ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ การเปรียบเทียบคุณค่าทางโภชนาการในตำรับอาหารล้านนา โดยวิธีการวิเคราะห์ทางเคมีและการคำนวณจากตารางคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย

ผู้เขียน นางสาวประภาพรรณ กันธรักษา

ปริญญา วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (โภชนศาสตร์ศึกษา)

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร ประธานกรรมการ

อาจารย์ ดร.ศักดา พรึงลำภู กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบคุณค่าสารอาหารโดยวิธีการวิเคราะห์ทางเคมีกับวิธีการคำนวณจากตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย จากตำราอาหารล้านนาของวาณี เอี่ยมศรีทอง และประหยัด สายวิเชียร (2538) จำนวน 5 ตำรับ คือ แกงผักกาด แกงขนุน แกงแคไก่ ตำขนุน และแกงฟักใส่ไก่

จากวิธีการคำนวณคุณค่าสารอาหารจากตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย พบว่า แกงผักกาด มีปริมาณความชื้นมากที่สุด แกงแคไก่มีปริมาณโปรตีนมากที่สุด ตำขนุนมีปริมาณไขมัน คาร์โบไฮเดรต และเถ้ามากที่สุด

ส่วนคุณค่าสารอาหารโดยวิธีการวิเคราะห์ทางเคมี พบว่า แกงฟักใส่ไก่ มีปริมาณความชื้นมากที่สุด แกงแคไก่ มีปริมาณไขมันมากที่สุด และตำขนุนมีปริมาณโปรตีน คาร์โบไฮเดรต และเถ้ามากที่สุด

การหาความแตกต่างโดยนำค่าที่ได้จากการคำนวณจากตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทยเปรียบเทียบกับค่าที่ได้จากการวิเคราะห์ทางเคมี พบว่า การคำนวณจากตารางมีทั้งค่าที่ต่ำกว่า และค่าที่สูงกว่าการวิเคราะห์ทางเคมี

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Independent Study Title Comparison of Nutritive Values Between Chemical Analysis and Calculation from Thai Food Composition Table

Author Miss Prapapan Kuntaruksa

Degree Master of Science (Nutrition Education)

Independent Study Advisory Committee

Assoc. Prof. Prayad Saiwichian Chairperson

Lect. Dr. Sakda Pruenglampoo Member

ABSTRACT

The purpose of this study was to compare nutritive values of Lanna Food Recipes from the recipe book of Wanee Eiamsrithong and Prayad Saiwichian (1995) by chemical analysis and calculation from composition table. The five selected recipes were Kang Pugkad, Kang Khanoon, Kang Kaekai, Tum Khanoon and Kang Phug Sai Kai. The result as follow.

The calculation method from composition table showed that Kang Pugkad contained the highest percentage of moisture. Kang Kae Kai had the highest of protein. Tum Khanoon contained the highest of fat, carbohydrate and ash respectively.

The result from chemical analysis had shown that Kang Phug Sai Kai contained the highest moisture while Kang Kae Kai contained the highest of fat. Tum Khanoon had the highest percentage of protein, carbohydrate, and ash respectively.

The different between calculation method and chemical analysis method had shown that the calculation method indicated both higher and lower values than chemical analysis method.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved