

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญ

กรีกโยเกิร์ตเกิดมาจากแบรนด์ที่ชื่อว่า "FAGE" ร้านขายผลิตภัณฑ์จากนมเล็กๆ ในกรุงเอเธนส์ ประเทศกรีซ ที่ก่อตั้งในปี 1926 ด้วยความที่ร้านอยากให้โยเกิร์ตของตัวเองมีเนื้อเข้มข้นกว่าโยเกิร์ตทั่วไป จึงได้ทดลองนำโยเกิร์ตของตัวเองไปกรอง เพื่อให้หางนมหรือน้ำเวย์ของเหลวที่มีแลคโทส ซึ่งเป็นน้ำตาลธรรมชาติที่พบในนม แยกตัวออกจนเหลือแค่เนื้อโยเกิร์ตนุ่มหนึบ คล้ายกับครีมชีส ซึ่งพอ FAGE ทำโยเกิร์ตสูตรนี้ออกมาได้สำเร็จก็อยากสื่อสารว่าเป็นแบรนด์ที่มาจากประเทศกรีซ จึงตั้งชื่อเมนูนี้ว่า "Greek Yogurt" (กรีกโยเกิร์ต) ต่อมาโยเกิร์ตสูตรนี้ก็ได้รับความนิยมมากขึ้นทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยเฉพาะในช่วงทศวรรษ 1990 จนแบรนด์ FAGE ได้ส่งออกกรีกโยเกิร์ตไปตีตลาดในสหรัฐอเมริกา และกลายเป็นเทรนด์กรีกโยเกิร์ตขึ้นมาในตอนนั้น นับตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา โยเกิร์ตที่เนื้อแน่นๆ ต่างจากโยเกิร์ตทั่วไปที่มีเนื้อค่อนข้างเหลว ก็ถูกเรียกว่า กรีกโยเกิร์ตมาเรื่อยๆ จนถึงปัจจุบัน

กรีกโยเกิร์ต หมายถึง โยเกิร์ตที่เกิดจากการกรองและคั้นหางโยเกิร์ต น้ำรวมถึงน้ำตาลแลคโตสออกไปจนเกือบหมด ผลที่ได้คือเนื้อของโยเกิร์ต ที่เข้มข้นมากไปจนถึงโยเกิร์ตที่แข็งตัวเป็นก้อน วิธีการเดียวกับที่ทำโยเกิร์ตปกติธรรมดา คือต้มนมด้วยความร้อนสูง จากนั้นลดอุณหภูมิลงมาในระดับที่เหมาะสมกับเชื้อแบคทีเรีย ก่อนนำหัวเชื้อไปหมักจนกลายเป็นนมบูดอย่างที่เราคุ้นเคย หลังจากนั้นเพื่อทำให้เป็นกรีกโยเกิร์ต ก็ต้องนำโยเกิร์ตเหลวๆ ที่ได้นั้นมากรองน้ำออก โดยใช้ผ้าขาวบางกรอง ทิ้งไว้จนกว่าหางโยเกิร์ตจะกรองออกจนหมด หรือทิ้งไว้ข้ามคืน สิ่งที่ได้คือเนื้อโยเกิร์ตที่เข้มข้นมาก ๆ การทำกรีกโยเกิร์ตใช้เวลาเยอะ เรียกได้มากกว่าเป็นสองเท่าของโยเกิร์ตปกติ และต้องใช้โยเกิร์ตปกติในปริมาณมากเพื่อที่จะได้กรีกโยเกิร์ต 1 ถ้วยนี้จึงเป็นสาเหตุว่าทำไมกรีกโยเกิร์ต หรือโยเกิร์ตแบบเข้มข้น ถึงมีราคาแพงกว่าโยเกิร์ตปกติทั่วไป

ในการผลิตโยเกิร์ตในระยะแรกๆ จะไม่มีการเติมแต่งกลิ่นรส แต่นิยมให้มีกลิ่นรสตามธรรมชาติ ซึ่งอาจจะทำให้ผลิตภัณฑ์โยเกิร์ต ให้มีความหลากหลายมากขึ้น โดยอาจปรุงแต่งรสชาติด้วยการเติมผลไม้ เช่น สตรอเบอร์รี่ บลูเบอร์รี่ ลิ้นจี่ เป็นต้น เพื่อเพิ่มรสชาติรวมถึงทำให้เกิดกลิ่นที่ดีให้แก่โยเกิร์ต ทำให้น่ารับประทานและเป็นທີ່ดึงดูดใจของผู้ซื้อด้วย

ดังนั้นในการศึกษาร้านนี้จะศึกษาถึงความหลากหลายของรสชาติกรีกโยเกิร์ตโดยงานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบรสชาติของกรีกโยเกิร์ตนอกจากนี้ยังทดสอบการยอมรับของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์ด้วย

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อทดลองการทำกรีกโยเกิร์ตรสชาติต่างๆ
2. เพื่อทดสอบการยอมรับของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์
3. เพื่อให้ได้กรีกโยเกิร์ตที่มีคุณภาพและปริมาณที่เหมาะสมกับราคา

### ขอบเขตการศึกษา

#### 1. ขอบเขตของเนื้อหา

การศึกษาครั้งนี้มุ่งศึกษาการยอมรับของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์กรีกโยเกิร์ตรสชาติต่างๆ แบ่งเป็น 2 ด้าน ได้แก่

- 1.ความเข้ากันของกรีกโยเกิร์ตและรสชาติอื่นๆ
- 2.ความเหมาะสมของปริมาณและราคา

## 2.ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในเรื่องนี้ ได้แก่ กลุ่มนักเรียนโรงเรียนสตรีอ่างทองชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายปีที่ 6 จำนวน 448 คน ปีการศึกษา 2566  
กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายปีที่ 6\2 จำนวน 40 คน

### นิยามศัพท์

กรีกโยเกิร์ต หมายถึง โยเกิร์ตที่เกิดจากการกรองและคั้นหางโยเกิร์ต น้ำ รวมถึงน้ำตาลแลคโตสออกไปจนเกือบหมด ผลที่ได้คือเนื้อของโยเกิร์ตที่เข้มข้นมาก ไปจนถึงโยเกิร์ตที่แข็งตัวเป็นก้อน

นม หรือน้ำนม หมายถึง ของเหลวสีขาวที่ประกอบด้วยสารอาหารที่ออกมาจากเต้านมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม

รสชาติ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของอาหารที่รับรู้ได้ด้วยลิ้น เช่น รสขม รสหวาน รสเปรี้ยว รสเค็มและอูมามิ

### ตัวแปรที่ใช้วิจัย

1. นมแต่ละยี่ห้อ
2. รสชาติของกรีกโยเกิร์ต
- 3.ระยะเวลาในการผลิต

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.มีรสชาติกรีกโยเกิร์ตให้เลือกทานมากขึ้น
- 2.กรีกโยเกิร์ตมีคุณภาพและปริมาณที่เหมาะสมกับราคา

## บทที่ 2

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ผู้จัดทำได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นพื้นฐานประกอบรายงานวิจัยเรื่อง กรีกโยเกิร์ตในท้องตลาดมีสินค้าที่ไม่หลากหลาย

1. ความเป็นมาของกรีกโยเกิร์ต
2. ประโยชน์ของกรีกโยเกิร์ต
3. วิธีการทำกรีกโยเกิร์ต
4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1.ความเป็นมาของกรีกโยเกิร์ต

กรีกโยเกิร์ตเกิดมาจากแบรนด์ที่ชื่อว่า "FAGE" ร้านขายผลิตภัณฑ์จากนมเล็กๆ ในกรุงเอเธนส์ ประเทศกรีซ ที่ก่อตั้งในปี 1926 ด้วยความที่ร้านอยากให้โยเกิร์ตของตัวเองมีเนื้อเข้มข้นกว่าโยเกิร์ตทั่วไป จึงได้ทดลองนำโยเกิร์ตของตัวเองไปกรอง เพื่อให้หางนมหรือน้ำเวย์ของเหลวที่มีแลคโทส ซึ่งเป็นน้ำตาลธรรมชาติที่พบในนม แยกตัวออกจนเหลือแค่เนื้อโยเกิร์ตนุ่มหนึบ คล้ายกับครีมชีส ซึ่งพอ FAGE ทำโยเกิร์ตสูตรนี้ออกมาได้สำเร็จ ก็อยากสื่อสารว่า เป็นแบรนด์ที่มาจากประเทศกรีซ จึงตั้งชื่อเมนูนี้ว่า "Greek Yogurt" (กรีกโยเกิร์ต) ต่อมาโยเกิร์ตสูตรนี้ก็ได้รับความนิยมมากขึ้นทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยเฉพาะในช่วงทศวรรษ 1990 จนแบรนด์ FAGE ได้ส่งออกกรีกโยเกิร์ตไปตีตลาดในสหรัฐอเมริกา และกลายเป็นเทรนด์กรีกโยเกิร์ตขึ้นมาในตอนนั้น นับตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา โยเกิร์ตที่เนื้อแน่นๆ ต่างจากโยเกิร์ตทั่วไปที่มีเนื้อค่อนข้างเหลว ก็ถูกเรียกว่า กรีกโยเกิร์ตมาเรื่อยๆ จนถึงปัจจุบัน

#### 2.ประโยชน์ของกรีกโยเกิร์ต

- 2.1. มีโปรตีนสูง** ด้วยกระบวนการทำกรีกโยเกิร์ต ที่เกิดจากการนำโยเกิร์ตธรรมดา มารัดตัวเพื่อรีดเอาน้ำเวย์ออกจนเกิดเป็นเนื้อโยเกิร์ตเข้มข้น จึงทำให้กรีกโยเกิร์ตเป็นแหล่งโปรตีน ที่มากกว่าโยเกิร์ตธรรมดา ถึง 2 เท่า โดยมีโปรตีนประมาณ 9 กรัมต่อ 100 กรัม ช่วยให้ร่างกายรู้สึกอิ่มได้นานขึ้น
- 2.2. ช่วยกระตุ้นระบบการทำงานของลำไส้** กรีกโยเกิร์ตกรีก อุดมไปด้วย โพรไบโอติก ซึ่งเป็นเชื้อจุลินทรีย์ที่มีชีวิต ซึ่งมีส่วนช่วยในการช่วยกระตุ้นระบบการทำของลำไส้และระบบทางเดินอาหารของร่างกาย เพิ่มความหลากหลายของจุลินทรีย์ในลำไส้ ป้องกันไม่ให้เชื้อก่อโรควิวที่ผิวเยื่อลำไส้ และยังช่วยกระตุ้นการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันอีกด้วย
- 2.3. ช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย** กรีกโยเกิร์ตจะอุดมไปด้วยแบคทีเรียที่มีประโยชน์ ที่ช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน ทำให้ร่างกายแข็งแรง สามารถต้านเชื้อโรคบางชนิดได้ ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของเยื่อลำไส้ และยับยั้งการเจริญเติบโตของแบคทีเรียสายพันธุ์ที่เป็นอันตราย
- 2.4. ช่วยให้กระดูกแข็งแรง** กรีกโยเกิร์ต เป็นอาหารที่มีแคลเซียม แมกนีเซียม และฟอสฟอรัสซึ่งเป็นแร่ธาตุที่มีส่วนช่วยในการช่วยให้เพิ่มมวลกระดูก และเสริมความแข็งแรงให้กระดูก และฟัน

**2.5.อุดมไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุที่มีประโยชน์** กรีกโยเกิร์ตเต็มไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุที่สำคัญ ซึ่งมีส่วนช่วยให้ระบบการทำงานของร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ว่าจะเป็น แมกนีเซียม ฟอสฟอรัส วิตามินบี วิตามินบี

**2.6.เหมาะกับผู้ที่กำลังควบคุมน้ำหนัก** กรีกโยเกิร์ตเป็น Super Food ที่ให้พลังงานสูงแต่ไขมันต่ำ มีโปรตีนสูง ช่วยให้ร่างกายอิ่มนาน ช่วยเพิ่มระดับของฮอร์โมนที่ระงับความอยากอาหาร ช่วยลดความอยากอาหารลงได้

**2.7. ช่วยบำรุงเส้นผมและผิวหนัง** ในกรีกโยเกิร์ต อุดมไปด้วยวิตามินและแร่ธาตุที่ดีต่อร่างกาย การทานกรีกโยเกิร์ตเป็นประจำจะมีส่วนช่วยให้เลือดไหลเวียนได้ดี ซึ่งจะส่งผลดีต่อการบำรุงผิวหนัง เส้นผม และเล็บ

### 3. วิธีการทำกรีกโยเกิร์ต

ต้มนมด้วยความร้อนสูง จากนั้นลดอุณหภูมิลงมาในระดับที่เหมาะสมกับเชื้อแบคทีเรีย ก่อนนำหัวเชื้อไปหมักจนกลายเป็นนมบูดอย่างที่เราคุ้นเคย หลังจากนั้นเพื่อทำให้เป็นกรีกโยเกิร์ต ก็ต้องนำโยเกิร์ตหลายๆ ที่ได้นั้นมากรองน้ำออก โดยใช้ผ้าขาวบางกรอง ทิ้งไว้จนกว่าหางโยเกิร์ตจะกรองออกจนหมด หรือทิ้งไว้ข้ามคืนสิ่งที่ได้คือเนื้อโยเกิร์ตที่เข้มข้นมากๆ การทำกรีกโยเกิร์ตใช้เวลานาน เรียกได้มากกว่าเป็นสองเท่าของโยเกิร์ตปกติ และต้องใช้โยเกิร์ตปกติในปริมาณมากเพื่อที่จะได้กรีกโยเกิร์ต 1 ถ้วยนี้จึงเป็นสาเหตุว่าทำไมกรีกโยเกิร์ต หรือโยเกิร์ตแบบเข้มข้น ถึงมีราคาแพงกว่าโยเกิร์ตปกติทั่วไป

### 4. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยครั้งนี้ศึกษาผลของการเสริมผลไม้ 3 ชนิด ได้แก่ มะม่วง มะละกอ และแก้วมังกร ต่อ คุณสมบัติทางเคมี กายภาพ และกิจกรรมต้านการเกิดออกซิเดชันของผลิตภัณฑ์โยเกิร์ต เปรียบเทียบ กับโยเกิร์ตที่ไม่มีการเติมผลไม้ (สูตรควบคุม) และโยเกิร์ตที่มีน้ำตาล 8% โดยวัดค่าความขุ่นหนืด ปริมาณร้อยละของการแยกตัวของน้ำของแข็งที่ละลายได้ ความเป็นกรดต่าง ปริมาณกรดแลคติก และประเมินทางประสาทสัมผัส รวมทั้งความสามารถในการต้านการเกิดออกซิเดชันของผลิตภัณฑ์ โยเกิร์ตระหว่างการเก็บรักษาที่อุณหภูมิ 4 องศาเซลเซียส เป็นเวลานาน 13 วัน ผลการทดลองพบว่า ค่าความเป็นกรดต่าง และปริมาณของแข็งที่ละลายได้ของโยเกิร์ตทุกตัวอย่างลดลงระหว่างการเก็บรักษา โยเกิร์ตกลุ่มควบคุมมีค่าความเป็นกรดต่าง ปริมาณกรดแลคติก สูงกว่าโยเกิร์ตผลไม้ทั้ง 3 ชนิด ร้อยละของการแยกตัวของน้ำ และความขุ่นหนืดของ โยเกิร์ตทุก ตัวอย่างเพิ่มขึ้นในระหว่างการเก็บรักษา โดยโยเกิร์ตผลไม้ทั้ง 3 ชนิดมีความขุ่นหนืดสูงกว่า โยเกิร์ตกลุ่ม ควบคุมและโยเกิร์ตที่มีน้ำตาล 8% ปริมาณของแข็งที่ละลายได้ทั้งหมดในโยเกิร์ตผลไม้ มีค่าใกล้เคียง กันอยู่ในช่วง 13.03 -14.03 องศาบริกซ์ ซึ่งสูงกว่าโยเกิร์ตควบคุม (9.03 องศาบริกซ์) ผลการประเมิน คุณภาพทางประสาทสัมผัส พบว่าคะแนนการยอมรับโดยรวมของผลิตภัณฑ์โยเกิร์ตทุกตัวอย่างไม่ แตกต่างกัน ( $p>0.05$ ) นอกจากนี้โยเกิร์ตมะม่วงมีปริมาณสารฟีนอลิกโดยรวม และความสามารถในการยับยั้งอนุมูลอิสระ DPPH สูงที่สุดในขณะที่โยเกิร์ตแก้วมังกรมีปริมาณฟลาโวนอยด์และแอนโทไซยานินสูงที่สุด (สุนันท์ บุตรศาสตร์, ญาณิศา โพธิ์รัตน์ โส, วนิดา สุทธิประภา 2560)

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการผลิตโยเกิร์ต กล้วยหอม โดยใช้เชื้อโยเกิร์ตที่เหมาะสมต่อการเกิดเคิร์ด คือ 12 กรัมต่อน้ำนม 100 กรัม และแปรปริมาณกล้วยหอมที่แตกต่างกัน คือ 5, 10, 15 และ 20 กรัมต่อนม 100 กรัม ตามลำดับ โดยใช้กล้วยหอมที่มีอายุ 90 ุ วัน เมื่อทดสอบทางประสาทสัมผัส พบว่าโยเกิร์ตที่เติมกล้วยหอม 10 กรัม ผู้บริโภคให้การยอมรับมากที่สุด แต่พบว่าโยเกิร์ตที่ผลิตได้ทุก สูตรมีสีน้ำตาลเกิดขึ้น ดังนั้นจึงศึกษาวิธีการควบคุมการเกิดสีน้ำตาลในกล้วยหอม โดยวิธีทางกายภาพและเคมีซึ่งวิธีทาง กายภาพทำโดยการ

ลวกที่อุณหภูมิ 85 °C พบว่าการลวกเป็น เวลานาน 8 นาทีสามารถควบคุมการเกิดสีน้ำตาลได้ดีกว่า 6 นาที ส่วนวิธีทางเคมีทำได้โดยการแช่ในสารเคมีพบว่ากล้วยหอมที่แช่ใน 0.5% ascorbic acid นาน 20 นาทีสามารถ ป้องกันการเกิดสีน้ำตาลได้ดีกว่า 0.5% citric acid นาน 20 นาที ดังนั้นในการผลิตโยเกิร์ต จึงเลือกใช้ ascorbic acid ในการป้องกันการเกิดสีน้ำตาลที่เกิดขึ้นและทำการวิเคราะห์ องค์ประกอบทางเคมีของโยเกิร์ตกล้วยหอม พบว่ามีความชื้น คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมันและเถ้า ร้อยละ 81.99, 11.84, 3.27, 2.31 และ 0.55 ตามลำดับ และศึกษาการเปลี่ยนแปลงของโยเกิร์ตกล้วยหอมในระหว่างการเก็บรักษา พบว่าความ คงตัวของโยเกิร์ตไม่เปลี่ยนแปลงเมื่อเก็บไว้ที่ 4 องศาเซลเซียส นาน 3 สัปดาห์ (ปิยนุสรณ์ น้อยดวงและ ปัทมา คล้ายจันทร์)

ในปัจจุบันความนิยมในเรื่องของการรักษาสุขภาพนั้นกำลังเป็นที่นิยมสำหรับผู้คนยุคใหม่และโยเกิร์ตนั้นก็ถือว่าเป็นอาหารว่างที่ได้รับความนิยมและหารับประทานได้ง่ายและสะดวกสบาย และภายในโรงแรมดับเบิลยูนั้นได้จัดให้เมนูโยเกิร์ตอยู่ในรายการอาหาร Buffet ในช่วงเช้าอีกด้วย และโยเกิร์ตยังเป็นที่ยื่นชอบของลูกค้าที่เข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมากผู้จัดทำจึงได้คิด โครงการ เรื่อง โยเกิร์ตทอโวคาโดฮันนี่ (Honey Avocado Yoghurt) มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสรรค์และเพิ่ม ทางเลือกให้กับลูกค้าและเป็นการเพิ่มรายได้ให้ห้องอาหาร ผลการศึกษาพบว่าผลความพึงพอใจที่มีต่อเมนู โยเกิร์ตทอโวคาโดฮันนี่ (Honey Avocado Yoghurt) ว่าเป็นเมนูที่มีความคิดสร้างสรรค์และมีความแปลกใหม่ เมนูนี้เป็นเมนูที่เต็มเปี่ยมไปด้วยคุณค่าทางสารอาหาร และการตกแต่งที่สวยงาม และเห็นวัตถุประสงค์ของอาหารชัดเจนเป็นตัวดึงดูดเข้ามา ใช้บริการและทำให้ลูกค้าอยากรับประทานเมนูนี้มากขึ้น ผู้ประกอบการยังสามารถที่จะทำการพัฒนาสูตรและปรับปรุงเพื่อทำให้เมนูนี้มีมาตรฐาน เหมาะสมกับโรงแรม W Bangkok ได้และเพื่อเพิ่มเป็นเมนูเพื่อคนรักสุขภาพเมนูใหม่ได้อีกด้วย (นายธนะชัย รุ่งโรจน์สุนทร และนางสาวรินรดา สืบสังข์ 2560)

## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงความหลากหลายของรสชาติกรีกโยเกิร์ตและเพื่อเปรียบเทียบรสชาติของกรีกโยเกิร์ตนอกจากนี้ยังทดสอบการยอมรับของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์

1. วัตถุประสงค์
2. วัสดุอุปกรณ์และเครื่องมือในการผลิต
3. ขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย
4. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนสตรีอ่างทอง
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. วัตถุประสงค์

- หัวเชื้อโยเกิร์ต
- นำนมวัว
- แยมสตอเบอร์รี่
- แยมส้ม
- ผงโกโก้

#### 2. วัสดุอุปกรณ์และเครื่องมือในการผลิต

- หม้อสแตนเลส
- เต้าแก๊ส
- กล่องพลาสติก
- ผ้าขาวบาง
- กระจลอน

#### 3. ขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย

##### 3.1 วิธีทำ

1. นำนมใส่หม้อ ตั้งไฟ หมั่นคนไม่ให้ติดก้นหม้อ ต้มจนได้อุณหภูมิ 80 °C (ให้สังเกตว่านมจะเริ่มเดือด) จากนั้นให้ลดไฟลง และต้มต่อนาน 5 นาที เพื่อเป็นการฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ที่จะทำให้นมเกิดการเน่าเสีย
2. ยกจากเตา พักให้อุณหภูมิลดลงเหลือประมาณ 45 °C (ให้จับที่หม้อ แล้วนับ 1 - 10 ถ้าทนได้ แสดงว่าอุณหภูมิได้ที่แล้ว)
3. เทหัวเชื้อโยเกิร์ตใส่ถ้วย คนจนเนื้อเนียน ผสมนมลงไปเล็กน้อยจะช่วยให้เนื้อเนียนง่ายขึ้น
4. จากนั้นนำมาเทลงหม้อและคนให้เข้ากัน
5. ปิดฝาหม้อ และนำไปตั้งไว้ในที่ปิด เพื่อรักษาอุณหภูมิให้เหมาะกับการทำงานของจุลินทรีย์ เช่น ในกล่องโฟม เต้าไมโครเวฟ หรือเตาอบ ทั้งไว้นาน 8 - 12 ชั่วโมง (ขึ้นอยู่กับอุณหภูมิ ซึ่งจุลินทรีย์จะทำงานได้ดีที่อุณหภูมิประมาณ 40 - 45 °C)
6. เมื่อครบเวลาแล้ว เราจะได้เป็นโยเกิร์ตให้นำมาแกะรวงบนภาชนะ และเทโยเกิร์ตใส่ผ้าขาวบาง วางบนกระจลอนจากนั้นนำไปแช่ตู้เย็นช่องธรรมดา 8 ชั่วโมง เพื่อกกรองน้ำออกจากโยเกิร์ตซึ่งน้ำที่ได้นั้นจะเรียกว่าเวย์
7. กรีกโยเกิร์ตที่ได้ เนื้อจะเนียน ช้น รสออกเปรี้ยว คล้ายกินครีมชีส

### 3.2 การพัฒนาสูตรการผลิต

การใส่รสชาติต่างๆเข้าไปเพื่อเพิ่มรสชาติที่หลากหลายมากขึ้น

- สูตร 1 แยมสตอเบอร์รี่ คือ เมื่อได้กรีกโยเกิร์ตมาแล้วทำการผสมแยมสตอเบอร์รี่ลงไป
- สูตร 2 แยมส้ม คือ เมื่อได้กรีกโยเกิร์ตมาแล้วทำการผสมแยมส้มลงไป
- สูตร 3 ผงโกโก้ คือ เมื่อได้กรีกโยเกิร์ตมาแล้วทำการผสมผงโกโก้ลงไป

### 3.3 การตรวจสอบทางด้านประสาทสัมผัส

ทำการประเมินค่าทางประสาทสัมผัสทำการทดสอบโดยให้คะแนนความชอบแบบHedonic 5-point scal(1=ไม่ชอบมากที่สุด ถึง 5=ชอบมากที่สุด) ทำการทดสอบด้านสี รสชาติ เนื้อสัมผัสและความชอบโดยรวม

## 4. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างโรงเรียนสตรีอ่างทอง

### 4.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายชั้นปีที่ 6 ในโรงเรียนสตรีอ่างทองปีการศึกษา 2566 จำนวน 448

### 4.2 กลุ่มตัวอย่าง

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่แก่นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายชั้นปีที่ 6 โรงเรียนสตรีอ่างทองรวมจำนวน 40 คน

## 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาทำการวิเคราะห์ประมวลผล ด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูปเพื่อการวิจัย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลนี้ค่านัยยะ(Percentage) ใช้อธิบายลักษณะข้อมูลจากแบบสอบถามการทดสอบด้านสี รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบโดยรวม