



29 พฤษภาคม 2552

เรื่อง ขอความร่วมมือแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้าร่วมโครงการประกวดอาหารว่างเพิ่มพลังงานเพื่อ
สุขภาพคนไทย

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ทุกจังหวัด

สิ่งที่ส่งมาด้วย เกณฑ์การตัดสินและใบสมัครโครงการประกวดอาหารว่างเพิ่มพลังงานเพื่อสุขภาพคนไทย
จำนวน 1 ชุด

ด้วย ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย จะจัด “โครงการประกวดอาหารว่างเพื่อสุขภาพ
คนไทย” ซึ่งถ้วยประทาน พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ โดยมี
วัตถุประสงค์เพื่อสร้างความตระหนักให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพของผู้ติดเชื้อ เอชไอวี/เอดส์
รวมถึงส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่นในการคิดผลิตภัณฑ์อาหารว่าง กระตุ้นให้เกิดรายได้และพัฒนาเศรษฐกิจ
ภายในชุมชนในแต่ละภูมิภาค โดยผู้สนใจเข้าร่วมโครงการฯ สามารถส่งใบสมัครได้ที่ทีมกิจกรรมพิเศษ
ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย เลขที่ 104 ถนนราชดำริ ปทุมวัน กทม. 10300 ภายในวันศุกร์ที่ 19
มิถุนายน 2552 ทั้งนี้สามารถดาวน์โหลดใบสมัครได้ที่ www.thailocaladmin.go.th

กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นพิจารณาแล้วเห็นว่า โครงการดังกล่าวเป็นประโยชน์ต่อ
การกระตุ้นให้ชุมชนมีความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ จึงขอให้จังหวัดแจ้งองค์กรปกครอง
ส่วนท้องถิ่นช่วยประชาสัมพันธ์โครงการดังกล่าว รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัย กรุณาสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ทีมกิจกรรมพิเศษ หมายเลข
โทรศัพท์ 0-2253-0996 , 08-6559-2266 และ 08-3706-4945

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายมานิต วัฒนเสน)

อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

สำนักส่งเสริมการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม และการมีส่วนร่วม
ส่วนส่งเสริมการจัดการด้านสาธารณสุขและสวัสดิการสังคม
โทร. 0-2241 - 9000 ต่อ 4132 - 4133



โครงการประกวดอาหารว่างเพิ่มพลังงานเพื่อสุขภาพคนไทย

ชิงถ้วยประทาน

พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ

หลักการและเหตุผล

ผู้ติดเชื้อเอชไอวีทุกคนมีความต้องการพลังงานหรือแคลอรีจากอาหารเพิ่มขึ้นมากกว่าคนที่ไม่ติดเชื้อประมาณ 10% ของพลังงานที่ควรได้รับต่อวัน กล่าวคือ ต้องการพลังงานจากสารอาหารเพิ่มขึ้นประมาณวันละ 150-200 กิโลแคลอรี เนื่องจากการเผาผลาญพลังงานเพิ่มมากขึ้นจากภาวะการติดเชื้อเอชไอวี โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากมีการติดเชื้อแทรกซ้อนร่วมด้วยความต้องการพลังงานจะเพิ่มมากขึ้นถึงวันละ 20-30% ของพลังงานที่ควรได้รับต่อวัน กล่าวคือ เพิ่มขึ้นวันละ 300-600 กิโลแคลอรี การที่จะให้ผู้ติดเชื้อรับประทานอาหารแต่ละมื้อ ในปริมาณที่มากขึ้นนั้นมักจะกระทำได้ยาก เนื่องจากอาการเบื่ออาหาร หรือความอึดในการรับประทานอาหารตามปกติแต่ละมื้อ นักโภชนาการหรือนักกำหนดอาหารจึงมักจะแนะนำให้ผู้ติดเชื้อเพิ่มอาหารว่าง 1 มื้อในแต่ละวัน แต่ในความเป็นจริงทำได้ค่อนข้างลำบาก เพราะความไม่สะดวกในการซื้อหาและอาหารว่าง บางลักษณะอาจไม่ถูกหลักโภชนาการ เช่น มีส่วนประกอบของแป้ง หรือไขมัน ในปริมาณมากเกินไป ซึ่งอาจกลายเป็นโทษได้ ดังนั้น จึงมีความจำเป็นที่จะต้องคิดค้นและพัฒนาอาหารว่างที่มีประโยชน์ ถูกปากคนในท้องถิ่นต่างๆ ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ โดยผลิตจากวัตถุดิบธรรมชาติ หาซื้อได้ง่าย เก็บรักษาสะดวก และราคาไม่แพง ซึ่งมีอยู่ในท้องถิ่น

การที่จะให้ได้มาซึ่งอาหารว่างเพื่อสุขภาพประจำท้องถิ่นนั้น จำเป็นต้องมีการระดมความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ทั้งนักวิชาการ ภาครัฐและเอกชน รวมถึงภูมิปัญญาท้องถิ่น ในการคิดค้นดัดแปลงและพัฒนาสูตร ตลอดจนกรรมวิธีในการผลิตอาหารว่างประจำท้องถิ่นดังกล่าว เพื่อจะทำให้สามารถผลิตได้ปริมาณมาก ในเชิงพาณิชย์คล้ายผลิตภัณฑ์ “หนึ่งผลิตภัณฑ์ หนึ่งตำบล” ทีมงานทำจึง ภายใต้อำนวยการของศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย ซึ่งมีประสบการณ์ทางด้านโภชนาการในผู้ติดเชื้อเอชไอวีมาเป็นเวลาหลายปี จึงได้ร่วมมือกับสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล องค์การเภสัชกรรม สมาคมนักกำหนดอาหารแห่งประเทศไทย คณะทำงานสร้างเสริมภาวะโภชนาการสำหรับผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ระดับชาติ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข วิทยาลัยดุสิตธานี กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น สภากาชาดอิตาลี และสถาบันการศึกษาทั้งภาครัฐและเอกชน อีกหลายแห่งทั่วประเทศไทย จัดการประกวดการดัดแปลงและพัฒนาสูตรอาหารว่างประจำท้องถิ่นสำหรับผู้ติดเชื้อในระดับภูมิภาคชิงถ้วยประทานพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ได้มาซึ่งคำรับอาหารว่างประจำท้องถิ่นสำหรับผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์
2. เพื่อให้ได้มาซึ่งผลิตภัณฑ์อาหารว่างประจำท้องถิ่นสำหรับผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ ในแต่ละภูมิภาคทั่วประเทศไทย
3. เพื่อส่งเสริมการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น กระตุ้นให้เกิดรายได้ และพัฒนาเศรษฐกิจภายในชุมชน
4. เพื่อสร้างความตระหนัก และส่งเสริมให้ผู้ติดเชื้อเห็นความสำคัญของการรับประทานอาหารว่างเพิ่มพลังงาน เพื่อสุขภาพ
5. เพื่อสร้างความตระหนักให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพของผู้ติดเชื้อ
6. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาผลิตภัณฑ์ให้ได้คุณภาพในระดับมาตรฐานสากล พร้อมทั้งนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ ในประเทศไทย

การดำเนินงาน :

ระยะเวลาในการดำเนินงาน มกราคม – สิงหาคม 2552

แผนการดำเนินงาน

แผนงาน	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.
1. ประชุมทีมงานและผู้เกี่ยวข้อง เพื่อเตรียมงานและแนวทางในการจัดกิจกรรม	↔							
2. เขียนและเสนอโครงการเพื่อของบประมาณ	↔		↔					
3. ประสานและนัดประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนการดำเนินการ			↔					
4. ประชาสัมพันธ์กลุ่มเป้าหมาย				↔	↔			
5. รับสมัครและพิจารณาตัดสินรอบคัดเลือก					↔	↔		
6. จัดงานแถลงข่าวประชาสัมพันธ์การจัดประกวดในรอบชิงชนะเลิศ				↔				
7. จัดประกวดรอบชิงชนะเลิศ							↔	
8. สรุปผลและเขียนรายงาน								↔

รายละเอียดการดำเนินงาน

1. การประชาสัมพันธ์กลุ่มเป้าหมาย : ประชาสัมพันธ์กลุ่มเป้าหมายเกี่ยวกับการจัดการประกวด กล่าวคือ กำหนดผู้เข้าแข่งขันเป็นกลุ่มบุคคล โดยต้องมีการรวมทีมสหสาขาวิชาชีพในชุมชน ซึ่งอย่างน้อยควรมีนักโภชนาการอยู่ในทีม โดยทีมอาจประกอบด้วย ประชาชนทั่วไป นักศึกษา นักโภชนาการ นักกำหนดอาหาร บริษัทห้างร้านต่างๆ ตลอดจนบุคลากรในสาขาวิชาชีพต่างๆ แต่ละทีมสามารถส่งเมนูเข้าประกวดได้เพียง 1 เมนู

2. การรับสมัครและพิจารณาตัดสินรอบคัดเลือก : การประกวดรอบคัดเลือกในระดับภูมิภาค ประกอบด้วย 5 ภูมิภาค ได้แก่ ภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ และกรุงเทพมหานคร โดยพิจารณาจากส่วนประกอบของอาหาร และคุณค่าทางโภชนาการเป็นหลัก นอกจากนี้จะพิจารณาในส่วน ของรสชาติ คุณภาพในการเก็บรักษา ราคา ความเป็นเอกลักษณ์ และความเป็นไปได้ในการผลิตเพื่อการขาย (ระดับอุตสาหกรรมในครัวเรือนขนาดเล็ก) ร่วมด้วย ซึ่งทางทีมผู้เข้าประกวดจาก 5 ภูมิภาค จะต้องจัดส่งใบสมัครพร้อมสูตรอาหาร จำนวนปริมาณสารอาหารหรือคุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค กรรมวิธี การผลิต สรุปค่าใช้จ่ายต้นทุนในการผลิตต่อหนึ่งหน่วยบริโภค ประมาณการราคาจำหน่าย ภาพถ่ายอาหารจริง รวมถึงตัวอย่างอาหารจริง จำนวน 10 ตัวอย่าง (10 หน่วยบริโภค) พร้อมระบุระยะเวลาวิธีในการเก็บรักษา หรืออายุของผลิตภัณฑ์ เข้ามายังศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย ในครั้งนี้ คณะกรรมการตัดสินจะคัดเลือก ให้เหลือเพียง 3 ผลิตภัณฑ์ (3 ทีม) ต่อหนึ่งภูมิภาค เพื่อเข้าสู่รอบชิงชนะเลิศในแต่ละภูมิภาค ต่อไป

3. การจัดการประกวดรอบชิงชนะเลิศ: การประกวดรอบชิงชนะเลิศจะจัดขึ้นในกรุงเทพมหานคร โดยผู้ผ่านการคัดเลือกจะต้องมานำเสนอสูตรอาหาร และกรรมวิธีในการผลิต โดยการสาธิตการประกอบอาหาร ซึ่งการตัดสินจะพิจารณาจากรสชาติ ส่วนประกอบ และกระบวนการประกอบอาหารที่ถูกสุขลักษณะ

- รางวัล และการตัดสิน จะพิจารณาตามรายภูมิภาค ทั้งหมด 5 ภูมิภาคๆ ละ 3 รางวัล ดังนี้

1. รางวัลชนะเลิศ: จะได้รับถ้วยประทานฯ พร้อมเกียรติบัตรและเงินรางวัล 30,000 บาท
2. รางวัลรองชนะเลิศ: จะได้รับเกียรติบัตร พร้อมเงินรางวัล 20,000 บาท
3. รางวัลชมเชย: จะได้รับเกียรติบัตร พร้อมเงินรางวัล 10,000 บาท

เกณฑ์การตัดสิน

1. เป็นผลิตภัณฑ์อาหารแห้งที่มีคุณค่าทางด้าน โภชนาการ

1.1 ผลิตภัณฑ์ควรให้พลังงานประมาณ 200 ± 50 กิโลแคลอรี ต่อการรับประทานหนึ่งครั้ง (200 ± 50 กิโลแคลอรีต่อหนึ่งหน่วยบริโภค)

1.2 ผลิตภัณฑ์ควรมีกกลุ่มอาหารตามธงโภชนาการ 3 กลุ่มขึ้นไป (จาก 6 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มข้าวแป้ง กลุ่มผัก กลุ่มผลไม้ กลุ่มเนื้อสัตว์-ไข่-ถั่วเมล็ดแห้งและผลิตภัณฑ์ กลุ่มนม และกลุ่มไขมัน) ตามสัดส่วนที่เหมาะสม กล่าวคือ สัดส่วนการกระจายพลังงานจาก คาร์โบไฮเดรต: โปรตีน: ไขมัน = 55:15:30 โดยเน้นการใช้ไขมันไม่อิ่มตัวเป็นหลัก

1.3 ผลิตภัณฑ์หนึ่งหน่วยบริโภคควรมีแร่ธาตุ วิตามิน โปรตีน และใยอาหาร ดังต่อไปนี้ ไม่น้อยกว่า 10% ของปริมาณตามข้อเสนอแนะทำให้บริโภคต่อวันของคนไทย (Thai RDI) ได้แก่ โปรตีน ไม่น้อยกว่า 5 กรัม ใยอาหาร ไม่น้อยกว่า 2.5 กรัม วิตามินเอ ไม่น้อยกว่า 80 ไมโครกรัม อาร์.อี วิตามินบี1 ไม่น้อยกว่า 0.15 มิลลิกรัม วิตามินบี2 ไม่น้อยกว่า 0.17 มิลลิกรัม วิตามินซี ไม่น้อยกว่า 6 มิลลิกรัม แคลเซียม ไม่น้อยกว่า 80 มิลลิกรัม และ เหล็ก ไม่น้อยกว่า 1.5 มิลลิกรัม (กรณีที่มีปริมาณเหล็กและแคลเซียมมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ จะได้รับการพิจารณาเป็นพิเศษ)

1.4 ผลลัพธ์หนึ่งหน่วยบริโภคควรมี:

1.4.1 ปริมาณน้ำตาลไม่เกิน 5 กรัมต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

1.4.2 ปริมาณโซเดียมไม่เกิน 5% ของปริมาณตามข้อแนะนำให้บริโภคต่อวันของคนไทย กล่าวคือ ไม่เกิน 120 มิลลิกรัมต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

2. มีรสชาติถูกปากคนทั่วไป ทั้งเด็กและผู้ใหญ่
3. ผลิตจากวัตถุดิบในท้องถิ่น
4. สามารถรับประทานได้ง่าย
5. สามารถเก็บรักษาได้นานประมาณ 3-6 เดือน
6. ราคาเหมาะสม หรือเหมาะสม

กลุ่มเป้าหมาย

กำหนดผู้เข้าแข่งขันเป็นกลุ่มบุคคล โดยต้องมีการรวมทีมสาขาวิชาชีพในชุมชน ซึ่งอย่างน้อยควรมีนักโภชนาการอยู่ในทีม โดยทีมอาจประกอบด้วย ประชาชนทั่วไป นักศึกษา นักโภชนาการ นักกำหนดอาหาร บริษัทห้างร้านต่างๆ ตลอดจนบุคลากรในสาขาวิชาชีพต่างๆ

สถานที่

วิทยาลัยดุสิตธานี และโรงแรมดุสิตปรีนเซส ศรีนครินทร์ กรุงเทพมหานคร

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. มีอาหารว่างที่มีประโยชน์ซึ่งผู้คิดเชื้อแต่ละภาค และทั่วประเทศ สามารถเลือกซื้อได้ในราคาที่ประหยัด
2. ผู้คิดเชื้อมีโภชนาการดีขึ้น มีสุขภาพแข็งแรงขึ้น ปลอดภัยจากโรคเบาหวานหรือเส้นเลือดหัวใจ เส้นเลือดสมองตีบ เป็นการประหยัดงบประมาณการรักษาพยาบาลของรัฐ
3. ผลลัพธ์ดังกล่าวจะมีประโยชน์ในผู้ป่วยมะเร็ง หรือผู้ที่มีน้ำหนักน้อยกว่าปกติด้วย
4. ชุมชนมีรายได้ ส่งเสริมเศรษฐกิจในท้องถิ่น
5. ผู้คิดเชื้อ และชุมชนมีความตระหนักถึงความสำคัญของอาหารต่อสุขภาพมากขึ้น

ผู้รับผิดชอบโครงการ

หน่วยงานหลัก: ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล และองค์การเภสัชกรรม

หน่วยงานร่วม: สมาคมนักกำหนดอาหารแห่งประเทศไทย คณะทำงานสร้างเสริมภาวะโภชนาการสำหรับผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ระดับชาติ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข วิทยาลัยดุสิตธานี กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น สภากาชาดอิตาลี และสถาบันการศึกษาทั้งภาครัฐและเอกชนอีกหลายแห่งทั่วประเทศไทย

คณะกรรมการจัดงาน

1. ศาสตราจารย์กิตติคุณ นพ.ประพนธ์ ภาณุภาค ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย (ประธานกรรมการ)
2. นพ. ณรงค์ศักดิ์ อังคะสุวพลา อธิบดีกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
3. นายมานิต วัฒนเสน อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น
4. รศ. ดร. วิสิฐ จະวะสิต ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
5. นางวิรา พาสพัฒนพาณิชย์ อธิการบดี วิทยาลัยดุสิตธานี
6. นางสาวสม วงศาสุลักษณ์ ประธานคณะกรรมการหารายได้ ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
7. พญ. แสงโสม สีนะวัฒน์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
8. รศ. ดร. ประไพศรี สิริจักรวาล สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
9. ผศ. ดร. อุไรพร จิตต์แจ้ง สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
10. ผศ. ดร. สุนาฏ เตชางาม สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล และนายกสมาคมนักกำหนดอาหาร
11. ดร. ชนิตา ปิณฑิการ สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
12. อ.รุจิรา สัมมะสุต อดีตหัวหน้าฝ่ายโภชนาการ รพ.รามาริบดี และ อดีตนายกสมาคมนักกำหนดอาหาร ปัจจุบันที่ปรึกษาด้านโภชนาการ รพ.เปาโลเมโมเรียล
13. อ. ศัลยา คงสมบูรณ์เวช ที่ปรึกษาด้านโภชนาการ รพ.เทพธารินทร์ และ Vitallife Wellness Centre รพ. บำรุงราษฎร์
14. อ.กฤษฎี โพธิ์ทนต์ ที่ปรึกษาด้านโภชนาการ รพ.เทพธารินทร์และรพ. เวชธานี
15. นายพรเทพ หาญตระการพงษ์ ผู้จัดการทั่วไป โรงแรมดุสิต ปริ้นเซส ศรีนครินทร์
16. นางสาวจิตรา ประดับแก้ว ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย (กรรมการและเลขานุการ)
17. นางสาวจินตนา จตุรวิทย์ ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย (กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ)

คณะทำงาน

1. ศาสตราจารย์กิตติคุณ นพ.ประพนธ์ ภาณุภาค ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย (ประธานคณะทำงาน)
2. พญ. นิตยา ภาณุภาค พึ่งพาพงศ์ ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
3. นางสาวทรง ชีรตกุลพิศาล ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
4. อ. อรพินท์ บรรจง สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
5. นางสาวอชิรญา คำจันทร์สุภสิน สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
6. นางนุจรินทร์ แก้วทอง โรงพยาบาลสันป่าตอง จ.เชียงใหม่
7. นางจันทนา แสงเพชร โรงพยาบาลขอนแก่น จ. ขอนแก่น

8. นางสาววินัส วัชรวิริยะ	โรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี จ. สุราษฎร์ธานี
9. นางอ้อม กิตติพร	โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา จ.ชลบุรี
10. นายสมชาติ ทาแกง	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
11. นางสาวสุมิตรา เตชะพะโลกุล	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
12. นางสาวสุภาพร เฟื่องโนนยาง	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
13. นางสาวชยาภรณ์ ตาใส	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
14. นางอังสนา น้อยโสกา	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
15. นายจิราวุฒิ ไสยกิจ	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
16. นางจุรีพร จันทรรักดี	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
17. นางสาวจินตนา จตุรวิทย์	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย (คณะทำงานและเลขานุการ)
18. นางสาวนภัศวรณ รุ่งเรือง	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย (คณะทำงานและผู้ช่วยเลขานุการ)

คณะกรรมการตัดสินชุดที่ 1: รอบคัดเลือก (เน้นพิจารณาคุณค่าทางโภชนาการของผลิตภัณฑ์)

1. รศ. ดร. ประไพศรี ศิริจักรวาล	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
2. ผศ. ดร. อุไรพร จิตต์แจ้ง	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
3. ผศ. ดร. สุนาฏ เตชะงาม	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
4. ดร. ชนิตา ปิณฑิการ	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
5. อ. อรพินท์ บรรจง	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
6. นางสาวสุภาพร เฟื่องโนนยาง	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
7. นางจุรีพร จันทรรักดี	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย
8. นางสาวจินตนา จตุรวิทย์	ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย

คณะกรรมการตัดสินชุดที่ 2: รอบชิงชนะเลิศ (เน้นพิจารณารสชาติของผลิตภัณฑ์)

1. รศ. ธรา วิริยะพานิช	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
2. รศ. ดร. ประไพศรี ศิริจักรวาล	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
3. ผศ. ดร. อุไรพร จิตต์แจ้ง	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
4. อ.รุจิรา สัมมะสุต	อดีตหัวหน้าฝ่ายโภชนาการ รพ.รามาริบดี และ นายกสมาคมกำหนดอาหาร ปัจจุบันที่ปรึกษาด้านโภชนาการ รพ.เปาโลเมโมเรียล
5. ผศ. ดร. สุนาฏ เตชะงาม	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
6. ดร. ชนิตา ปิณฑิการ	สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล

7. อ. ศัลยา คงสมบูรณ์เวช

ที่ปรึกษาด้านโภชนบำบัด รพ.เทพธารินทร์

และ Vitallife Wellness Centre รพ. บำรุงราษฎร์

8. อ. กฤษฎี โพธิ์ทัด

ที่ปรึกษาด้านโภชนบำบัด รพ.เทพธารินทร์และรพ. เวชธานี

9. ดร. ยิ่งศักดิ์ จงเลิศเจษฎาวงศ์

ผู้เชี่ยวชาญด้านอาหาร

10. นายนิรุจน์ ชีระดิฐศักดิ์

Chef และพิธีกรรายการ Good life Good Taste, The Nation Channel

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ คุณนภัสวรรณ รุ่งเรือง หรือ คุณจินตนา จตุรวิทย์

ศูนย์วิจัยโรคเอดส สภากาชาดไทย เลขที่ 104 ถนนราชดำริ ปทุมวัน กทม. 10330

โทรศัพท์ 02-2530996 โทรสาร 02-2530998

โครงการประกวดอาหารว่างเพิ่มพลังงานเพื่อสุขภาพคนไทย

ชิงถ้วยประทาน

พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ

เกณฑ์การตัดสินรอบคัดเลือก

1. คุณค่าทางโภชนาการ	50 คะแนน
- พลังงานต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	15 คะแนน
(200 ± 50 กิโลแคลอรี และมีการกระจายพลังงานเหมาะสม)	
- ผลิตภัณฑ์มีกลุ่มอาหารตามธงโภชนาการ 3 กลุ่มขึ้นไป	5 คะแนน
- ผลิตภัณฑ์หนึ่งหน่วยบริโภคควรมีแร่ธาตุ วิตามิน โปรตีน และใยอาหาร	15 คะแนน
ไม่น้อยกว่า 10% ของปริมาณตามข้อเสนอแนะให้บริโภคต่อวันของคนไทย	
(Thai RDI): กรณีที่มีปริมาณเหล็กและแคลเซียมมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้	
จะได้รับการพิจารณาเป็นพิเศษ	
- ผลิตภัณฑ์หนึ่งหน่วยบริโภคควรมีน้ำตาลไม่เกิน 5 กรัมและโซเดียม	10 คะแนน
ไม่เกิน 5% ของ Thai RDI	
- ไม่ใช้สารสังเคราะห์	5 คะแนน
2. รสชาติ (และสามารถรับประทานได้ง่าย)	20 คะแนน
3. วิธีการเก็บรักษา และอายุผลิตภัณฑ์	5 คะแนน
4. ศักยภาพในการผลิต	10 คะแนน
- ต้นทุน และประมาณการราคาจำหน่ายผลิตภัณฑ์ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	5 คะแนน
- ขั้นตอนการผลิตง่าย (ทำไม่ยาก ใช้เวลาไม่นาน อุปกรณ์ที่ใช้ไม่ยุ่งยากซับซ้อน)	5 คะแนน
5. เอกสิทธิ์และการใช้วัสดุท้องถิ่น	10 คะแนน
6. ความคิดสร้างสรรค์	5 คะแนน
คะแนนรวม	100 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินรอบชิงชนะเลิศ

1. คุณค่าทางโภชนาการ (ใช้คะแนนจากรอบคัดเลือก)	50 คะแนน
2. รสชาติ	20 คะแนน
3. ศักยภาพในการผลิต	10 คะแนน
4. แนวคิดและเอกลักษณ์ประจำท้องถิ่น	10 คะแนน
5. ความสะอาด	5 คะแนน
6. ความพร้อมในภาพรวมของการประกอบอาหาร	5 คะแนน
คะแนนรวม	100 คะแนน



แบบฟอร์มใบสมัคร

โครงการประกวดอาหารว่างเพิ่มพลังงานเพื่อสุขภาพคนไทย

ชิงถ้วยประทาน

พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ

รับสมัครระหว่าง วันที่ 27 เมษายน -19 มิถุนายน 2552

คำชี้แจงในการกรอกแบบฟอร์มใบสมัครและรายละเอียดวิธีการทำอาหารว่าง

1. ระบุชื่อทีม ชื่อ-ที่อยู่-เบอร์โทรศัพท์ของสมาชิกทุกท่านในทีม (พร้อมรูปถ่ายหน้าตรงขนาด 1 นิ้ว จำนวนท่านละ 1 ใบ กรุณาเขียนชื่อหลังรูปถ่าย)
 2. ระบุชื่อผลิตภัณฑ์ (สูตรอาหาร) และรายละเอียดส่วนประกอบปริมาณอาหารเป็นหน่วยน้ำหนัก (กรัม หรือ กิโลกรัม) พร้อมทั้งระบุประเภทของวัตถุดิบ หรือลักษณะของอาหาร เพื่อให้เข้าใจได้ชัดเจนว่าเป็นปริมาณอาหารสุก ดิบ หรือสด เช่น ต้ม นึ่ง คั่ว แห้ง อบ แช่น้ำ ผง เป็นต้น
 3. ระบุจำนวนหน่วยบริโภคของอาหารว่างพร้อมน้ำหนักต่อหนึ่งหน่วยบริโภคเมื่อปรุงเสร็จ
 4. ระบุระยะเวลาในการประกอบอาหารสูตรนี้ต่อหนึ่งครั้ง (สำหรับ 15 หน่วยบริโภค)
 5. ระบุชื่อวัตถุดิบของส่วนประกอบที่ใช้ปรุงทุกรายการ (ไม่เว้นแม้แต่ น้ำเปล่า) หากระบุยี่ห้อของวัตถุดิบได้ ขอให้ระบุด้วย
 6. ระบุอุปกรณ์ที่จำเป็นต้องใช้
 7. กรอกรายละเอียดและกรรมวิธีในการผลิต (วิธีการประกอบอาหาร) โดยละเอียดทุกขั้นตอนตามจริง โดยให้ใช้ภาษาหรือคำอธิบายที่ผู้ซึ่งไม่มีทักษะด้านการประกอบอาหารสามารถเข้าใจ และนำไปปฏิบัติตามได้
 8. ระบุวิธีการเก็บรักษา และอายุของผลิตภัณฑ์
 9. กำหนดต้นทุนในการผลิต พร้อมประมาณราคาจำหน่ายต่อหนึ่งหน่วยบริโภค
 10. กำหนดและระบุปริมาณพลังงานและสารอาหารของผลิตภัณฑ์ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค
 11. สรุปแนวความคิดในการทำอาหารชนิดนี้ พร้อมบ่งบอกความเป็นเอกลักษณ์ประจำท้องถิ่นหรือภูมิภาคของท่าน
 12. ส่งรูปผลิตภัณฑ์อาหารจำนวน 1 รูป (ติดไว้ในใบสมัคร) และส่งผลิตภัณฑ์อาหารจริง จำนวน 15 หน่วยบริโภค
 13. ขอความร่วมมือส่งข้อมูลเอกสารใบสมัครและรายละเอียดต่างๆ พร้อมรูปผลิตภัณฑ์อาหารจำนวน 1 รูป (พร้อมไฟล์รูปดังกล่าวในแผ่น diskette หรือ CD 1 แผ่น) และผลิตภัณฑ์อาหารจริงจำนวน 15 หน่วยบริโภค
- ผ่านทางไปรษณีย์: ส่ง คุณนภัสวรรณ รุ่งเรือง (ทีมกิจกรรมพิเศษ)
ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย เลขที่ 104 ถ.ราชดำริ ปทุมวัน กทม. 10330
14. หากมีข้อสงสัย สามารถสอบถามได้ที่ คุณจินตนา จตุรวิทย์ 02-2530996 มือถือ 086-5592266 หรือ คุณจุรีย์พร จันทรภักดี มือถือ 083-7064945

กรุณารอกข้อความให้ครบถ้วนสมบูรณ์โดยรายละเอียดต่างๆ ที่ได้จะเป็นส่วนหนึ่งในการพิจารณาให้คะแนนตามเกณฑ์ในแต่ละข้อ (คะแนนเต็ม 100 คะแนน)

วันที่บันทึก.....

1. ชื่อทีม.....

สมาชิก (1) นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....อาชีพ.....

ที่อยู่.....

เบอร์โทรศัพท์.....e-mail.....

(2) นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....อาชีพ.....

ที่อยู่.....

เบอร์โทรศัพท์.....e-mail.....

(3) นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....อาชีพ.....

ที่อยู่.....

เบอร์โทรศัพท์.....e-mail.....

(4) นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....อาชีพ.....

ที่อยู่.....

เบอร์โทรศัพท์.....e-mail.....

(5) นาย/นาง/นางสาว.....นามสกุล.....อาชีพ.....

ที่อยู่.....

เบอร์โทรศัพท์.....e-mail.....

2. ชื่อผลิตภัณฑ์ (สูตรอาหาร)ระบุ

ส่วนประกอบของอาหารสูตรนี้ (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

ลำดับ	ส่วนประกอบ	ยี่ห้อ (ถ้ามี โปรดระบุ)	ลักษณะ (เช่น ดิบ สุก ต้ม นึ่ง อบ คั่ว ผง แห้ง แช่น้ำ)	น้ำหนัก (กรัม)

4. ระยะเวลาในการประกอบอาหารสูตรนี้ต่อหนึ่งครั้ง (สำหรับ 15 หน่วยบริโภค)

..... ชั่วโมง นาที

(คะแนนเต็ม 1 คะแนน)

5. กรุณาระบุอุปกรณ์ที่จำเป็นต้องใช้

.....
.....
.....
.....
..... (คะแนนเต็ม 1 คะแนน)

6. กรุณาระบุวิธีการเก็บรักษา และอายุของผลิตภัณฑ์

วิธีเก็บรักษา คือ

อายุของผลิตภัณฑ์ เก็บได้นาน..... เดือน (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)

7. ต้นทุนในการผลิตที่คำนวณได้ บาทต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

ประมาณราคากำหนด..... บาทต่อหนึ่งหน่วยบริโภค (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)

8. กรุณาคำนวณและระบุปริมาณพลังงานและสารอาหารของผลิตภัณฑ์ต่อหนึ่งหน่วยบริโภค
(คะแนนเต็ม 40 คะแนน)

ลำดับที่	สารอาหาร	ปริมาณต่อหนึ่งหน่วยบริโภค	พลังงาน (กิโลแคลอรี)	% Thai RDI*
1	คาร์โบไฮเดรต	 กรัม % กระจายพลังงาน =		
2	โปรตีน	 กรัม % กระจายพลังงาน =		
3	ไขมัน	 กรัม % กระจายพลังงาน =		
4	พลังงานทั้งหมด			
5	เหล็ก	 มิลลิกรัม		
6	แคลเซียม	 มิลลิกรัม		
7	วิตามินเอ	 ไมโครกรัม อาร์.อี.		
8	วิตามินบี 1	 มิลลิกรัม		
9	วิตามินบี 2	 มิลลิกรัม		
10	วิตามินซี	 มิลลิกรัม		
11	ใยอาหาร	 กรัม		
12	น้ำตาล	 กรัม		
13	โซเดียม	 มิลลิกรัม		

หมายเหตุ: * คำนวณความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี

9. ผลิตภัณฑ์อาหารมีกลุ่มอาหารจำนวน..... กลุ่มตามธงโภชนาการ ได้แก่.....
..... (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)

10. การใช้สารสังเคราะห์ในผลิตภัณฑ์อาหาร ☐ ไม่ใช่ ☐ ใช่ คือ.....
(คะแนนเต็ม 5 คะแนน)

10. กรุณารูปแนวความคิดในการทำอาหารชนิดนี้ พร้อมบ่งบอกความเป็นเอกลักษณ์ประจำท้องถิ่นหรือ
ภูมิภาคของท่าน (คะแนนเต็ม 15 คะแนน)

.....

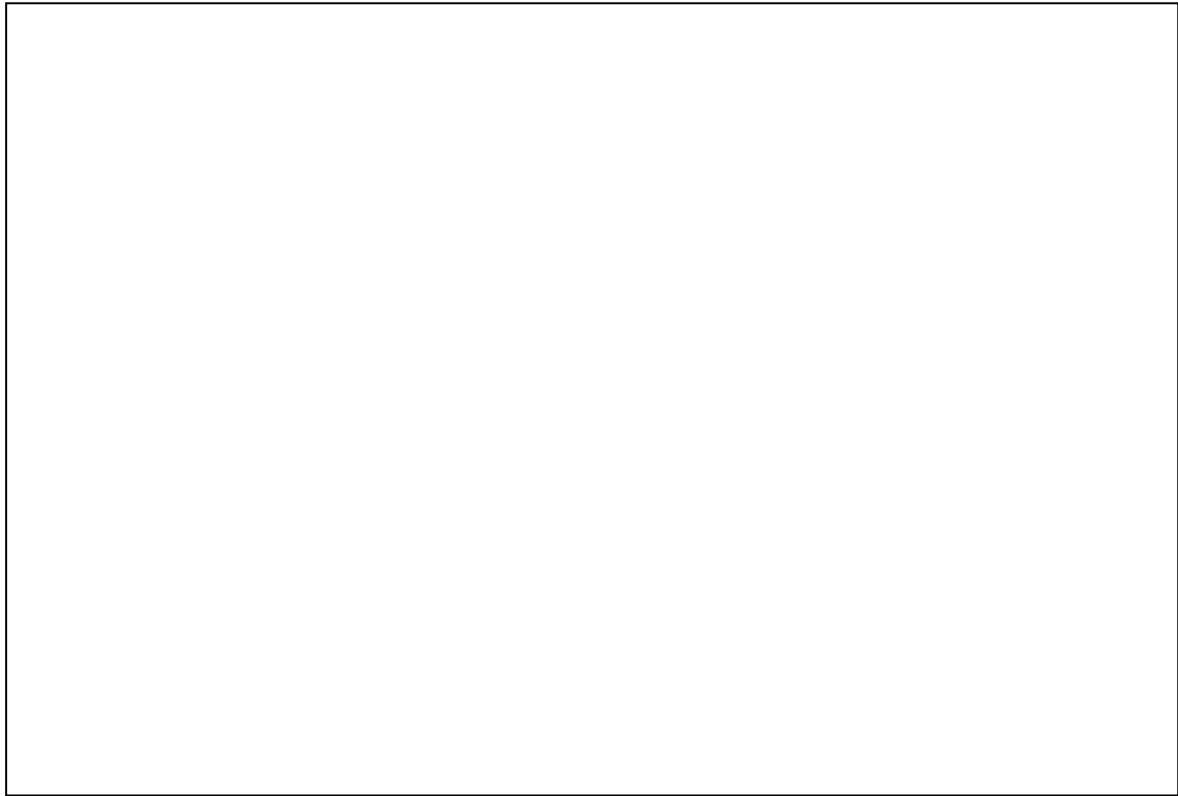
.....

.....

.....

.....

11. กรุณาวาดรูปถ่ายผลิตภัณฑ์อาหารว่างของทีมท่าน 1 รูป (รูปสี่ ขนาด 4x6 นิ้ว)



หมายเหตุ

ผู้เข้าแข่งขันยินยอมยกหลักสูตร ตลอดจนประกอบการผลิตภัณฑ์ และสูตรอาหารว่างชนิดนี้ ถือเป็นกรรมสิทธิ์ให้ศูนย์วิจัยโรคเอดส์ สภากาชาดไทย สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล และองค์การเภสัชกรรม เพื่อทำการเผยแพร่สูตรอาหารผลิตภัณฑ์อาหารของท่าน (รวบรวมเป็นตำรับอาหาร) เพื่อเป็นวิทยาทานให้กับผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ ผู้ป่วยโรคอื่นๆ และ/หรือประชาชนทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นในรูปแบบของสิ่งพิมพ์ ซีดี ฯลฯ

ลงชื่อสมาชิกในทีม 1.....

(.....)

2.....

(.....)

3.....

(.....)

4.....

(.....)

5.....

(.....)