรฐานด้านความคงที่ของรสชาติและลักษณะรูปร่างหน้าตาของอาหาร

6) การปรุงอาหารที่ถูกต้องหลักโภชนาการและสุขาภิบาล จากพ่อครัว/แม่ครัวที่ได้มีการผ่านการรับรองการอบรมหลักสูตรอาหารสุภาพ

**2.3 การพัฒนากระบวนการจัดการครัว** เน้นการวางแผนครัว การจัดการด้านเครื่องมืออุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในครัวตามมาตรฐานสากล รวมทั้งการวางระบบโครงสร้างการปฏิบัติงานภายในครัว โดยเน้นเรื่องสุขาภิบาลอาหารและความปลอดภัย ควรมีการพัฒนากระบวนการจัดการครัว ดังนี้

1) การออกแบบและติดตั้งวางระบบครัวโดยผู้ออกแบบติดตั้งระบบครัวที่ได้มาตรฐานและเชื่อถือได้

2) การจัดการระบบน้ำดื่มและน้ำใช้ภายในครัวที่ได้มาตรฐาน

3) การคัดเลือก จัดวาง และจัดเก็บอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ภายในครัวที่สะอาด เป็นระเบียบ และได้มาตรฐานสากล

4) การจัดและควบคุมความสะอาดของครัวให้ปลอดภัยจากเชื้อโรค พยาธิและสารเคมีที่เป็นอันตราย รวมทั้งมีระบบการควบคุมสัตว์และแมลงนำโรค

5) การอบรมให้ความรู้แก่พนักงานเรื่องของสุขอนามัยผู้ปรุง / สุขอนามัยพนักงาน สุขาภิบาลในสถานที่ปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง

6) ผู้ประกอบการ/ผู้บริหารให้ความสำคัญและมีนโยบายที่ชัดเจนในการจัดแบ่งโครงสร้างการบริหารจัดการครัวอย่างเป็นระบบเพื่อให้ได้ตามมาตรฐานสากล

### ส่วนที่ 3 เงื่อนไขของความสำเร็จในการพัฒนาเป็นร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ

1. ผู้ประกอบการต้องมีความรอบรู้ ทักษะ ประสบการณ์ และความชำนาญทางด้านอาหาร รวมทั้งมีประสาทสัมผัสการชิมที่ดี

2. พ่อครัวแม่ครัวต้องมีความรู้เรื่องอาหารสุขภาพและโภชนาการ การจัดเมนูสุขภาพ การปรุงอาหารสุขภาพ และการจัดการครัวเพื่อสุขภาพ

3. การสื่อสารประชาสัมพันธ์เพื่อให้ผู้บริโภคมีความรู้และความเข้าใจอาหารสุขภาพ โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวที่ชาวต่างชาติเน้นเรื่อง ความสะอาดปลอดภัย คุณค่าทางโภชนาการและสรรพคุณทางยาของเมนูอาหารไทย

4. การพัฒนาการประกอบธุรกิจร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างผู้ประกอบการร้านอาหาร/ภัตตาคาร ผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว และหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้อง

### การอภิปรายผล

จากผลการวิจัยที่สรุปข้างต้น ผู้วิจัยอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ตามลำดับดังนี้

#### 1. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติในกรุงเทพมหานคร การเลือกร้านอาหาร/ภัตตาคาร และรายการอาหารเพื่อสุขภาพ

ปัจจัยในการตัดสินใจเลือกร้านอาหารของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติในกรุงเทพมหานคร ให้ความสำคัญโดยรวมค่อนข้างมาก โดยเรื่องรสชาติดี มีความสำคัญมากเป็นอันดับแรก สอดคล้องกับผลวิจัยของจารุณี ทรงยศ (2551) ได้ศึกษาเรื่อง การส่งเสริมการตลาดของร้านอาหารไทย สำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ กรณีศึกษาจังหวัดภูเก็ต พบว่าเหตุผลที่เลือกใช้บริการร้านอาหารเพื่อต้องการรับประทานอาหารไทยและรสชาติของอาหาร รองลงมา 2 เรื่อง มีความสำคัญมาก ได้แก่ เรื่องการบริการดี และราคาสมเหตุสมผล สำหรับเรื่องความสะดวกรวดเร็ว ทำเลที่ตั้งอยู่ใกล้ อาหารสุขภาพ และเรื่องอื่นๆ มีความสำคัญค่อนข้างมาก ตามลำดับ สำหรับการตกแต่งร้านโดดเด่นมีความสำคัญปานกลาง และอันดับสุดท้ายเป็นเรื่องกิจกรรมพิเศษ มีความสำคัญค่อนข้างน้อย สอดคล้องกับผลการวิจัย ของเพลินใจ ตั้งคณะกุล และคณะ (2547) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารไทยสุขภาพ เสริมยุทธศาสตร์ครัวไทยสู่โลก ที่พบว่า การเสริมยุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาอาหารไทยสุขภาพ ภาพลักษณ์ที่ต้องให้ความสำคัญของการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารไทยสุขภาพเสริมยุทธศาสตร์ครัวไทยสู่โลก คือ เรื่องของ รสชาติ ราคา คุณค่าต่อสุขภาพ (Health foods) อีกทั้งจะต้องมีความสะดวกในการบริโภค

พฤติกรรมการบริโภคอาหารสุขภาพของนักท่องเที่ยวต่างชาติพบว่ารับประทานอาหารสุขภาพโดยรวมค่อนข้างมาก โดยรับประทานอาหารสุขภาพในสามมื้อหลักค่อนข้างมากตามลำดับ คือ มื้อเย็น มื้อกลางวัน และมื้อเช้า ส่วนมื้ออื่นๆ มีการรับประทานอาหารสุขภาพในระดับปานกลาง สอดคล้องกับผลวิจัยของจารุณี ทรงยศ (2551) ได้ศึกษาเรื่อง การส่งเสริมการตลาดของร้านอาหารไทย สำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติ กรณีศึกษาจังหวัดภูเก็ต พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เลือกใช้บริการร้านอาหาร ช่วงเวลา 18.01 – 20.00 น. และผลวิจัยของกัญญารัตน์ ถนนอมแสง (2551) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย พบว่า มื้อที่รับประทานอาหารไทยมากที่สุดคือมื้อเย็น ร้อยละ 47.4

และนิยมรับประทานในภัตตาคารอาหารไทย ร้อยละ 44.4 ส่วนประเภทอาหารไทยที่นักท่องเที่ยวรับประทานมากที่สุด คือ อาหารจานเดียว ร้อยละ 43.5 เหตุผลที่ทำให้เลือกรับประทานอาหารสุขภาพโดยรวมมีความสำคัญค่อนข้างมาก อันดับแรก คือ การมีสุขภาพดี มีความสำคัญมาก เหตุผลรองลงมาที่มีความสำคัญปานกลาง ได้แก่ การควบคุมน้ำหนัก และการป้องกันโคภัยไข้เจ็บ ส่วนเหตุผลอื่นๆ การแพ้อาหาร และการเพิ่มสมรรถภาพทางเพศ ในระดับปานกลาง ตามลำดับ และอันดับสุดท้ายเป็นข้อจำกัดด้านเชื้อชาติและศาสนา มีความสำคัญค่อนข้างน้อย สอดคล้องกับผลการวิจัยของ อัญชนีย์ อุทัยพัฒนาชีพ และคณะ (2548) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ศักยภาพอาหารไทย ควบคุมน้ำหนักเพื่อส่งเสริมครัวไทยสู่โลก โดยสรุปสาระสำคัญประการหนึ่งไว้ว่า อาหารไทยเป็นอาหารที่เหมาะสมกับสุขภาพ เพราะประกอบด้วยความหลากหลายของชนิดอาหารในแต่ละมื้อ ประกอบกับวิธีการปรุงประกอบอาหารซึ่งมีวิธีการหลายวิธี มีปริมาณพลังงานจากอาหารไม่มากเกินไปและสัดส่วนของพลังงานจากสารอาหารหลักอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม นอกจากนี้อาหารไทยยังประกอบด้วยพืชผักผลไม้ค่อนข้างมาก ซึ่งนอกจากให้วิตามินแร่ธาตุแล้วยังมีสารต้านการออกซิเดชัน (Antioxidants) ได้แก่ วิตามินซี วิตามินอี เบต้าแคโรทีน โพลีฟีนอล และฟลาโวนอยด์ จึงถือว่าอาหารไทยเป็นอาหารสุขภาพมีศักยภาพในการเป็นอาหารควบคุมน้ำหนักได้

ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพใน 8 ด้าน พบว่า โดยรวมมีความสำคัญค่อนข้างมาก อันดับแรกที่มีความสำคัญมาก คือ ด้านคุณภาพ รองลงมาที่มีความสำคัญค่อนข้างมาก 6 ด้าน ได้แก่ ด้านมาตรฐานความคงที่ ด้านความสะดวกและสุขอนามัย ด้านเอกลักษณ์ของอาหาร ด้านระดับการบริการและประสิทธิภาพ ด้านบรรยากาศและสถานที่ และด้านความปลอดภัยและอื่นๆ ตามลำดับ อันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลาง คือ ด้านความต้องการคุณค่าทางโภชนาการ

**ด้านคุณภาพอาหาร** โดยรวมเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพที่มีความสำคัญอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า อันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมาก คือ รสชาติดี รองลงมาที่มีความสำคัญในระดับมาก 3 เรื่องตามลำดับได้แก่ ความสด ความสะดวกของอาหาร และความปลอดภัยของอาหาร ส่วนเรื่องที่มีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 3 เรื่อง ได้แก่ คุณค่าทางโภชนาการ อาหารไขมันต่ำ/ปราศจากน้ำตาล และอาหารอินทรีย์ สอดคล้องกับผลวิจัยของ กัญญารัตน์ ถนอมแสง (2551) เรื่อง ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย พบว่านักท่องเที่ยวต่างชาติมีความพึงพอใจต่ออาหารไทยในด้านรสชาติของอาหารมาก

**ด้านความต้องการคุณค่าทางโภชนาการ** โดยรวม มีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพที่อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาในรายชื่อพบว่า อันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก คือ มีใยอาหารสูง รองลงมาที่มีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 2 เรื่อง ได้แก่ น้ำตาลต่ำ/ปราศจากน้ำตาล และไขมันต่ำ/ปราศจากไขมัน สำหรับเรื่องอื่นๆ นอกจากนี้มีความสำคัญระดับปานกลาง ได้แก่ พลังงานโดยรวมจากไขมัน พลังงานโดยรวมจากโปรตีน คอเลสเตอรอลต่ำ/ไม่มีคอเรสเตอรอล เกลือและโซเดียมต่ำ/ปราศจากเกลือและโซเดียม และพลังงานโดยรวมทั้งหมดต่อจาน ตามลำดับ สอดคล้องกับผลวิจัยของ กัญญารัตน์ ถนอมแสง (2551) เรื่อง ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย พบว่าในด้านคุณประโยชน์ของอาหารไทย นักท่องเที่ยวมีความพึงพอใจต่ออาหารไทยที่มีส่วนประกอบของสมุนไพร วิธีการปรุงและคุณค่าทางโภชนาการอยู่ในระดับมาก

**ด้านมาตรฐานความคงที่** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายชื่อ พบว่ามาตรฐานความคงที่ ของสามอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมากตามลำดับเป็นเรื่อง รสชาติ กลิ่น และรูปลักษณ์ส่วนที่เหลือรองลงมา มีความสำคัญในระดับค่อนข้างมากทุกเรื่อง ได้แก่ อุณหภูมิของอาหาร เนื้อสัมผัส ปริมาณอาหารที่เสิร์ฟต่อ 1 ที่ และรูปร่าง/ขนาดของวัตถุดิบ ตามลำดับ ในประเด็นนี้เป็นจุดอ่อนของอาหารไทย ดังที่ รวีโรจน์ อนันตธนาชัย (2553) กล่าวไว้ว่า จุดอ่อนของอาหารไทย ที่ควรได้รับการแก้ไขปรับปรุง และพัฒนาให้เป็นอาหารที่ได้มาตรฐานสากลทั้งมาตรฐานคุณภาพด้านประสาทสัมผัส เช่น มีรสชาติตามมาตรฐาน

**ด้านเอกลักษณ์ของอาหาร** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายชื่อพบว่า สามอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก คือ การนำเสนอประสบการณ์ร้านอาหารที่แตกต่าง อาหารประจำชาติ และคุณค่าทางโภชนาการ อันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลาง คือ เรื่องรายการอาหารพิเศษ สอดคล้องกับผลวิจัยของ กัญญารัตน์ ถนอมแสง (2551) เรื่อง ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย พบว่าในด้านรูปลักษณ์สีกลิ่นการตกแต่ง นักท่องเที่ยวมีความพึงพอใจในการจัดแต่งจานให้มีสีสันและการแกะสลักผักผลไม้ในการตกแต่งอยู่ในระดับมาก และผลวิจัยของ สมศรี เจริญเกียรติกุล และคณะ (2548) เรื่อง การพัฒนาชุดสำรับอาหารไทยเพื่อสุขภาพ พบว่า วัฒนธรรมการบริโภคอาหารเป็นสำรับแบบไทย เป็นเอกลักษณ์ซึ่งมีประโยชน์ด้านสุขภาพแฝงอยู่

**ด้านบรรยากาศและสถานที่** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพ อยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่าทุกข้อมีความสำคัญอยู่ในระดับค่อนข้างมาก อันดับแรกคือ อุดมภูมิห้องอาหาร รองลงมาเป็นเรื่อง โต๊ะเก้าอี้ถูกสุขลักษณะในการนั่ง การป้องกันเสียงรบกวนจากภายนอก การพูดจาของพนักงานให้บริการ และการเก็บเสียงของห้องครัวเป็นอันดับสุดท้าย สอดคล้องกับผลวิจัยของ มาร์ค ทิพยมานูตร และคนอื่นๆ (2548) เรื่อง แผนธุรกิจของร้านอาหารไทย “ครัวคุณหญิงจิบ” ณ ถนนราชพฤกษ์ กรุงเทพมหานคร ซึ่งพบว่าการทำให้ลูกค้าประทับใจมาใช้บริการซ้ำ เรื่องหนึ่งคือบรรยากาศภายในร้านต้องให้ความรู้สึกที่สบายและเป็นกันเอง ผ่อนคลายและปลอดภัย เพราะการรับประทานอาหารนอกบ้านเป็นส่วนหนึ่งที่เป็นการพักผ่อนและเวลาสั้นๆของการของครอบครัวและเพื่อนฝูง

**ด้านระดับการบริการและประสิทธิภาพ** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า สองอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมาก คือ การบริการรวดเร็วฉับไว และพนักงานมีความรู้ในการแนะนำรายการอาหาร รองลงมามีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 8 เรื่อง ได้แก่ ความรวดเร็วในการส่งอาหาร ความกระตือรือร้นในการต้อนรับลูกค้า จิตวิญญาณการให้บริการของพนักงาน การขจัดข้อโต้แย้งจากลูกค้า ไม่กดดันให้ลูกค้าจ่ายทิป การแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ระบบการจองผ่านโทรศัพท์ และการต้อนรับเมื่อมาถึงร้านอาหาร และสามอันดับสุดท้ายมีความสำคัญระดับปานกลาง ตามลำดับ ได้แก่ เรื่อง การอธิบายเมนูอาหารได้ มีสมุดแสดงรายการค่าอาหารต่อลูกค้า และการจำชื่อได้ สอดคล้องกับผลวิจัยของ มาร์ค ทิพยมานูตร และคนอื่นๆ (2548) เรื่อง แผนธุรกิจของร้านอาหารไทย “ครัวคุณหญิงจิบ” ณ ถนนราชพฤกษ์ กรุงเทพมหานคร ซึ่งพบว่าการบริการให้ลูกค้าประทับใจมาใช้บริการซ้ำและการบริการต้องรวดเร็วถูกต้องแม่นยำและมีความสุข

**ด้านความสะอาดและสุขอนามัย** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า สามอันดับแรกมีความสำคัญอยู่ในระดับมาก คือ สุขอนามัยของพนักงาน ภาชนะแก้วและผ้าสะอาด และห้องน้ำสะอาดและมีกลิ่นหอม ตามลำดับ รองลงมามีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก 4 เรื่อง ได้แก่ เมนูอาหารที่สะอาด เฟอร์นิเจอร์อยู่ในสภาพการใช้นานดี ช้อน/ส้อมสะอาดมันวาว และ ด้ามจับเครื่องใช้แข็งแรง ยึดติดกับฐาน ตามลำดับ อันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลางเป็นเรื่อง ผ้าเช็ดมือที่สะอาด สอดคล้องกับผลวิจัยของ มาร์ค ทิพยมานูตร และคนอื่นๆ (2548) เรื่อง แผนธุรกิจของร้านอาหารไทย “ครัวคุณหญิงจิบ” ณ ถนนราชพฤกษ์ กรุงเทพมหานคร ซึ่งพบว่าการทำธุรกิจร้านอาหารให้ประสบความสำเร็จจะต้องมีปัจจัย คือ ผลិតภัณฑ์ที่ต้องมีคุณภาพทั้งด้านรสชาติและความสะอาด

โดยจะต้องให้ความสำคัญตั้งแต่การคัดเลือกวัตถุดิบอย่างพิถีพิถันให้ถูกต้องตามลักษณะของอาหารแต่ละชนิด การปรุงประกอบอาหารที่สงวนคุณค่าให้อาหารออกมารสชาติอร่อยมีความสวยงามและมีศิลปะในการจัดวางรูปแบบอาหารในงาน

**ด้านความปลอดภัยและอื่นๆ** โดยรวมมีความสำคัญต่อการเลือกร้านอาหารสุขภาพอยู่ในระดับค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า สามอันดับแรกมีความสำคัญในระดับค่อนข้างมาก ได้แก่เรื่อง ไม่มีสิ่งปนเปื้อนในอาหาร มีค่าเตือนติดบริเวณเครื่องใช้ที่มีความร้อน และประตูหนีไฟ ตามลำดับ สำหรับเรื่องการนำแขกไปนั่งที่โต๊ะอาหาร จัดเป็นอันดับสุดท้ายมีความสำคัญในระดับปานกลาง

ในประเด็นต่างๆ ข้างต้น รวีโรจน์ อนันตธนาชัย (2553) กล่าวไว้ว่า จุดอ่อนของอาหารไทย ที่ควรได้รับการแก้ไข ปรับปรุง และพัฒนาให้เป็นอาหารที่ได้มาตรฐานสากล ในด้านความสะอาดและความปลอดภัย ในการแก้ไข จำเป็นต้องบูรณาการองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเข้ากับวัฒนธรรมอาหารไทย ซึ่งต้องทำทั้งระบบ เริ่มตั้งแต่การผลิตวัตถุดิบอาหารไทย (การเกษตร) ไม่ว่าจะเป็นเครื่องเทศ เครื่องปรุง การจัดการวัตถุดิบอาหาร ตำรับอาหาร (recipe) กรรมวิธีการประกอบอาหาร การบรรจุและการเก็บรักษา ตลอดจนการให้บริการอาหารไทย ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายไม่ว่าจะเป็นหน่วยงานหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เช่น ผู้บริหารหน่วยงาน นักวิชาการเกษตร เกษตรกร ผู้บริหารสถานประกอบการ ผู้ประกอบการ (พ่อครัว แม่ครัว) ผู้ให้บริการอาหาร นักวิทยาศาสตร์การอาหารนักโภชนาการ ทุกฝ่ายควรร่วมมือกันตามบทบาท การพัฒนาอาหารไทยให้เป็นอาหารที่ได้มาตรฐานสากล โดยเฉพาะมาตรฐานในด้านความสะอาดและความปลอดภัย มาตรฐานคุณภาพด้านประสาทสัมผัสที่คงที่ ด้านคุณค่าทางโภชนาการ เป็นต้น ซึ่งปัจจุบันหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชนต่างให้ความสำคัญ และได้มีการดำเนินการในเรื่องนี้อย่างจริงจัง ดังที่ปรากฏให้เห็นว่ามีการควบคุมคุณภาพอาหาร มีการฝึกอบรมผู้ประกอบการอาหารไทยทั้งในประเทศและผู้ที่จะไปประกอบอาหารไทยในต่างประเทศ มีการรณรงค์ส่งเสริมผู้ประกอบการให้มีการปรับปรุงและพัฒนาให้อาหารไทยมีคุณภาพได้มาตรฐานสากล โดยให้มีการบูรณาการองค์ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เข้าไปในกระบวนการผลิตและจัดปรุงอาหารไทยทุกขั้นตอน

การเลือกรายการอาหารสุขภาพและรูปแบบการบริการในความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามโดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับค่อนข้างมาก และในรายทุกด้านมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับค่อนข้างมาก ประเภทรายการอาหารที่นิยม พบว่า สองอันดับแรกได้รับความนิยมน้อยกว่าคือ อาหารจานเดียว และ อาหารชุด (ประกอบด้วยกับข้าวและเครื่องเคียงหลายจาน) รองลงมาทุก

ประเภทมีความนิยมในระดับปานกลาง ได้แก่ รายการอาหารพิเศษ อาหารชุด (อาหารเรียกน้ำย่อย+อาหารจานหลัก+ของหวาน) อาหารบุฟเฟ่ต์ อาหารตามร้านค้าข้างทาง และอื่นๆ ตามลำดับ สอดคล้องกับผลวิจัยของ กัญญารัตน์ ถนอมแสง (2551) เรื่อง ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย พบว่านักท่องเที่ยวชาวต่างชาตินิยมรับประทานอาหารไทยในภัตตาคาร มากที่สุด คือ อาหารจานเดียว ร้อยละ 43.5

เกณฑ์ที่สำคัญในการเลือกอาหาร พบว่า ทุกเกณฑ์ที่มีความสำคัญค่อนข้างมาก เรียงตามลำดับ ได้แก่ ราคาอาหารต่อจาน เป็นอาหารท้องถิ่น เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นอาหารที่มีชื่อเสียง อาหารมีเอกลักษณ์ และอื่นๆ ส่วนประเภทของอาหารที่นิยมเลือกเพื่อสุขภาพ พบว่า สามอันดับแรกมีความนิยมในระดับมาก คือ ผัก ผลไม้ สมุนไพรและสายพันธุ์ และ ปลา รongลงมาทุกประเภทได้รับความนิยมในระดับค่อนข้างมาก ได้แก่ อาหารทะเล ข้าว/ธัญพืช พืชตระกูลถั่ว/ถั่ว/เมล็ดพันธุ์พืช อื่นๆ เนื้อสัตว์ และ สัตว์ปีก ตามลำดับ ประเภทของการปรุงอาหารที่นิยมเลือกเพื่อสุขภาพ พบว่า สามอันดับแรกมีความนิยมในระดับมาก คือ สลัด การนึ่ง และการย่าง/ต้ม รongลงมาทุกประเภทได้รับความนิยมในระดับค่อนข้างมาก ได้แก่ แกงกะหรี่ การตุ๋น แกง การทอด การทอดโดยใช้น้ำมันน้อย และอื่นๆ ตามลำดับ และประเภทของร้านอาหารที่นิยมใช้บริการ พบว่า ประเภทของร้านอาหารอันดับแรกๆ ที่ได้รับความนิยมในระดับมาก คือ ร้านอาหารท้องถิ่น รongลงมาเป็นร้านอาหารเพื่อสุขภาพ และร้านอาหารประเภทอื่นๆ ได้รับความนิยมในระดับค่อนข้างมาก ตามลำดับ อันดับสุดท้ายเป็นร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด ได้รับความนิยมระดับปานกลาง สอดคล้องกับผลวิจัยของพรเทพ อนุสรณินดีสาร และคณะ (2548, บทคัดย่อ) เรื่องโครงการจัดทำระบบสารสนเทศแบบเว็บ เพื่อการจัดหาวัตถุดิบ เครื่องปรุง เครื่องใช้และอุปกรณ์ตกแต่งสำหรับร้านอาหารไทยในต่างประเทศ ในปัจจุบันชาวต่างชาติมีความต้องการอาหารไทยในระดับสูง และชอบรับประทานอาหารไทยแบบตำรับไทยแท้ การตกแต่งร้านด้วยบรรยากาศไทย และตกแต่งจานอาหารด้วยงานแกะสลักผัก / ผลไม้ ยังจำเป็นและแสดงให้เห็นว่าคนไทยเป็นผู้ปรุงอาหาร หรือเจ้าของร้านเป็นคนไทย การเข้ามาส่งเสริมครัวไทยสู่ครัวโลกของรัฐบาลมีบทบาทสำคัญและควรต่อเนื่อง และสุรัชย์ จิวเจริญสกุล (2548) ในการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการสร้างระบบธุรกิจร้านอาหารไทยมืออาชีพ ได้เสนอว่ารูปแบบการสร้างระบบธุรกิจร้านอาหารไทยมืออาชีพ ที่สำคัญส่วนหนึ่งคือการผลักดันให้ธุรกิจประสบความสำเร็จ (Empower to Become Success) มีหลักการพิจารณาปัจจัยควบคุมจากภายนอกที่จะทำให้ร้านอาหารไทยประสบความสำเร็จตามลำดับ เช่น การประหยัดตรวจสอบราคาสินค้าควบคุมค่าใช้จ่ายต่างๆ ตัดส่วนที่ไม่จำเป็น ใช้วัตถุดิบตามฤดูกาล และการปรับเปลี่ยนเมนูอาหารเพื่อลดต้นทุน

## 2. แนวโน้มทางการตลาด สถานการณ์ทางธุรกิจ และแนวทางในการพัฒนาในการประกอบธุรกิจร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ ในกรุงเทพมหานคร

ปัจจุบันตลาดผู้บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมีการขยายตัวมากขึ้น แต่จำนวนร้านอาหารและภัตตาคารเพื่อสุขภาพในประเทศไทยยังมีอยู่น้อยมาก เมื่อเปรียบเทียบกับความต้องการของกลุ่มลูกค้าที่มารับประทานอาหาร เนื่องจากผู้ประกอบการส่วนใหญ่ยังไม่เข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดของคำว่า “อาหารสุขภาพ” และการทำ “ร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ” ส่วนใหญ่มักคิดว่าเป็นการทำร้านอาหารที่ขายเฉพาะอาหารเจหรืออาหารมังสวิวัต จึงไม่ได้ให้ความสำคัญเนื่องจากคิดว่าลูกค้าที่มารับประทานอาหารประเภทนี้มีเป็นจำนวนน้อยไม่คุ้มค่ากับการลงทุนจึงทำให้ร้านอาหารที่ขายอาหารเพื่อสุขภาพซึ่งไม่ใช่ร้านที่ขายอาหารvegetarianยังมีอยู่เป็นจำนวนน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับกระแสความต้องการของผู้บริโภคยุคใหม่ที่ต้องการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพที่ไม่ใช่เพียงอาหารเจหรืออาหารมังสวิวัต

สำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติส่วนใหญ่ที่มาเที่ยวในประเทศไทยต้องการรับประทานอาหารไทยแท้มากกว่าจะมุ่งเน้นเพื่อสุขภาพ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากอาหารไทยโดยปกติเป็นที่รู้จักกันดีในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติว่าเป็นอาหารสุขภาพอยู่แล้ว ดังนั้นจุดประสงค์หลักของนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ที่ต้องการมารับประทานอาหารไทยจึงมุ่งเน้นไปที่การแสวงหาอาหารไทยที่มีรสชาติแบบไทยแท้ ส่วนสาเหตุที่อาหารไทยถือว่าเป็นอาหารสุขภาพ เพราะว่าคุณลักษณะของอาหารไทยมีผักและสมุนไพรที่มีประโยชน์เป็นส่วนผสม อาหารส่วนใหญ่มีไขมันต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับ ทัศนคติ (2551) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่มีต่ออาหารไทย พบว่า นักท่องเที่ยวมีความพึงพอใจด้านรสชาติของอาหารไทย และด้านคุณประโยชน์ของอาหารไทยในแง่ของอาหารไทยมีส่วนประกอบของสมุนไพร วิธีการปรุงและคุณค่าทางโภชนาการอยู่ในระดับมาก

การประกอบร้านอาหาร/ภัตตาคารอาหารเพื่อสุขภาพ ผู้ประกอบการต้องเน้นเรื่องความสด ความสะอาดของวัตถุดิบ และวิธีการเตรียมอาหารจะทำให้อาหารไทยกลายเป็นอาหารที่เป็นสุขภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ รวีโรจน์ อนันตธนาชัย (2553) กล่าวว่า แนวทางการพัฒนาอาหารไทยเพื่อสุขภาพต้องพัฒนาให้อาหารไทยเป็นอาหารที่ได้มาตรฐานสากล โดยเฉพาะมาตรฐานในด้านความสะอาดและความปลอดภัย มาตรฐานคุณภาพด้านประสาทสัมผัสที่คงที่ ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ตั้งแต่กระบวนการผลิตและจัดปรุงอาหารไทยทุกขั้นตอน เริ่มตั้งแต่กระบวนการผลิตวัตถุดิบอาหารไทย กระบวนการจัดการวัตถุดิบอาหาร การปรับปรุงและพัฒนาตำรับอาหาร หลักการและเทคนิคการประกอบอาหาร การบรรจุและการเก็บรักษา รวมทั้งการ

ให้บริการอาหารไทย ให้ได้มาตรฐานสากลและประสบความสำเร็จในการนำอาหารไทยสู่ครัวโลกต่อไป

ส่วนเรื่องรสชาติของอาหารสุขภาพ คือ ต้องเน้นไม่มันมาก ไม่หวานมาก นอกจากนั้น วัตถุดิบอาหารต้องดีเพื่อให้ได้อาหารที่มีคุณภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ สุวรรณดี ไชวรุตม์ (2544) กล่าวว่า อาหารสุขภาพ (Health food) คืออาหารที่มีสารอาหารครบหมวดหมู่ ซึ่งมีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อพัฒนาการร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา เป็นอาหารที่ช่วยให้ร่างกายเกิดภูมิคุ้มกันโรค (Functional food) เป็นอาหารที่เป็นพืชผักสีเขียว (Green food) และเป็นอาหารเพื่อสุขภาพอื่นๆ เช่น อาหารไขมันต่ำ ปราศจากน้ำตาล (Low and Light food) ดังนั้นในการจัดบริการอาหารไทยเพื่อสุขภาพเพื่อขายนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติมีโอกาสในการประสบความสำเร็จสูงเนื่องจากนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติมีกำลังซื้อสูง ดังนั้นราคาไม่ใช่ปัจจัยสำคัญในการตัดสินใจรับประทานอาหาร แต่ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจในการเลือกรับประทานอาหาร คือ คุณภาพของอาหาร นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติส่วนใหญ่ต้องการอาหารที่มีคุณภาพและรสชาติที่ดี

ส่วนด้านเมนูอาหารมีความสำคัญ คือ ทางร้านต้องเน้นให้มีความหลากหลาย ไม่จำเจ เพราะการทำการตลาดแบบเดิมจะไม่สามารถตามคู่แข่งได้ทัน ต้องมีการปรับเปลี่ยน มีการสร้างสรรค์ (create) และการออกแบบ (design) เมนูอาหารใหม่ ๆ ให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้บริโภค มีการใช้สื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ทุกช่องทาง ถ้าลูกค้าต้องการอาหารสุขภาพสามารถจัดตามคำขอ หรือทางร้านมีเมนูชุดพิเศษไว้บริการเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคได้ทุกรูปแบบ ซึ่งสอดคล้องกับ Gronroos (1990) ได้กล่าวถึงการกำหนดกลยุทธ์การจัดการธุรกิจร้านอาหาร/ภัตตาคาร จะต้องกำหนดว่าอะไรที่ผู้รับบริการต้องการ หรืออะไรคือตลาดบริการของภัตตาคารของตนที่ตนจะทำได้ดีที่สุดที่จะสร้างความพอใจให้แก่ผู้รับบริการได้และต้องพัฒนากลยุทธ์ที่สร้างความพอใจนั้นโดยภัตตาคารมีผลกำไรด้วย

### 3. แนวทางในการสร้างแผนพัฒนาประกอบการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ สำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ

สำหรับแนวทางในการสร้างแผนพัฒนาประกอบการร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพผู้ประกอบการ พ่อครัว/แม่ครัว รวมถึงพนักงานบริการควรมีความรู้ความเข้าใจเรื่องอาหารสุขภาพมีความรอบรู้ ง่ายตลาดเป็น และรู้วิธีการเลือกวัตถุดิบที่ใช้ ในการบริหารจัดการธุรกิจร้านอาหาร/ภัตตาคารใช้หลักในการบริหารธุรกิจเช่นเดียวกับธุรกิจทั่วไป เพราะมีเป้าหมายเพื่อความอยู่รอดขององค์กร ดังนั้นปัจจัยสำคัญ หรือทรัพยากรสำคัญที่จำเป็นต้องมีการจัดการ คือ

บุคคาลกร ซึ่งสอดคล้องกับ วิชัย เจริญธรรมานนท์ และ ตตินันท์ เดชะคุปต์ (2539, หน้า 5-8) กล่าวไว้ว่า ผู้ประกอบการหรือเจ้าของธุรกิจจำเป็นต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจกับแนวคิดการจัดการบริการอาหาร (Foodservice concept) แนวคิดสำคัญๆ ได้แก่ ลักษณะของการตกแต่งร้าน ลักษณะของอาหาร และลักษณะของการบริการ ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำเนินธุรกิจบริการอาหารเป็นอย่างมาก หากสามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้สอดคล้องกันก็จะสร้างจุดเด่นให้กับการจัดบริการอาหารได้ ทั้งนี้ผู้ประกอบการจะเน้นที่ลักษณะใดและนำมาเป็นจุดเด่นพิเศษย่อมเป็นไปตามเป้าหมายของกิจการที่วางไว้

การพัฒนาการประกอบการร้านอาหาร/ภัตตาคารอาหารเพื่อสุขภาพ ควรเน้นเรื่องคุณภาพของอาหาร ความสะอาดปลอดภัย การใช้วัตถุดิบตามฤดูกาล ต้องเป็นวัตถุดิบที่มีคุณภาพ สด สะอาด และปลอดภัย มีวิธีการเตรียมและการปรุงอาหารที่จะทำให้อาหารไทยมีคุณค่าทางโภชนาการเป็นอาหารสุขภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งในการปฏิบัติตามกระบวนการดังกล่าว เพื่อให้การทำธุรกิจร้านอาหารภัตตาคารเพื่อสุขภาพประสบความสำเร็จ จำเป็นต้องมีแหล่งในการผลิตอาหารสุขภาพที่ปราศจากสาร ซึ่งสอดคล้องกับ มณฑารพ จักกะพาก (2537, หน้า 23-28) ได้กล่าวถึง การจัดสุขภาพในกระบวนการจัดอาหาร มีขั้นตอนที่สำคัญเพื่อให้อาหารที่ผลิตมีคุณภาพและสะอาดปลอดภัยจำเป็นต้องมีการจัดการ ควบคุม และติดตามกระบวนการต่อไปนี้ ได้แก่ การจัดซื้อและการตรวจรับวัสดุอาหารทั้งสด แห้งและสำเร็จรูปเป็นด่านแรกที่ผู้จัดอาหารจะสามารถป้องกันหรือหลีกเลี่ยงการปนเปื้อนหรือการเกิดของสาเหตุของอาหารบูดเสียและอาหารเป็นพิษโดยการจัดการสุขภาพอย่างเหมาะสมที่สุด การเก็บ ภายหลังจากการจัดซื้อ และตรวจรับวัสดุอาหารจะถูกเก็บก่อนการเตรียม โดยจะถูกแบ่งตามอายุและวิธีการเก็บ การเตรียม สิ่งที่ต้องคำนึงถึงในขั้นตอนนี้คือ บุคคาลกรผู้จับต้องอาหาร ภาชนะและอุปกรณ์เครื่องใช้ โดยต้องมีการควบคุมการเตรียมอาหารอย่างสะอาดรวมถึงการทำความสะดวกห้องเตรียมอาหาร/ห้องครัว ภาชนะอุปกรณ์เครื่องใช้ก่อนและหลังการใช้อีกด้วย การจัดเสิร์ฟ เนื่องจากการบริการอาหารมีหลายรูปแบบ จุดนี้จึงเป็นเรื่องของการระวังรักษาความสะดวกของภาชนะอุปกรณ์และการทำงานของบุคคาลกรที่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้คุณหมุมระหว่างการจัดเสิร์ฟจำเป็นต้องมีการควบคุมด้วย และการทำความสะอาดและการฆ่าเชื้อ การทำความสะอาด ในการสุขภาพอาหารหมายถึงความรวมถึงการทำความสะดวก สถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ และวัตถุดิบที่จะนำมาเตรียมอาหาร วิธีการทำความสะอาดแต่ละสิ่งจะแตกต่างกันไป ซึ่งการเลือกวิธีการทำความสะอาดจะใช้หลักต่อไปนี้ (1) ลักษณะและคุณสมบัติของวัตถุดิบซึ่งมักจะจำเป็นต้องใช้วิธีการทำความสะอาดเฉพาะ (2) ความสะดวก และอุปกรณ์อนามัย ที่จะให้สำหรับการทำความสะอาด (3) ลักษณะ

และชนิดของคราบสกปรก (4) ชนิดและคุณสมบัติของน้ำ และสารเคมีที่มีไว้ให้ (5) บุคลากรที่รับผิดชอบทำความสะอาด

การพัฒนาด้านรสชาติของอาหารสุขภาพ ต้องควบคุมให้มีรสชาติคงที่ได้มาตรฐาน ไม่หวาน/เค็มมาก ไม่มันมากเกินไป มีการใช้สีที่โฆษณาประชาสัมพันธ์ทุกช่องทาง มีการแนะนำเมนูอาหารสุขภาพให้ลูกค้าทราบถึงคุณค่าหรือสรรพคุณที่ได้รับประทาน รวมถึง อธิบายให้ลูกค้าเข้าใจถึงวัฒนธรรมการรับประทานอาหารไทย ซึ่งสอดคล้องกับ ทีวีโรจน์ อนันตนาชัย (2553) ได้กล่าวเกี่ยวกับการพัฒนาจุดอ่อนของอาหารไทย และการพัฒนาอาหารไทยให้มีศักยภาพสูงเพิ่มขึ้นว่า การที่อาหารไทยได้รับความนิยมไปทั่วโลกนั้น ส่วนหนึ่งสืบเนื่องมาจากศักยภาพของความเป็นอาหารสมุนไพร แต่ข้อมูลหลักฐานจากการวิจัยยังไม่ชัดเจนหรือมีน้ำหนักเพียงพอ ควรมีการศึกษาค้นคว้าวิจัย เกี่ยวกับอาหารไทยในทุก ๆ ด้าน ให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนมากขึ้น โดยเฉพาะปัจจุบันถึงแม้ว่าจะมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสารพิษเคมีในอาหาร พืช ผัก ผลไม้ และเครื่องเทศของไทยมากขึ้นแล้วก็ตาม แต่ข้อมูลเกี่ยวกับสารพิษเคมีในอาหารปรุงสำเร็จที่ให้ผลทางด้านสรรพคุณทางยา ยังมีน้อยมากและยังไม่ค่อยชัดเจน จึงน่าจะส่งเสริม และสนับสนุนให้มีการวิจัยเกี่ยวกับสารพิษเคมีในอาหารไทย สรรพคุณทางยาของสารในอาหารปรุงสำเร็จที่มีต่อผู้บริโภค และการวิจัยเกี่ยวกับอาหารไทยในแง่มุมต่าง ๆ ให้มากขึ้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนและเชื่อถือได้ ซึ่งช่วยสร้างความเชื่อมั่นว่า อาหารไทยมีศักยภาพในการเป็นอาหารเพื่อสุขภาพสูง ทั้งในแง่คุณค่าทางโภชนาการและสรรพคุณทางยาที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ และ ความเป็นอาหารรสชาติอร่อย อาหารไทยมีศักยภาพสูงอยู่แล้วในข้อนี้ ที่สำคัญควรสร้างมาตรฐานของความอร่อยให้คงที่ ในทุกครั้งและทุกสถานการณ์ ในประเด็นนี้คงต้องนำหลักการและวิธีการทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหารมาบูรณาการเข้ากับการประกอบอาหารไทย ซึ่งจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการให้การศึกษาและฝึกอบรมผู้ที่เกี่ยวข้อง ในการผลิตหรือการประกอบอาหารไทย ให้มีความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะกระบวนการที่ถูกต้อง และได้มาตรฐานคุณภาพด้านประสาทสัมผัสที่คงที่

การจัดเมนูอาหาร พิจารณาจากแนวโน้มทางการตลาดและความต้องการของผู้บริโภคเป็นสำคัญ ออกแบบเมนูอาหารใหม่ๆเมนูที่ผู้บริโภคไม่ค่อยมีโอกาสได้รับประทาน โดยเน้นเรื่องคุณภาพอาหาร รสชาติไม่จัด เน้นรสชาติดั้งเดิมแบบไทย ไม่ใส่ผงชูรส/เครื่องปรุงแต่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เน้นพวกผัก และส่วนผสมที่เป็นเครื่องเทศและสมุนไพร อาจเป็นอาหารไทยแบบประยุกต์ โดยผสมผสาน/ประยุกต์อาหารของภาคต่าง ๆ หรืออาหารไทยแบบพื้นบ้านมาดัดแปลงทำให้มีมูลค่าเพิ่มขึ้น ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากพฤติกรรมกรบริโภคของผู้บริโภคในศตวรรษที่ 21 ที่เปลี่ยนแปลงไปโดยเน้นการซื้อสินค้าและบริการที่ให้คุณค่าเพิ่ม และคำนึงถึงคุณภาพและ

บริการของสินค้าเป็นสำคัญ อีกทั้งมีความใส่ใจในสุขภาพเพิ่มมากขึ้น และสนใจสินค้าที่มีความพิเศษเฉพาะตัว ชอบความแปลกใหม่ ความหลากหลาย ดังนั้นร้านอาหาร/ภัตตาคารควรให้ความสนใจในการพัฒนาเมนูอาหารให้มีความหลากหลาย และมีการสร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับ เปรมฤทัย แย้มบรรจง (Yambunjong, 2007) ได้กล่าวเกี่ยวกับ ปัจจัยที่มีผลต่อผู้บริโภคที่ควรนำมาพิจารณาในการจัดเมนูอาหารคือ การวิเคราะห์ความต้องการด้านร่างกายของผู้บริโภคที่ส่งผลต่อการกำหนดคุณค่าทางโภชนาการ การกำหนดปริมาณสำหรับจัดเสิร์ฟ การวิเคราะห์กลุ่มผู้บริโภค และการวิเคราะห์ความต้องการอาหารของผู้บริโภคที่ไม่ได้ต้องการเพียงความอร่อย สะอาด และปลอดภัยของอาหาร แต่ผู้บริโภคยังต้องการอาหารที่มีความหลากหลายของอาหารทั้งในด้าน รูป/ลักษณะ รสชาติ สี กลิ่น และลักษณะเนื้อสัมผัส เพื่อไม่ให้ผู้บริโภคเกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย

การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ ขึ้นอยู่กับขนาดของกิจการ โดยทั่วไปมีระบบการจัดการเหมือนกันโดยจะมีการแบ่งตามสัญชาติของอาหาร และมีการแยกครัวแต่ละสัญชาติออกเป็นแผนกย่อยตามประเภทของอาหาร สำหรับในครัวไทยแบ่งเป็น ครัวแกง ครัวต้ม ครัวผัด ครัวทอด ครัวยำ และครัวปิ้ง-ย่าง รวมถึงแผนกสำหรับตักแต่งหัวจาน ในการบริหารจัดการบุคลากร มีการแบ่งโครงสร้างตามลำดับความรับผิดชอบ มีระบบการบริหารจัดการตามสายงาน ได้แก่ ผู้จัดการ รองผู้จัดการ เชฟ และรองเชฟ ในแต่ละครัวมีหัวหน้าในแต่ละจุด ซึ่งสอดคล้องกับ เปรมฤทัย แย้มบรรจง (Yambunjong, 2007) ได้กล่าวเกี่ยวกับ รูปแบบการจัดวางผังครัวไทยมีการจัดแบ่งหน่วยการปรุงอาหารย่อยส่วนต่าง ๆ โดยแบ่งออกตามวิธีการประกอบอาหารได้แก่ แกง ต้ม ผัด ทอด นึ่งและปิ้ง-ย่าง และแผนกแกะหัวจานหรือแกะสลัก โดยในการจัดการครัวสิ่งแรกที่ต้องคำนึงถึง คือ การจัดวางผังภายในครัวจำเป็นต้องมีการวางแผนเป็นอย่างดี โดยผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบในห้องครัวควรต้องมีการวางแผนร่วมกันตั้งแต่เรื่องของตำแหน่งที่ตั้ง ขนาดของครัว ตลอดจนการใช้งานเพื่อที่จะสามารถอำนวยความสะดวกให้แก่การปฏิบัติงานได้อย่างเต็มที่ ในการประกอบธุรกิจบริการอาหาร เบื้องหลังความสำเร็จของกิจการนอกจากการบริหารงานที่ดีแล้วยังขึ้นอยู่กับครัว เพราะเป็นแหล่งผลิตอาหารได้ทั้งปริมาณและคุณภาพในเวลาเดียวกัน การวางผังที่ผิดพลาดไม่เพียงแต่จะส่งผลให้การบริการล่าช้าเสียเวลาเท่านั้น แต่อาจจะส่งผลเสียไปถึงอุปกรณ์เครื่องใช้ และการเก็บรักษาอาหารอีกด้วย

## ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัยในครั้งนี้มีข้อเสนอแนะ แยกเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ประโยชน์

ข้อเสนอแนะผู้ประกอบการร้านอาหารและภัตตาคาร

1) ควรพัฒนาผู้ประกอบการร้านอาหารและภัตตาคารและบุคคลากรทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องให้มีความรู้ความเข้าใจเรื่องอาหารสุขภาพ รวมถึงกระบวนการผลิตอาหารที่มีคุณภาพ มาตรฐานรสชาติ มาตรฐานโภชนาการ และมาตรฐานความปลอดภัย

2) การบริการอาหารสุขภาพ พนักงานบริการควรอธิบายให้ลูกค้าทราบถึงคุณค่าของรายการอาหารที่รับประทาน และสามารถตอบสนองความต้องการของลูกค้าได้หลากหลายรูปแบบ

3) จากการศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารสุขภาพ การเลือกร้านอาหารและรายการอาหาร ของนักท่องเที่ยวต่างชาติให้ความสำคัญมากในเรื่องรสชาติ คุณภาพและความปลอดภัยอาหาร แต่ให้ความสำคัญเรื่องคุณค่าทางโภชนาการระดับปานกลาง ในกรณีผู้ประกอบการควรทำการส่งเสริมการตลาดเรื่องอาหารสุขภาพให้ลูกค้าตระหนักถึงคุณค่าที่ได้จากการบริโภคอาหารไทย

4) ผู้ประกอบการร้านอาหารและภัตตาคาร และผู้สนใจสามารถประยุกต์ใช้แนวทางในการจัดทำแผนการพัฒนารูปแบบการประกอบกิจการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติในประเทศไทย

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

1) ควรสร้างความร่วมมือระหว่างผู้ประกอบการธุรกิจร้านอาหารและภัตตาคาร ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยว และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน ส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวต่างชาตินิยมบริโภคอาหารไทยเพื่อสุขภาพ รวมถึงวัฒนธรรมการกินอาหารไทยที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

2) ภาครัฐควรกำหนดนโยบายที่ชัดเจนเพื่อวางแผนพัฒนาผู้ประกอบการในด้านการจัดเมนูอาหาร การปรุงอาหาร การจัดการครัวและร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพอย่างเป็นระบบ

3) ควรมีมาตรการด้านกฎหมาย รวมถึงระเบียบการปฏิบัติในเรื่องมาตรฐานความสะอาดและความปลอดภัยของอาหาร

4) ควรสร้างมาตรฐานเชฟ พ่อครัว/แม่ครัวอาหารไทยให้เป็นที่ยอมรับในระดับสากล

## 2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรขยายขอบเขตพื้นที่การวิจัยให้ครอบคลุมแหล่งท่องเที่ยวทุกแหล่งในประเทศ เพื่อหาแนวทางส่งเสริมการประกอบธุรกิจร้านอาหาร/ภัตตาคารเพื่อสุขภาพ

2) ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับชีวิตมาตรฐานคุณภาพของร้านอาหาร/ภัตตาคาร เพื่อสุขภาพ

3) ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับชีวิตมาตรฐานเชฟ พ่อครัว/แม่ครัวอาหารไทย และหาแนวทางในการยกระดับมาตรฐานเชฟ พ่อครัว/แม่ครัวอาหารไทยให้เป็นที่ยอมรับในระดับสากล