

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
ขอบเขตของการศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
ความต้องการพลังงานวัยรุ่น	5
พฤติกรรมกรรมการบริโภค	7
ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภค	10
ปัญหาโภชนาการในวัยรุ่น	12
ประเภทของผลิตภัณฑ์ขนมขบเคี้ยว	14
อันตรายของสารปรุงแต่งรสอาหารต่อร่างกาย	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	21
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	24
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	25
บทที่ 5 สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	48
สรุปผลการศึกษา	48
อภิปรายผล	49
ข้อเสนอแนะ	51
บรรณานุกรม	52
ภาคผนวก	54
รายนามผู้เชี่ยวชาญ	62
ประวัติผู้เขียน	63

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
2.1 แสดงคุณค่าและการกระจายของพลังงานที่ได้รับจากการบริโภคขนมขบเคี้ยว 1 ห่อ ในเวลาที่เท่ากัน (5 บาท)	17
4.1 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม เพศ	25
4.2 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม กลุ่มอายุ	26
4.3 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม กลุ่มน้ำหนัก	27
4.4 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม กลุ่มส่วนสูง	28
4.5 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหารต่อสัปดาห์	29
4.6 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม สถานที่พักอาศัย	30
4.7 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม อาชีพบิดา	31
4.8 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม อาชีพมารดา	32
4.9 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม การรับประทานอาหารมื้อหลักใน 1 วัน	33
4.10 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม การงดรับประทานอาหารมื้อหลักใน 1 วัน	34
4.11 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม อาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุด	35
4.12 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม การชอบรับประทานอาหารก่อนนอน	36
4.13 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม ประเภทขนมขบเคี้ยวที่บริโภค	37
4.14 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพัฒนิกกรรมจำแนกตาม จำนวนที่ซื้อขนมขบเคี้ยวต่อครั้ง	38

สารบัญญัตราาง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
4.15 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรมจำแนกตาม ความถี่ในการซื้อต่อสัปดาห์	39
4.16 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรมจำแนกตาม แหล่งที่จัดซื้อ	40
4.17 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรมจำแนกตาม จำนวนเงินที่ใช้ซื้อขนมขบเคี้ยวต่อครั้ง	41
4.18 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรมจำแนกตาม ข้อคำนึงในการเลือกซื้อขนมขบเคี้ยว	42
4.19 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรมจำแนกตาม การอ่านข้อมูลทางโภชนาการ	43
4.20 จำนวนและร้อยละของนักเรียนกลุ่มคหกรรมศาสตร์และกลุ่มพันธิชยกรรมจำแนกตาม การรับประทานขนมขบเคี้ยวแทนอาหารมื้อกลางวัน	44
4.21 ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้ทางโภชนาการกลุ่มคหกรรมศาสตร์	45
4.22 ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้ทางโภชนาการกลุ่มพันธิชยกรรม	47