

# รายวิชา การงานอาชีพ

## เรื่อง การถนอมอาหาร

รหัสวิชา ง22101 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ผู้สอน ครูณภัทร กาญจนะพังคะ

ภาพ การถนอมอาหาร โดย พืชเกษตร จากเว็บ <https://www.tvdirect.tv/blog/food-preservation.html>

# การถนอม อาหาร

ภาพ การถนอมอาหาร โดย พี่เกษตรกร จากเว็บ <https://www.tvdirect.tv/blog/food-preservation.html>



## จุดประสงค์การเรียนรู้

1. วิเคราะห์วิธีถนอมอาหาร ด้วยวิธีการดอง การแช่อิม การตากแห้ง และการเชื่อมได้
2. สามารถเลือกวิธีถนอมอาหารที่เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ได้
3. ปฏิบัติการแสวงหาความรู้ได้



## จุดประสงค์การเรียนรู้

4. มีทักษะการจัดการ
5. มีทักษะกระบวนการแก้ปัญหา
6. มีวินัยใฝ่เรียนรู้ มุ่งมั่นในการทำงาน  
และมีจิตสาธารณะ



<https://program.thaipbs.or.th/Eatamare/episodes/26660#&gid=1&pid=2>

กินอยู่...คือ อาหารหมักดองของอร่อย



<https://cookpad.com/th/recipes/6064253>-ปลากระดี่ทอดน้ำปลา

# ความหมาย การถนอมอาหาร

ภาพ การถนอมอาหาร จากเว็บ <https://www.ch3thailand.com/news/scoop/11180>

## การถนอมอาหาร หมายถึง

วิธีการยืดอายุการเก็บรักษาอาหารไว้ได้นานขึ้น  
ช่วยชะลอการเน่าเสียของอาหารที่เกิดจาก  
สาเหตุต่าง ๆ



## การถนอมอาหาร หมายถึง

เน้นการรักษาคุณภาพของอาหาร ทั้งทางด้าน  
รสชาติคุณค่าทางโภชนาการ และทำให้อาหาร  
ปลอดภัยต่อการบริโภคมากที่สุด

# หลักการสำคัญของการถนอมอาหาร คือ

การทำลายจุลินทรีย์บางชนิด

หรือยับยั้งการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์

หรือทำให้เอนไซม์ในอาหารทำงานได้ช้าลง

หรือหยุดชะงัก

# ประโยชน์ของการถนอมอาหาร

มีอาหารบริโภคตลอดปี

ช่วยรักษาคุณค่าของอาหารคงอยู่ได้นาน

ทำให้ได้อาหารที่มีสีสัน รสชาติและลักษณะที่แปลกใหม่

เพิ่มมูลค่าผลผลิตทางการเกษตรและลดปัญหาผลผลิต  
ล้นตลาด สร้างรายได้ให้ชุมชนและครอบครัว



# วิธีการถนอมอาหารทำได้หลายวิธีดังนี้

ภาพ การถนอมอาหาร จากเว็บ <http://domainnamesearches.com/2019/01/31/อาหารกระป๋องดีต่อสุขภาพ>

# การตากแห้ง



ภาพ การตากแห้ง จากเว็บ <http://atchareeyaaom.blogspot.com/2014/07/blog-post.html>

# การดอง



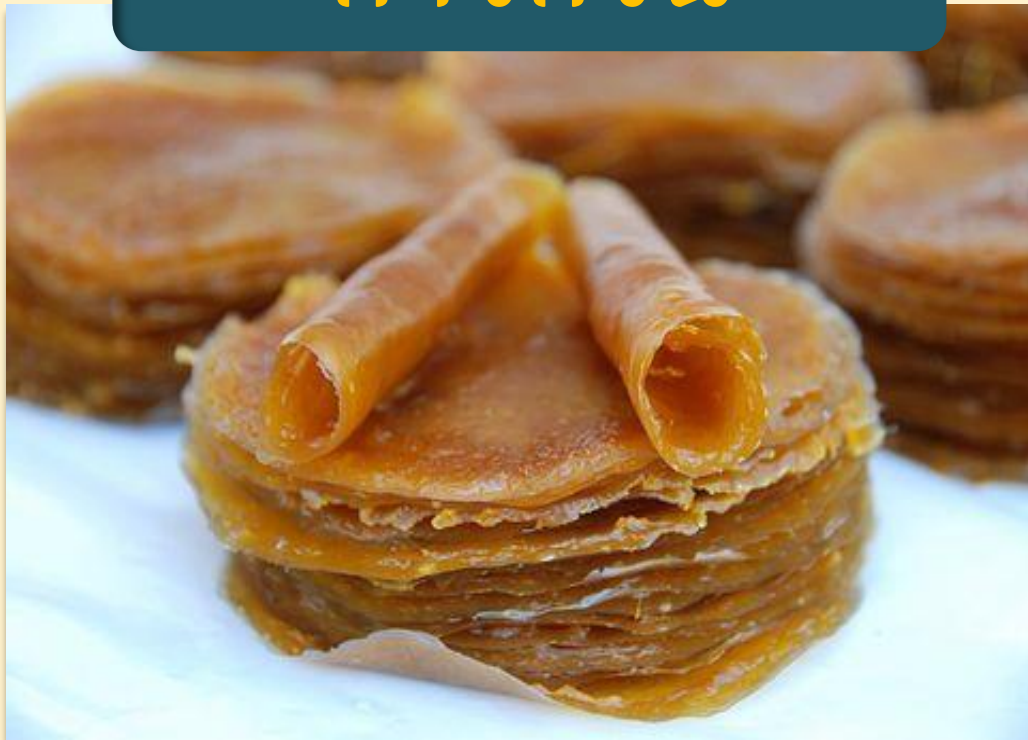
ภาพ การดอง จากเว็บ [https://www.matichonacademy.com/content/article\\_30492](https://www.matichonacademy.com/content/article_30492)

# การเชื่อม



ภาพ การเชื่อม จากเว็บ <http://kjr-ppg.blogspot.com/2016/06/6.html>

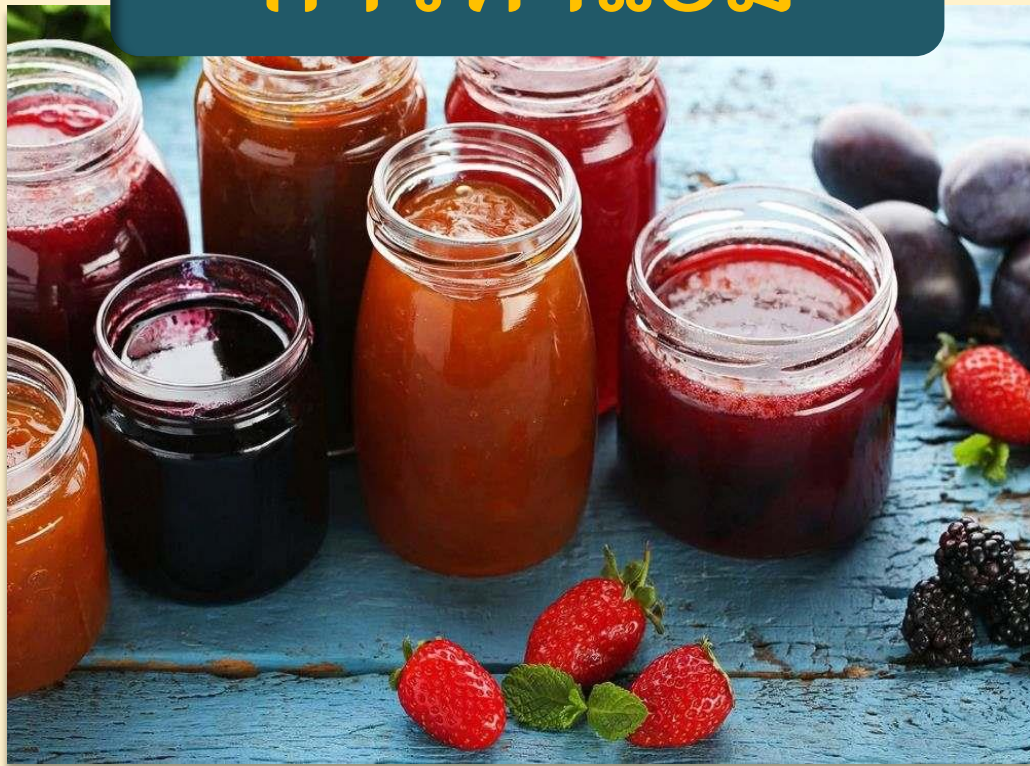
# การกวน



ภาพ การกวน จากเว็บ <http://www.momtanaddak.com/how-to-preserve/>



# การทำแยม



ภาพ การทำแยม จากเว็บ <https://anamariabraga.globo.com/materia/receitas-faceis-geleia/>



# บัตรกิจกรรม

1. กลุ่มวิเคราะห์ตัวอย่างอาหารที่ครูนำมาให้ชิมและสืบค้นข้อมูลจากใบความรู้ที่ 2.9 เรื่อง การถนอมอาหาร
2. นำข้อมูลที่ค้นคว้าได้มาตอบคำถามลงในใบงานที่ 2.9 เรื่อง การถนอมอาหาร
3. ตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน



## ใบความรู้ที่ 2.9 เรื่อง การถนอมอาหาร

- ความหมายของการถนอมอาหาร
- หลักการถนอมอาหาร
- ประโยชน์ของการถนอมอาหาร
- วิธีการถนอมอาหาร



# ใบงานที่ 2.9 เรื่อง การถนอมอาหาร

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

1. การถนอมอาหาร คืออะไร

.....

2. การถนอมอาหาร มีประโยชน์อย่างไร

.....



## ใบงานที่ 2.9 เรื่อง การถนอมอาหาร

3. ศึกษาวิธีการถนอมอาหารและตอบคำถามตามที่กลุ่มนักเรียนได้รับมอบหมาย ชื่อวัตถุดิบ ลักษณะเนื้อ และวิธีการถนอมอาหาร

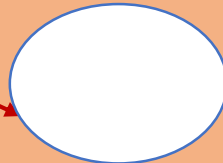
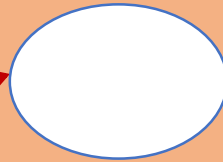
ชื่อวัตถุดิบ	ลักษณะเนื้อ/รสชาติ	วิธีการถนอมอาหาร
กล้วยน้ำว้า		
เผือก		



## ใบงานที่ 2.9 เรื่อง การถนอมอาหาร

3. ศึกษาวิธีการถนอมอาหารและตอบคำถามตามที่กลุ่มนักเรียนได้รับมอบหมาย ชื่อวัตถุดิบ ลักษณะเนื้อ และวิธีการถนอมอาหาร

ภาพวัตถุดิบ



# สรุปบทเรียน

**วิธีการถนอมอาหารอาจทำได้หลายวิธี** เช่น  
การใช้น้ำตาล เกลือ หรือแสงแดด ช่วยในการถนอม  
อาหาร **ซึ่งวัตถุดิบที่แตกต่างกันก็จะเลือกใช้วิธีการ  
ที่แตกต่างกันด้วย**

# บทเรียนต่อไป

เรื่อง

การดองเค็ม



# สิ่งที่ต้องเตรียมบทเรียนต่อไป

เพื่อใช้ฝึกปฏิบัติการถนอมอาหารด้วยวิธีการดอง

- 1.เตรียมไข่เป็ด กลุ่มละ 5 ฟอง
- 2.ขวดโหลแก้วใช้บรรจุไข่ กลุ่มละ 1 ขวด
- 3.กระดาษปูโต๊ะ ผ้าซีริว ถุงใส่ขยะ
- 4.น้ำเกลือต้มสุก(ครูเตรียมให้)