

# ข้าวเม่า...?



อุดมไปด้วยเส้นใยอาหาร ไขมัน วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 ไนอะซิน ธาตุเหล็ก แคลเซียม ฟอสฟอรัส แมกนีเซียม และโปรตีน ที่จำเป็นต่อการเจริญเติบโต

ข้าวเม่า คือ ข้าววัยแรกสุ่น ที่เลยระยะขี้นานมาแล้ว ได้จากเมล็ดข้าวที่ยังไม่แก่จัดซึ่งถูกนำมาคว่ำและตำให้แบน ข้าวเม่าจึงเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการเหมือนข้าวที่เรารับประทานกันปกติ โดยอุดมไปด้วยเส้นใยอาหาร ไขมัน วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 ไนอะซิน ธาตุเหล็ก แคลเซียม ฟอสฟอรัส แมกนีเซียม และโปรตีน ซึ่งสารอาหารเหล่านี้ล้วนส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย และยังช่วยให้สุขภาพจิตดี มีความตื่นตัว มีสมาธิสูง ช่วยปรับระดับน้ำตาลในเลือดและสารอาหารรองในสมอง ช่วยให้ระบบการทำงานของสมองดี และช่วยบำรุงกำลังเจริญธาตุต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี



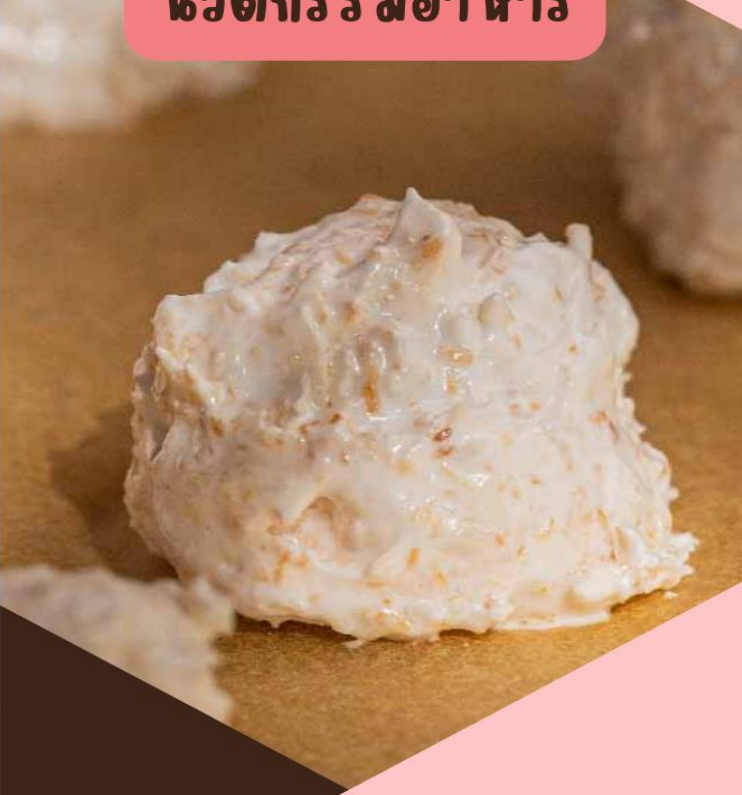
คณะผู้จัดทำโครงการ

นางสาวปรียากร	แสงกระโทก
นายธีระพล	บุตรงาม
นางสาวพรพิมล	เททอง
นางสาวรัตติกาล	เนริกุล
นางสาววรรณภา	ขุ่ยภูมิ

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ

อาจารย์รัฐธร	ชัยวิศิษฐ์
อาจารย์ทิพวรรณ	จันทอง

## โครงการ สวัสดิการอาหาร



# โสมบัล เสริมข้าวเม่า

โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ ๕๑  
จังหวัดบุรีรัมย์



คณะผู้วิจัย มีแนวคิดที่จะพัฒนาผลิตภัณฑ์ ข้าวเม่า อําเภอนางรอง เป็นส่วนประกอบใน ขนมโสมน้ส ซึ่งเป็นขนมไทยโบราณที่หาทานยาก และควรค่าแก่การอนุรักษ์ไว้ จึงทดลองนำข้าวเม่าข้าวเหนียว จากตำบลหนองโสน อําเภอนางรอง จังหวัดบุรีรัมย์ มาแปรรูปให้มีลักษณะเป็นผง กลายเป็นผงข้าวเม่า แล้วนำไปเสริมในส่วนผสมของ ขนมโสมน้ส เดิมที่ขนมโสมน้สจะเป็นขนมเมอแรงค์ที่มีส่วนผสมคือ ไข่ขาว น้ำตาล มะพร้าว คล้ายมาการอง เมื่อเสริมผงข้าวเม่าแล้ว คาดว่าตัวขนมจะมีความแห้ง กรอบ และมีคุณประโยชน์ทางด้านคุณค่าทางโภชนาการจากข้าวเม่าเพิ่มมากขึ้น คณะผู้วิจัยคาดหวังว่าจะได้รับผลิตภัณฑ์ ขนมโสมน้สข้าวเม่า ที่เป็นที่ยอมรับจากกลุ่มคนวัยทำงาน กลุ่มคนผู้ชื่นชอบขนมไทย และกลุ่มคนที่ซื้อไปเป็นของขวัญและของฝาก



ซองเล็ก	5 ซอง	30 บาท
กระปุก	8 ซอง	50 บาท
ซองใหญ่	12 ซอง	80 บาท

## เป้าหมาย ต่อไป ของเรา

ทดลองเพิ่มผงผักชนิดอื่นๆเพื่อคุณประโยชน์ที่มากขึ้น  
ปรับเปลี่ยนลักษณะขนมให้เป็นแท่ง  
เพื่อความสะดวกในการรับประทาน  
พัฒนาศึกษาอายุการเก็บรักษา  
ขยายตลาดเข้าสู่ชุมชนออนไลน์

**WHY WE ARE BEST!?**  
เพราะเรามุ่งมั่นพัฒนา  
จนกว่าจะ "สำเร็จ"