

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน โดยผู้ศึกษาได้แจกแบบสอบถามไปจำนวน 323 ชุด ได้กลับคืนมา 323 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 และผู้ศึกษาได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ และคำนวณค่าร้อยละ และนำเสนอผลการศึกษตามลำดับดังนี้

1.ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับ ลักษณะและการเลือกอาหารที่รับประทาน (Selection)

1.1 อาหารหลัก 3 มื้อ

1.2 อาหารสมันิยม

1.3 อาหารพื้นเมือง

1.4 ขนมขบเคี้ยว

2.ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับมูลเหตุจูงใจในการเลือกบริโภค (Motivation)

3.ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณ ความถี่ ในการบริโภคอาหารแต่ละชนิด(Quantity)

4.ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับนิสัยการบริโภค (Eating Habit)

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะและการเลือกอาหารที่รับประทาน

1.1 อาหารหลัก 3 มื้อ

ตารางที่ 6 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในการรับประทานอาหารมื้อหลักใน 1 วัน

จำนวนมื้ออาหาร	จำนวนนักเรียน	ร้อยละ
1 มื้อ	1	0.3
2 มื้อ	66	20.4
3 มื้อ	238	73.7
มากกว่า 3 มื้อ	18	5.6
รวม	323	100

จากตารางที่ 6 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิง รับประทานอาหารมื้อหลัก 3 มื้อใน 1 วัน ร้อยละ 73.7 และรับประทานอาหารมื้อหลัก 1 มื้อ มีเพียงร้อยละ 0.3 นอกจากนี้ยังพบว่าจำนวนนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่รับประทานอาหารมื้อหลักมากกว่า 3 มื้อมีร้อยละ 5.6

ตารางที่ 7 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่รับประทานอาหารเช้าในแต่ละลักษณะ

ลักษณะการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
ทุกวัน	126	39.0
บางวัน	191	59.1
ไม่รับประทาน	6	1.9
รวม	323	100

จากตารางที่ 7 พบว่า ลักษณะการรับประทานอาหารเช้าของนักเรียนวัยรุ่นหญิง รับประทานอาหารเช้า เป็นบางวันร้อยละ 59.1 และมีเพียงร้อยละ 1.9 ที่ไม่รับประทานอาหารเช้า

ตารางที่ 8 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่เลือกรับประทานอาหารเช้าแต่ละประเภท

ประเภทอาหาร	ร้อยละ
ข้าวสวย และกับข้าว	28.8
ข้าวเหนียวและกับข้าวพื้นเมือง	26.6
ข้าวต้มเครื่อง, ข้าวต้มกับ	4.3
เครื่องดื่มประเภทนม ขนมหึง	37.2
ข้าวผัด	4.0
อาหารสำเร็จรูป เช่น บะหมี่ โจ๊ก ซีเรียล	7.7

จากตารางที่ 8 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง ร้อยละ 37.2 เลือกรับประทานอาหารเช้าประเภทนม/ขนมหึง รองลงไปได้แก่ อาหารประเภทข้าวสวย / กับข้าว และข้าวเหนียว / กับข้าวพื้นเมือง ร้อยละ 28.8 และ 26.6 ตามลำดับ นอกจากนี้ พบว่า เลือกประเภทข้าวผัด ข้าวต้ม และอาหารสำเร็จรูป ร้อยละ 4.0, 4.3, และ 7.7 ตามลำดับ

ตารางที่ 9 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่รับประทานอาหารเช้ากลางวันในแต่ละลักษณะ

ลักษณะการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
ทุกวัน	244	75.5
บางวัน	79	24.5
ไม่รับประทาน	-	-
รวม	323	100

จากตารางที่ 9 พบว่า ลักษณะการรับประทานอาหารเช้ากลางวันของนักเรียนวัยรุ่นหญิง รับประทานทุกวัน ร้อยละ 75.5 และไม่พบจำนวนนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ไม่รับประทานอาหารเช้ากลางวัน

ตารางที่ 10 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่เลือกรับประทานอาหารมื้อกลางวันแต่ละประเภท

ประเภทของอาหาร	ร้อยละ
ข้าวสวยและกับข้าว เช่น แกง ผัด ทอด ยำ น้ำพริก	70.0
ข้าวเหนียวและกับข้าวพื้นเมือง	6.5
อาหารจานเดียว เช่น ก๋วยเตี๋ยว บะหมี่ ข้าวผัด ขนมนจีน และ มั๊กกะโรนี	61.9
นมสด / นมเปรี้ยว / โยเกิร์ต / โอวัลติน	9.9
ขนมปัง / ขนมเค้ก / คูกี้	4.3
อื่น ๆ	0.9

จากตารางที่ 10 ประเภทของอาหารมื้อกลางวันที่นักเรียนวัยรุ่นหญิงเลือกรับประทาน พบว่า ร้อยละ 70 เลือกรับประทานประเภท ข้าวสวย / กับข้าว รองลงไปได้แก่ อาหารจานเดียว ร้อยละ 61.9

ตารางที่ 11 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่รับประทานอาหารเช้าในแต่ละลักษณะ

ลักษณะการรับประทานอาหารเช้า	จำนวน	ร้อยละ
ทุกวัน	236	73.1
บางวัน	85	26.3
ไม่รับประทาน	2	0.6
รวม	323	100

จากตารางที่ 11 พบว่า ลักษณะการรับประทานอาหารเช้า ของนักเรียนวัยรุ่นหญิง ร้อยละ 73.1 รับประทานทุกวันและมีเพียงร้อยละ 0.6 ที่ไม่รับประทานอาหารเช้า

ตารางที่ 12 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่เลือกรับประทานอาหารเมื่อเย็นแต่ละประเภท

ประเภทของอาหาร	ร้อยละ
ข้าวสวยและกับข้าว เช่น แกง ผัด ทอด ยำ น้ำพริก	53.6
ข้าวเหนียวและกับข้าวพื้นเมือง	62.8
อาหารจานเดียว เช่น ก๋วยเตี๋ยว บะหมี่ ขนมนจีน ข้าวผัด	18.8
นมสด / นมเปรี้ยว / โยโย่ / โอวัลติน	9.0
ขนมปัง / ขนมเค้ก / คูกี้	1.9
อื่น ๆ	0.3

จากตารางที่ 12 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิง ร้อยละ 62.8 เลือกรับประทาน ข้าวเหนียว / กับข้าวพื้นเมือง รองลงมาได้แก่ ประเภทข้าวสวย / กับข้าว ร้อยละ 53.6 ประเภทที่เลือกรับประทานน้อยมาก คือ ประเภทอื่น ๆ และขนมปัง / ขนมเค้ก / คูกี้ ร้อยละ 0.3 และ 1.9

1.2 อาหารสมัยนิยม

ตารางที่ 13 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบ – ไม่ชอบ ในการรับประทานอาหารสมัยนิยมแต่ละประเภท

ประเภทอาหารสมัยนิยม	ชอบ		ไม่ชอบ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
พิซซ่า	172	53.3	151	46.7
แฮมเบอร์เกอร์	177	54.8	146	45.2
ไก่ทอด K.F.C / เฟรนช์ฟรายด์	290	89.8	33	10.2
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	286	88.5	37	11.5
หมูกระทะ	295	91.3	28	8.7
มิลค์เชค	257	79.6	66	20.4

จากตารางที่ 13 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงส่วนใหญ่ ชอบรับประทานอาหารสมัยนิยมทุกประเภทมากกว่าไม่ชอบ และพบว่า ร้อยละ 91.3 ชอบรับประทาน หมูกระทะ และรองลงมา ได้แก่ ไก่ทอด K.F.C / เฟรนช์ฟรายด์ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ร้อยละ 89.8 และ 88.5 ตามลำดับ

ตารางที่ 14 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่รับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปในเวลา
ของมื้ออาหาร

มื้ออาหารที่นักเรียนรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
มื้อเช้า	55	17.0
มื้อกลางวัน	160	49.5
มื้อเย็น	76	23.5
มื้ออื่น ๆ	32	10.0
รวม	323	100

จากตารางที่ 14 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง รับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเป็นอาหาร
มื้อกลางวัน ร้อยละ 49.5 และรับประทานเป็นอาหารมื้อเช้ากับมื้อเย็น ร้อยละ 17.0 และ 23.5
ตามลำดับ

1.3 อาหารพื้นเมือง

ตารางที่ 15 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบ -ไม่ชอบ ในการรับประทานอาหารพื้นเมือง
แต่ละประเภท

ประเภทอาหารพื้นเมือง	ชอบ		ไม่ชอบ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไส้อั่ว	245	75.9	78	24.1
หมูπίง	281	87.0	42	13.0
น้ำพริกหนุ่ม	186	57.6	137	42.4
แกงพื้นเมือง	242	74.9	81	25.1

จากตารางที่ 15 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิง ชอบรับประทานอาหารพื้นเมืองทุกประเภท
มากกว่าไม่ชอบ และพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 87.0 ชอบรับประทานหมูπίง รองลงไปได้แก่
ไส้อั่ว แกงพื้นเมือง และน้ำพริกหนุ่ม ร้อยละ 75.9, 74.9 และ 57.6 ตามลำดับ

1.4 ขนมอบเคี้ยว

ตารางที่ 16 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่รับประทานขนมอบเคี้ยวในแต่ละลักษณะ

ลักษณะการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
ทุกวัน	210	65.0
บางวัน	111	34.4
ไม่รับประทาน	2	0.6
รวม	323	100

จากตารางที่ 16 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงมีลักษณะการรับประทานขนมอบเคี้ยว ทุกวัน ร้อยละ 65.0 และพบว่ามึนักเรียนที่ไม่รับประทานขนมอบเคี้ยว เพียงร้อยละ 0.6

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับมูลเหตุจูงใจในการเลือกบริโภค (Motivation)

ตารางที่ 17 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่เลือกร้านในการบริโภคพิซซ่า แซมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด K F C

ร้านที่เลือกในการบริโภค	จำนวน	ร้อยละ
ร้านในตัวเมืองลำพูน	21	6.5
ร้านในตัวเมืองเชียงใหม่	289	81.5
ไม่มีชื่อร้าน	13	4.0
รวม	323	100

จากตารางที่ 17 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงเลือกร้านในการบริโภคอาหารประเภทพิซซ่า แซมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด K.F.C เป็นร้านในตัวเมืองเชียงใหม่ ร้อยละ 81.5 นอกจากนั้น เลือกร้านในตัวเมืองลำพูน ร้อยละ 6.5 ไม่มีชื่อร้าน ร้อยละ 4.0

ตารางที่ 18 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่เลือกบุคคลในการไปรับประทานอาหาร พิซซ่า
แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด K.F.C และหมูกระทะ

บุคคลที่นักเรียนเลือก	พิซซ่า แฮมเบอร์ เกอร์ ไก่ทอด K.F.C		หมูกระทะ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	เพื่อน	185	57.3	120
ผู้ปกครอง	84	26.0	111	34.4
พี่ , น้อง ,ญาติ	76	23.5	79	24.5
บุคคลอื่น	17	5.3	13	4.1

จากตารางที่ 18 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงเลือกที่จะไปรับประทานอาหารพิซซ่า
แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด K.F.C และหมูกระทะ กับเพื่อน ร้อยละ 57.3 และ 37.2 และเลือก
ผู้ปกครอง ร้อยละ 26.0 และ 34.4 นอกจากนี้เลือกไปกับ พี่ น้อง ญาติ และบุคคลอื่น

ตารางที่ 19 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่เลือกบุคคลร่วมรับประทานอาหาร ขนมขบเคี้ยว
ขณะที่รับประทานอาหาร

บุคคลที่นักเรียนเลือก	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อน	256	79.3
ผู้ปกครอง	12	3.7
พี่ , น้อง ,ญาติ	27	8.4
คนเดียว	66	20.4

จากตารางที่ 19 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงส่วนใหญ่ เลือกรับประทานอาหารขนมขบเคี้ยวกับ
เพื่อน ร้อยละ 79.3 และยังพบว่ารับประทานอาหารขนมขบเคี้ยวเพียงคนเดียว ร้อยละ 20.4 เลือก
ผู้ปกครองเพียงร้อยละ 3.7 เท่านั้น

ตารางที่ 20 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในการตัดสินใจเลือกรับประทานขนมขบเคี้ยว

เหตุผลที่ตัดสินใจเลือก	จำนวน	ร้อยละ
เพื่อนแนะนำ	108	33.4
โฆษณาทางวิทยุ , โทรทัศน์	222	68.7
โฆษณาทางหนังสือพิมพ์ , แผ่นปลิว	13	4.0
อื่น ๆ	77	23.8

จากตารางที่ 20 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ตัดสินใจเลือก รับประทานขนมขบเคี้ยว จากโฆษณาทางวิทยุ โทรทัศน์ ร้อยละ 68.7 รองลงไป จากเพื่อนแนะนำร้อยละ 33.4 และจากเหตุผลอื่น ร้อยละ 23.8

ตารางที่ 21 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่บริโภคอาหารตามการตัดสินใจของบุคคลต่าง ๆ

บุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ตนเอง	260	80.5
ผู้ปกครอง	76	23.5
เพื่อน	85	26.3
ครู	7	2.2
ญาติ , พี่ , น้อง	20	6.2
คำโฆษณา	30	9.3
อื่น ๆ	5	1.5

จากตารางที่ 21 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงบริโภคอาหารตามการตัดสินใจของตนเอง สูงสุดคือร้อยละ 80.5 รองลงไป ได้แก่ของเพื่อน ร้อยละ 26.3 ของผู้ปกครอง ร้อยละ 23.5 และจากของบุคคลอื่น เพียงร้อยละ 1.5

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณความถี่ในการบริโภคอาหารแต่ละชนิด (Quantity)

ตารางที่ 22 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานพืชช้า

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
2-3 ครั้ง / สัปดาห์	13	4.0
2-3 ครั้ง / เดือน	86	26.6
3-5 ครั้ง / ปี	135	41.8
ไม่เคยรับประทาน	89	27.6
รวม	323	100

จากตารางที่ 22 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงมีความถี่ในการรับประทานพืชช้า 3-5 ครั้ง/ปี มากถึงร้อยละ 41.8 และพบว่านักเรียนไม่เคยรับประทาน ร้อยละ 27.6

ตารางที่ 23 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานแฮมเบอร์เกอร์

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
2-3 ครั้ง / สัปดาห์	21	6.5
2-3 ครั้ง / เดือน	89	27.6
3-6 ครั้ง / ปี	129	39.9
ไม่เคยรับประทาน	84	26.0
รวม	323	100

จากตารางที่ 23 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง ร้อยละ 39.9 มีความถี่ในการรับประทานแฮมเบอร์เกอร์ 3-6 ครั้ง / ปี รองลงไป ร้อยละ 27.6 รับประทาน 2-3 ครั้ง/เดือน ที่พบน้อยมากคือร้อยละ 6.5 รับประทาน 2-3 ครั้ง/สัปดาห์

ตารางที่ 24 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานไก่ทอด KFC/
เฟรนช์ฟรายด์

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
3-5 ครั้ง/สัปดาห์	38	11.8
3-5 ครั้ง/เดือน	139	43.0
5-8 ครั้ง/ปี	120	37.2
ไม่เคยรับประทาน	26	8.0
รวม	323	100

จากตารางที่ 24 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง มีความถี่ในการรับประทานไก่ทอด KFC/
เฟรนช์ฟรายด์ 3-5 ครั้ง/เดือน ร้อยละ 43.0 รองลงไป 5-8 ครั้ง/ปี ร้อยละ 37.2
ไม่เคยรับประทานพบน้อยมากเพียงร้อยละ 8.0 เท่านั้น

ตารางที่ 25 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
1-2 ครั้ง/วัน	17	5.3
4-5 ครั้ง/สัปดาห์	170	52.6
10-12 ครั้ง/เดือน	73	22.6
12-15 ครั้ง/ปี	63	19.5
ไม่เคยรับประทาน	-	-
รวม	323	100

จากตารางที่ 25 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง ร้อยละ 52.6 รับประทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
4-5 ครั้ง/สัปดาห์ รองลงไปร้อยละ 22.6 รับประทาน 10-12 ครั้ง/เดือน และร้อยละ 19.5
รับประทาน 12-15 ครั้ง/ปี ตามลำดับ และไม่พบว่ามีนักเรียนวัยรุ่นหญิงไม่เคยรับประทาน
บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปเลย

ตารางที่ 26 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานหมูกะทะ

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
2-3 ครั้ง / สัปดาห์	27	8.4
5-8 ครั้ง / เดือน	121	37.5
8-10 ครั้ง / ปี	168	52.0
ไม่เคยรับประทาน	7	2.2
รวม	323	100

จากตารางที่ 26 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง มีความถี่ในการรับประทานหมูกะทะ 8-10 ครั้ง/ปี ร้อยละ 52.0 รองลงไป 5-8 ครั้ง/เดือน ร้อยละ 37.5 ที่พบน้อยคือร้อยละ 2.2 ที่ไม่เคยรับประทานหมูกะทะ

ตารางที่ 27 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานมิลค์เชค

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
1-2 ครั้ง / วัน	25	7.7
5-6 ครั้ง / สัปดาห์	104	32.2
8-10 ครั้ง / เดือน	69	21.4
10-15 ครั้ง / ปี	119	36.8
ไม่เคยรับประทาน	6	1.9
รวม	323	100

จากตารางที่ 27 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง ร้อยละ 36.8 รับประทานมิลค์เชค 10-15 ครั้ง/ปี ซึ่งไม่ต่างจากรับประทาน 5-6 ครั้ง/สัปดาห์ มากนักคือร้อยละ 32.2 และพบเพียงร้อยละ 1.9 เท่านั้นที่ไม่เคยรับประทานมิลค์เชค

ตารางที่ 28 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานข้าวเหนียว

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
1-3 ครั้ง/วัน	171	52.9
4-5 ครั้ง/สัปดาห์	129	39.9
15-20 ครั้ง/เดือน	17	5.3
ไม่เคยรับประทาน	6	1.9
รวม	323	100

จากตารางที่ 28 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิง มีความถี่ในการรับประทานข้าวเหนียว 1-3 ครั้ง/วัน ร้อยละ 52.9 รองลงไปร้อยละ 39.9 รับประทาน 4-5 ครั้ง/สัปดาห์ นอกจากนี้ยังพบว่ามึนักเรียนเพียงร้อยละ 1.9 เท่านั้นที่ไม่เคยรับประทานข้าวเหนียวเลย

ตารางที่ 29 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่มีความถี่ในการรับประทานกับข้าวพื้นเมือง

ความถี่ในการรับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
1-3 ครั้ง/วัน	162	50.2
3-5 ครั้ง/สัปดาห์	138	42.7
15-20 ครั้ง/เดือน	18	5.6
ไม่เคยรับประทาน	5	1.5
รวม	323	100

จากตารางที่ 29 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงมีความถี่ในการรับประทานกับข้าวพื้นเมือง 1-3 ครั้ง/วัน ร้อยละ 50.2 รองลงไป 3-5 ครั้ง/สัปดาห์ ร้อยละ 42.7 ร้อยละ 5.6 รับประทาน 15-20 ครั้ง/เดือน และ ร้อยละ 1.5 ไม่เคยรับประทานกับข้าวพื้นเมือง

ตารางที่ 30 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในการรับประทานแฮมเบอร์เกอร์, ไก่ทอด K.F.C ในปริมาณแต่ละครั้งที่รับประทาน

ปริมาณที่รับประทาน	แฮมเบอร์เกอร์		ไก่ทอด K.F.C	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1 ชิ้น	239	74.0	22	6.8
2 ชิ้น	24	7.4	101	31.3
มากกว่า 2 ชิ้น	4	1.2	181	56.0
ไม่รับประทาน	56	17.3	19	5.9
รวม	323	100	323	100

จากตารางที่ 30 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิง รับประทานแฮมเบอร์เกอร์ ในปริมาณ 1 ชิ้น ร้อยละ 74.0 และมีเพียงร้อยละ 1.2 เท่านั้น ที่รับประทานมากกว่า 2 ชิ้น ส่วนไก่ทอด KFC รับประทานมากกว่า 2 ชิ้น ร้อยละ 56.0 และไม่รับประทาน ร้อยละ 5.9

ตารางที่ 31 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่การรับประทานมิลค์เชค ในปริมาณแต่ละครั้งของการรับประทาน

ปริมาณที่รับประทาน	จำนวน	ร้อยละ
1 ถ้วยไอศกรีม	285	88.2
2 ถ้วยไอศกรีม	26	8.0
มากกว่า 2 ถ้วยไอศกรีม	6	1.9
ไม่รับประทาน	6	1.9
รวม	323	100

จากตารางที่ 31 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงรับประทานมิลค์เชค ในปริมาณ 1 ถ้วย ไอศกรีม ร้อยละ 88.2 นอกจากนี้ยังพบว่า รับประทาน มากกว่า 2 ถ้วยไอศกรีม เท่ากับจำนวน ที่ไม่รับประทาน คือร้อยละ 1.9

4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับนิสัยการบริโภค (Habit)

ตารางที่ 32 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงในการใช้เวลาของรับประทานอาหารของแต่ละมือ

ระยะเวลาที่ใช้ในการ รับประทานอาหาร	มือเช้า		มือกลางวัน		มือเย็น	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ประมาณ 5 นาที	82	25.5	16	5.0	16	5.0
ประมาณ 6-10 นาที	138	42.7	126	39.0	85	26.3
ประมาณ 11-15 นาที	57	17.6	114	35.3	95	29.4
ประมาณ 16-20 นาที	25	7.7	42	13.0	69	21.4
มากกว่า 20 นาที	15	4.6	25	7.7	56	17.3
ไม่มีการรับประทานอาหาร ในมื้อนี้	6	1.9	-	-	2	0.6
รวม	323	100	323	100	323	100

จากตารางที่ 32 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงใช้เวลาในการรับประทานอาหารมือเช้าประมาณ 6-10 นาที ร้อยละ 42.7 รองลงไปใช้เวลาประมาณ 5 นาที และประมาณ 11-15 นาที ร้อยละ 25.5 และ 17.6 ตามลำดับ มือกลางวัน ใช้เวลา ประมาณ 6-10 นาที ร้อยละ 39.0 และพบว่าใช้เวลาประมาณ 11-15 นาที ไม่ต่างกันมากนัก คือร้อยละ 35.3 และมือเย็นใช้เวลา ประมาณ 11-15 นาที ร้อยละ 29.4 และใช้เวลาประมาณ 6-10 นาที ร้อยละ 26.3

ตารางที่ 33 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่รับประทานอาหารระหว่างมือ

ลักษณะการรับประทานอาหารระหว่างมือ	จำนวน	ร้อยละ
ทุกวัน	62	19.2
เป็นบางวัน	256	79.3
ไม่รับประทาน	5	1.5
รวม	323	100

จากตารางที่ 33 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงรับประทานอาหารระหว่างมือ เป็นบางวัน ร้อยละ 79.3 และไม่รับประทาน เพียงร้อยละ 1.5 เท่านั้น

ตารางที่ 34 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่เลือกรับประทานอาหารระหว่างมือ แต่ละประเภท

ประเภทของอาหารระหว่างมือ	จำนวน	ร้อยละ
ขนมหวาน	91	28.2
ผลไม้	203	62.8
ไอศกรีม	8	2.5
อื่น ๆ	16	5.0
ไม่รับประทาน	5	1.5
รวม	323	100

ตารางที่ 34 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิง ร้อยละ 62.8 เลือกรับประทานอาหารระหว่างมือ ประเภทผลไม้ รองลงไปคือ ประเภทขนมหวาน ร้อยละ 28.2 นอกจากนี้ยังพบว่า เลือกประเภทไอศกรีมเพียง ร้อยละ 2.5

ตารางที่ 35 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ตัดสินใจในการเลือกรับประทานอาหาร

การตัดสินใจ	ทุกวัน		เป็นบางวัน		นาน ๆ ครั้ง		ไม่เคย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
เลือกตามความชอบของตนเอง	193	59.7	120	37.2	8	2.5	2	0.6
เลือกตามคำแนะนำของผู้อื่น	12	3.7	184	57.0	107	33.1	20	6.2

จากตารางที่ 35 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงตัดสินใจในการเลือกรับประทานอาหารตามความชอบของตนเองทุกวัน ร้อยละ 59.7 เป็นบางวัน ร้อยละ 37.2 และพบน้อยมากที่ไม่เคยเลือกตามความชอบของตนเองเพียงร้อยละ 0.6 การตัดสินใจเลือกรับประทานอาหาร โดยเลือกตามคำแนะนำของผู้อื่นเป็นบางวัน ร้อยละ 57.0 รองลงไป นาน ๆ ครั้ง ร้อยละ 33.1

ตารางที่ 36 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบวิธีการปรุงอาหารโดยวิธีการต่าง ๆ

วิธีการปรุงอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
ทอด	226	70.0
ต้ม	167	51.7
ปิ้ง , ย่าง	196	60.7
แกง , คั่ว	92	28.5
ยำ	220	68.1
ผัด	179	55.4
ตุ๋น	50	15.5
อบ	60	18.6
อื่น ๆ	11	3.4

จากตารางที่ 36 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบวิธีการปรุงอาหารโดยการทอด มากที่สุด ร้อยละ 70 รองลงไป ชอบวิธีการปรุงอาหารโดย การยำ ร้อยละ 68.1 การปิ้ง , ย่าง ร้อยละ 60.7 โดยวิธีการปรุงแบบอื่นๆ ร้อยละ 3.4

ตารางที่ 37 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบรสชาติของอาหาร

รสชาติของอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
หวาน	172	53.3
มัน	45	13.9
เผ็ด	195	60.4
จืด	62	19.2
เค็ม	150	46.4
เปรี้ยว	235	72.8

จากตารางที่ 37 พบว่านักเรียนวัยรุ่นหญิงชอบรสชาติของอาหารมาก คือรสเปรี้ยว ซึ่งสูงถึงร้อยละ 72.8 รองลงไปคือ รส เผ็ด หวาน เค็ม ร้อยละ 60.4 , 53.3 , 46.4 ตามลำดับ นอกจากนี้ พบว่ามีเพียงร้อยละ 13.9 ชอบรสมัน

ตารางที่ 38 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบสีส้มของอาหาร

สีส้มของอาหาร	จำนวน	ร้อยละ
สีเข้มมูคคาด	12	3.7
สีธรรมชาติจากตัวอาหาร	311	96.3
สีลักษณะอื่น ๆ	-	-
รวม	323	100

จากตารางที่ 38 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบสีส้มของอาหาร เป็นสีธรรมชาติจากตัวอาหาร ร้อยละ 96.3 ชอบสีเข้มมูคคาด เพียงร้อยละ 3.7

ตารางที่ 39 ร้อยละของนักเรียนวัยรุ่นหญิงที่ชอบ – ไม่ชอบ ในการทดลองรับประทานอาหารแปลกใหม่

การทดลองรับประทานอาหารแปลกใหม่	จำนวน	ร้อยละ
ชอบ	257	79.6
ไม่ชอบ	66	20.4
รวม	323	100

จากตารางที่ 39 พบว่า นักเรียนวัยรุ่นหญิงชอบทดลอง รับประทานอาหารแปลกใหม่ ร้อยละ 79.6 และ ไม่ชอบ ร้อยละ 20.4