

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ปริมาณโซเดียมและโพแทสเซียมในอาหารพร้อมบริโภคแช่แข็ง
ผู้เขียน นายฉัตรชัย หมั่นก้อนแก้ว
ปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)
คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

อาจารย์ ดร. ศักดา พริงลำภู ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหาปริมาณโซเดียมและโพแทสเซียมในอาหารพร้อมบริโภคแช่แข็ง กลุ่มตัวอย่างเป็นชนิดอาหารพร้อมบริโภคแช่แข็งของบริษัทผลิตอาหาร 8 บริษัท ซึ่งมีจำหน่ายในห้างสรรพสินค้าและร้านสะดวกซื้อ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 26 ชนิด ทำการวิเคราะห์โดยใช้วิธีวิเคราะห์แบบ Atomic Absorption Spectrophotometer (AAS) และวิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่า ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์ความแปรผัน

ผลการศึกษา พบว่า อาหารพร้อมบริโภคแช่แข็งส่วนใหญ่ จำหน่ายในห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 76.90 โดยพบว่า บะหมี่เป็ดพะโล้ มีปริมาณโซเดียมสูงสุด (2,163.73 มิลลิกรัมต่อหน่วยบริโภค) ในขณะที่ข้าวหน้าหมูตุ๋นเห็ดหอม มีปริมาณโซเดียมต่ำสุด (469.00 มิลลิกรัมต่อหน่วยบริโภค) สำหรับปริมาณโพแทสเซียมพบว่า ค่าสูงสุด (465.00 มิลลิกรัมต่อหน่วยบริโภค) และค่าต่ำสุด (59.33 มิลลิกรัมต่อหน่วยบริโภค) พบในข้าวหมูกระเทียมพริกไทย และข้าวต้มรวมมิตรทะเล ตามลำดับ

Independent Study Title Quantitative of Sodium and Potassium in Ready to Eat Frozen Food

Author Mr. Chutchai Muankonkaew

Degree Master of Science (Nutrition Education)

Independent Study Advisory Committee

Lect. Dr. Sakda Pruenglampoo Chairperson

Assoc. Prof. Prayad Saiwichian Member

ABSTRACT

The objective of this independent study was to analyze the quantity of sodium and potassium in ready to eat frozen food. The food samples of 8 food companies were collected from supermarkets and convenience store in Mueang district, Chiang Mai province. There were 26 items of ready to eat frozen food. Sodium and potassium contents were analyzed using atomic absorption spectrophotometer (AAS). Descriptive statistics was used to analyze the data. They were percentage, means, standard deviation and coefficient variation.

The results showed that most of food samples (76.90%) were sold in supermarket. Pot-Stewed Duck Noodle had highest sodium content (2,163.73 milligram per serving) whereas Pork Stewed with Rice had lowest sodium content (469.00 milligram per serving). The regarding potassium content, it was found that maximum (465.00 milligram per serving) and minimum (59.33 milligram per serving) of potassium contents were found in Fried Pork with Garlic and Pepper Rice and Rice Congee Soup with Seafood respectively.