

เอกสารอ้างอิง

- กลุ่มประชาสัมพันธ์ สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. 2553. **อาหารไทยเป็นอย่างไร**. ค้นวันที่ 5 เมษายน 2556 จาก http://www.m-culture.go.th/detail_page.php?sub_id=2047.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2532. **ข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันและแนวทางการบริโภคอาหารสำหรับคนไทย**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก.
- กล้าณรงค์ ศรีรอด. 2546. เทคโนโลยีของแป้ง. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ
- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2539. **คู่มือการป้องกันและควบคุมภาวะโภชนาการเกิน**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2546. **โภชนบัญญัติ 9 ประการและธงโภชนาการ**.
- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2549. **รายงานการสำรวจภาวะอาหารและโภชนาการของประเทศไทย ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2546**. ค้นวันที่ 4 พฤษภาคม 2556 จาก <http://www.nutrition.anamai.moph.go.th>.
- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. 2552. **คู่มือการจัดการน้ำหนักร่างกายสำหรับวิทยากรระดับจังหวัด**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กองสุขภาพิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. Available Source: www.foodsafety.Bangkok.go.th/newweb/download/form/formminimart.doc, November 1, 2008.
- เกศศิณี ตระกูลทิวากร และจันทร์เพ็ญ ศักดิ์สิทธิพิทักษ์. 2543. **ศักยภาพในการต้านสารอนุมูลอิสระของสารสกัดจากผักพื้นบ้านไทย**. อาหาร 30 (3)
- คณะกรรมการสวัสดิการ กรมอนามัย. 2545. **ตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย**. กระทรวงสาธารณสุข.
- คณะกรรมการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์เพื่อสร้างความเชื่อมโยงด้านอาหารและโภชนาการสู่คุณภาพชีวิตที่ดีภายใต้การดำเนินงานของคณะกรรมการอาหารแห่งชาติ. 2555. **บริโภคไขมัน อย่างไร ให้สุขภาพดี**. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- คณะกรรมการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์เพื่อสร้างความเชื่อมโยงด้านอาหารและโภชนาการสู่คุณภาพชีวิตที่ดีภายใต้การดำเนินงานของคณะกรรมการอาหารแห่งชาติ. 2555. **ลดโซเดียมยืดชีวิต**. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- คณะกรรมการจัดทำข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย. 2546. **ปริมาณสารอาหารอ้างอิงที่ควรได้รับประจำวันสำหรับคนไทย**. กรุงเทพฯ : กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

- จักรพันธ์ สนั่นนาม. 2548. ผลกระทบของระบบ HACCP ต่อต้นทุนการผลิตและคุณภาพของมะม่วง
แช่เยือกแข็ง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชัยชาญ ดีโรจนวงศ์ 2006. Metabolic syndrome Available source : D:\Proposal 2554-55-
 56\Metabolic syndrome\บทความวิชาการ ราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งประเทศไทย.
- ชุมศักดิ์ พุกษาพงศ์. 2536. **โรคอ้วน**. กรุงเทพฯ : พี เค อินเตอร์พริ้นท์.
- ชูจิตร รินทะวงศ์. 2551. รายงานการวิจัยการพัฒนาระบบวิธีการผลิตกล้วยเดี่ยวมัดไทยสำเร็จรูปแช่
แข็ง. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพฯ.
- นิดา หงษ์วิวัฒน์, จิรนนท์ ทับเนียม, น่าน หงษ์วิวัฒน์ และปราณี พงษ์พันธ์, 2553. เส้นทางขนมไทย.
 บริษัท สำนักพิมพ์แสงแดด จำกัด, กรุงเทพฯ.
- นันทิญา วงษ์มงคลและคณะ. 2547. การพัฒนาระบบการผลิตอาหารพร้อมบริโภคแช่เยือกแข็ง
และการพัฒนาบรรจุภัณฑ์อาหารพร้อมบริโภคแช่เยือกแข็ง. โครงการวิจัยที่ ภ.44-11/รายงาน
 ฉบับที่ 2 (ฉบับสมบูรณ์) สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย.
- นางลักษณ์ สร้อยญา. 2551. **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภคในการเลือกซื้ออาหารแช่แข็ง**
สำเร็จรูป กรณีศึกษาอาหารประเภทซาลาเปาในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา
 มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นवलจันทร์ สิมะสุวรรณรงค์. 2549. รายงานการวิจัยการวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการของหมูทุบ
หมูกรอบ กุนเชียง และลูกชิ้น ผลิตภัณฑ์ชุมชนของสินค้าหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ในจังหวัด
กาฬสินธุ์. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน.
- นภาพรธรรม นพรัตน์ภรณ์. 2543. **แนวทางการสร้างอาหารไทยเป็นอาหารโลกในสิบปีข้างหน้า**.
 เอกสารวิจัยส่วนบุคคลดีเด่น ลักษณะวิชาการเศรษฐกิจ นักศึกษาวิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร
 รุ่นที่ 42 ประจำปีการศึกษาพุทธศักราช 2542 – 2543. อักษรสยามการพิมพ์ กรุงเทพฯ.
- นัตยา ภมรเดชากุล. 2552. **ผลของการใช้โปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ**
ตนเองในผู้ป่วยสูงอายุที่มีความดันโลหิตสูง โรงพยาบาลโกรกพระ. วิทยานิพนธ์ปริญญา
 มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.
- บริษัทศูนย์วิจัยกสิกรไทย จำกัด. 2543. อ้างถึงใน ภาวิณี ชีวภาคย์. 2553. **พฤติกรรมการซื้ออาหาร**
สำเร็จรูปแช่แข็งของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญา
 มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.
- บริษัทศูนย์วิจัยกสิกรไทย จำกัด. 2549. **อาหารสำเร็จรูปแช่แข็งปี'50 : ตลาดในยังขยายตัวร้อยละ**
30 เร่งรุกตลาดส่งออก. ค้นวันที่ 7 มีนาคม 2556 จาก [http://www.positioningmag.com/
 prnews/prnews.aspx?id=54709](http://www.positioningmag.com/prnews/prnews.aspx?id=54709).
- บริษัทศูนย์วิจัยกสิกรไทย จำกัด. 2552. **ตลาดอาหารแช่แข็งในจีน : โอกาสของสินค้าจีน**. ค้นวันที่
 15 มีนาคม 2556 จาก <http://www.positioningmag.com/prnews/prnews.aspx?id=82515>.

- ประไพศรี ศิริจักรวาล 2556. เอกสารประกอบการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง ถ่ายทอดเกณฑ์มาตรฐานอาหารทางเลือกเพื่อสุขภาพสำหรับกลุ่มเสี่ยง กลุ่มผู้ป่วยโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง. วันที่ 27 พฤษภาคม 2556 ณ ห้องประชุมเกษตร โรงแรมหลุยส์ แทวี่ร์น กรุงเทพฯ. ฝ่ายวิจัยและบริการข้อมูล สถาบันอาหาร. 2552. แนวโน้มอุตสาหกรรมอาหารพร้อมปรุง-พร้อมทานในตลาดโลกกับอนาคตที่สดใส. อุตสาหกรรมสาร. 52(มกราคม – กุมภาพันธ์).
- พรหมินทร์ เมธากาญจนศักดิ์. แนวทางการลดน้ำหนักเพื่อสุขภาพดี. วารสารศูนย์บริการวิชาการ. (ประจำเดือนกรกฎาคม – กันยายน) : ปีที่ 13 ฉบับที่ 3.
- เพลินใจ ตั้งคณะกุลและคณะ. 2549. **โครงการวิจัยย่อยที่ 1 การพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารไทยและเครื่องปรุงรสเพื่อสนับสนุนธุรกิจแฟรนไชส์ในต่างประเทศ.** รายงานการวิจัยชุดโครงการวิจัยการพัฒนาการผลิตอาหารไทยปลอดภัยสู่ครัวโลกและการประชาสัมพันธ์เชิงรุก. สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เพลินใจ ตั้งคณะกุล เกศศิณี ตระกูลทิวากร พยอม อรรถวิบูลย์กุล บุญมา นิยมวิทย์ งามจิตร โลวิฑูร และ พรทิพย์ เจริญธรรมวัฒน์. 2549. **พัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารไทยและ เครื่องปรุงรส เพื่อสนับสนุนธุรกิจแฟรนไชส์ในต่างประเทศ** รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ เสนอต่อสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เพลินใจ ตั้งคณะกุล เกศศิณี ตระกูลทิวากร พยอม อรรถวิบูลย์กุล บุญมา นิยมวิทย์ งามจิตร โลวิฑูร และ พรทิพย์ เจริญธรรมวัฒน์ 2549. **พัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารไทยและ เครื่องปรุงรส เพื่อสนับสนุนธุรกิจแฟรนไชส์ในต่างประเทศ** รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ เสนอต่อสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- มยุรี ภาคลำเจียก. 2535. บรรจุภัณฑ์พลาสติกสำหรับอาหารแช่เยือกแข็ง. ใน **เอกสารประกอบการสัมมนาเรื่องเทคโนโลยีการบรรจุภัณฑ์. ศูนย์การบรรจุหีบห่อไทย.** กรุงเทพมหานคร.
- โมฬีรตานนท์. 2533. อ้างถึงใน นันทิญา วงษ์มงคลและคณะ. 2547. **การพัฒนากระบวนการผลิตอาหารพร้อมบริโภคแช่เยือกแข็งและการพัฒนาบรรจุภัณฑ์อาหารพร้อมบริโภคแช่เยือกแข็ง.** โครงการวิจัยที่ ภ.44-11 สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย.
- มาลัย บุญรัตน์กรกิจ. 2545. จุลินทรีย์ในอาหารแช่เย็นและอาหารแช่เยือกแข็ง. ใน **เอกสารประกอบการสัมมนา-อบรมวิชาการด้านอุตสาหกรรมอาหาร.** สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ และศูนย์พันธุวิศวกรรมและเทคโนโลยีชีวภาพแห่งชาติ.
- รวีโรจน์ อนันตธนาชัยและคณะ. 2552. **การพัฒนาสำหรับอาหารไทยเพื่อสุขภาพบนพื้นฐานเศรษฐกิจพอเพียงและบริบทชุมชน.** มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.

- รวีโรจน์ อนันตธนาชัย. 2548. **อาหารไทย : สมดุล- สมุนไพร**. กรุงเทพฯ : เสมาธรรม.
- วาสนา พวงมาลัยและคณะ. 2548. **พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารสำเร็จรูปแช่แข็งของประชากรในเขตจตุจักร**. มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม.
- วารุณี วารัฐญาณนท์ เกศศิณี ตระกูลทิวาร อัญชนีย์ อุทัยพัฒนาชีพ เพลินใจ ตั้งคณะกุล มัณฑนา ร่มรักษ์ งามจิตร โลวิฑูร เย็นใจ ฐิตะฐาน และ อุไร เผ่าสังข์ทอง. 2547. การวิจัยและพัฒนาคุณภาพและโภชนาการของอาหารไทยเพื่อการส่งออก รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ เสนอต่อสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 130 น.
- สมคิด ธรรมรัตน์. 2531. การผลิตวุ้นน้ำมะพร้าวและการแปรรูป. **วารสารอาหาร**. 18(4): 250-262.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. 2554. **สุขภาพคนไทย 2554 : เอชไอเอ กลไกพัฒนานโยบายสาธารณะเพื่อชีวิตและสุขภาพ**. นครปฐม.
- สถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 2555. **84 เมนูอาหาร ผู้สูงอายุเพื่อสุขภาพ**. กรุงเทพฯ : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน).
- สุดสาย ตรีวานิช และคณะ. 2552. **แนวทางการผลิตอาหารให้ปลอดภัยสำหรับ SMEs : อาหารแช่เย็นและแช่เยือกแข็ง**. กรุงเทพฯ : หจก. ฟรี-วัน.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2548. **สรุปผลการสำรวจพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 (พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร)**. ค้นวันที่ 7 กรกฎาคม 2554 จาก <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/service/survey/bph48.pdf>.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2555. การมีและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสารในครัวเรือนไทย.
- สำนักโภชนาการ กรมอนามัย 2555. **กินเค็มน้อยลงลดภัยพิบัติโรคความดันฯ**. กรุงเทพฯ : ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.
- สมเกียรติ โกศลวัฒน์และคณะ. 2548. **สารพฤกษเคมีในอาหารไทย** ในการประชุมวิชาการเรื่อง การกำหนดอาหารและการดัดแปลงอาหารไทยสู่ครัวโลกและครัวโรค : นำความรู้สู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ : เมตตาออปปีปริน.
- แสงโสม สีนะวัฒน์ กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และองค์กรยูนิเซฟ สำนักประเทศไทย. 2552. **รายงานการสำรวจปริมาณการบริโภคโซเดียมคลอไรด์ของประชากรไทย**.
- อรวิศ นพพรรค. 2542. **ขนมไทย**. โอเดียนสโตร์, กรุงเทพฯ.
- อัญชนีย์ อุทัยพัฒนาชีพ. 2549. **โครงการวิจัยการพัฒนาและการทดสอบประสิทธิภาพอาหารไทยควบคุมน้ำหนัก (Thai Diet Development and Efficacious Test for Weight Control)** รายงานวิจัยเสนอต่อสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- Ahmad, F.B. and P.A. Williams. 1999. **Effect of sugars on the thermal and rheological properties of sago starch**. *Biopolymers*. 50(4): 401-412.

- Anfinsen, J.R. and B.C. Tunland. 2005. **Reduced digestible carbohydrate food having reduced blood glucose response.** US. Patent No. 0050118326.
- Ascherio, A., Katan, M.B., Zock, P.L., Stampfer, M.J. and Willett, W.C. 1999. **Trans Fatty Acids and Coronary Heart Disease.** New England Journal of Medicine. 340: 1994-1998.
- Arunyanart, T. And S. Charoenrein. 2008. **Effect of sucrose on the freeze-thaw stability of rice starch gels: Correlation with microstructure and freezable water.** Carbohydrate Polymers. 74(3): 514-518.
- Brand Miller, J. 1995. **International tables of glycemic index.** Am. J. Clin. Nutr. 62 : 871S.
- Craig, W.J. 1999. **Health – promoting properties of common herbs.** Am. J. Clin. Nutr. 70 (supple) : 491s – 499s.
- Greenfield, H., Wimalasiri, P., Han, L.T.N., Balmer, N., and Wills, R.B.H. 1981. **Composition of Australian Foods.** 6. Chinese foods. Food Technol. Aust. 33.
- Greenfield, H., Makinson, J.H. Weyrauch, A., and Wills, R.B. H. 1984. **Composition of Australian foods.** 24. Italian foods. Food Technol. Aust. 36.
- Greenfield, H., Bourke, G. and Hutchison, G. J. 1988. **Composition of Australian Foods.** 41. McDonald's Breakfast foods and chicken McNuggets'. Food Technol. Aust. 40.
- Grice, H.C., and L.A. Goldsmith. 2000. **Sucralose – an overview of the toxicity data.** Food Chem. Toxicol. Suppl. 2, S1–S6.
- Grotz, V.L.,and I.C. Munro. 2009. **An overview of the safety of sucralose.** Regulatory Toxicology and Pharmacology 55: 1–5.
- Huang, D.; Ou, B., Hampsch-Woodill, M., Flanagan, J. A., Deemer, E. K. 2002. **Development and validation of oxygen radical absorbance capacity assay for lipophilic antioxidants using randomly methylated β - cyclodextrin as the solubility enhancer.**J. Agric. Food Chem. 50: 1815-1821.
- Institute of Nutrition, Mahidol University. 1999. **Thai food composition tables.** Paluk Tai Co., Ltd., Bangkok.
- Isabelle, M., Lee, B.L., Lim, M.T., Koh, W-P., Huang, D., Ong, C. N. 2010. **Antioxidant activity and profiles of common vegetables in Singapore.** Food Chemistry 120: 993–1003.
- Krinsky, N.I., Mayne, S.T. and Seis, H. 2004. **Carotenoids in health and disease.** New York,

USA : Marcel Dekker.

Managing the cold chain for quality and safety. Available Source : [http://sea food. ucdavis. edu/pubs/coldchain.doc](http://seafood.ucdavis.edu/pubs/coldchain.doc), October 19, 2008.

Nakahara, K., and Trakoontivakorn, G., 1999. **Antioxidant and antimutagenic properties of some local agricultural products in Thailand.** In Highlight of Collaborative Research Activities between Thai Research Organizations and JIRCAS provided for JIRCAS Seminar in Bangkok 1999, Bangkok, Thailand. 3 March 1999.

National Institutes of Health Obesity Education Initiatives, US. Department of Health and Human Services, 2000.

Rahman, M.S., 2007. Food Preservation by Freezing. In: **Handbook of Food Preservation.** pp. 1088 Taylor & Francis, Boca Raton, USA.

Simsak, S. 2009. **Application of zanthan gum for reducing in refrigerated doughs.** Food Hydrocolloids. 23: 2354-2358.

Steinberg, D., Parthasarathe, S., Carew, T.W., Khoo, J.C., and Witztum, J.L. 1989. **Beyond Cholesterol : modifications of low – density lipoprotein that increase its atherogenicity.** New England J. Med. 320 (4).

The National Research Council of Thailand, Kasetsart & University, Mahidol University (2006). **Thai food Good Set Meun for Health.** Bangkok : Department of Educational Technology, Kasetsart University.

The United States Department of Agriculture (USDA). 2010. **Dietary Guidelines for Americans .** <http://www.cnpp.usda.gov/dietaryguidelines.htm>

Phillips, G.O. and P.A. Williams. 2009. **Handbook of hydrocolloids. Second edition.** CRC Press, Boca Raton, New York.

Singleton, V.L. and Rossi Jr., J.A. 1965. **Colorimetry of total phenolics with phosphomolybdic – phosphotungstic acid reagents.** Am. J. Enol. Vitic. 16 : 144-158.

Trakoontivakorn, G., Nakahara, K., Shinmoto, H. and Tsushida, T., 1999. **Determination of antimutagenic constituents of fingerroot and galanga in Highlight of Collaborative Research Activities between Thai Research Organizations and JIRCAS provided for JIRCAS Seminar in Bangkok 1999,** Bangkok, Thailand. 3 March 1999. pp. 138 – 140.

- Veerothai, M. and Greenfield, H. 1989. **Composition of Australian Foods.** No., 43 : Thai Restaurants Foods. Food Technol. Aust.41 : 548 – 552.
- Whitney, E.N., and Hamilton, E.M.N. 1981. **Understanding nutrition.** Second edition. West Publishing Company, Minnesota, USA.
- World Health Organization. 2003. **Population intake goals for preventing diet related diseases.** In Diet,nutrition and the prevention of chronic diseases : report of a joint WHO/FAO expert consultation. WHO Technical Report Series: 916. 28 January - 1 February 2002, Geneva, Switzerland. 149 pp.
- Wu, X., Beecher, G.R., Holden, J. M., Haytowitz, D.B., Gebhardt, S. E., Prior, R.L. 2004. **Lipophilic and hydrophilic antioxidant capacities of common foods in the United States** J. Agric. Food Chem. 2004, 52, 4026-4037.