

ตำรับมาตรฐานและคุณค่าทางโภชนาการอาหารท้องถิ่น  
ในอำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์



จุรีรัตน์ ชูโลก

การค้นคว้าแบบอิสระนี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของ  
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

สิงหาคม 2546

ตำรับมาตรฐานและคุณค่าทางโภชนาการอาหารท้องถิ่น  
ในอำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์

จุรีรัตน์ ชูโลก

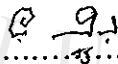
การค้นคว้าแบบอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของ  
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ



ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร



กรรมการ

รองศาสตราจารย์ยุพา สุภากุล



กรรมการ

อาจารย์ ดร.ศักดา พริงลำภู

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

13 สิงหาคม 2546

© ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้ประสบความสำเร็จได้ด้วยความกรุณาจากรองศาสตราจารย์ ประหยัด สายวิเชียร ประธานที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ ที่ให้ความรู้ สละเวลาอันมีค่า คอยให้คำแนะนำ คำปรึกษา ตรวจสอบแก้ไข และให้ความช่วยเหลือเป็นอย่างดีมาตลอด จนการค้นคว้าแบบอิสระสำเร็จ ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ รองศาสตราจารย์พาสุภาพูด และอาจารย์ ดร.ศักดิ์ดา พริงลำภู ที่ให้คำแนะนำ ช่วยเหลือและสละเวลาอันมีค่า ตรวจสอบแก้ไข การค้นคว้าแบบอิสระนี้เป็นอย่างดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ ท่านผู้อำนวยการวิทยาลัยอาชีวศึกษาอุดรดิตต์ อาจารย์ลำจวน กวีวัฒนา ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์การใช้ห้องปฏิบัติอาหาร 212 ในการประกอบอาหารท้องถิ่นลับแล นอกเวลาราชการเพื่อการศึกษา ทำให้การศึกษาค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ คณะอาจารย์แผนกอาหารและโภชนาการ คณะคหกรรมศาสตร์ วิทยาลัยอาชีวศึกษาอุดรดิตต์ทุกท่าน ที่ได้ให้ข้อคิด ข้อเสนอแนะ ตลอดจนผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ซึ่งแต่งตั้งมาที่เกี่ยวข้อง และผู้ศึกษาได้ใช้ประโยชน์ในการศึกษาครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คุณรำไพ ปัญญาพรหม ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ คำแนะนำ วิธีดำเนินงาน เพื่อนำมาเป็นแนวทางศึกษางานค้นคว้าแบบอิสระอาหารท้องถิ่นลับแล จนทำให้ การค้นคว้าแบบอิสระฉบับนี้บรรลุผลสำเร็จ

ขอขอบคุณพี่และเพื่อน ๆ ที่ให้กำลังใจและคำแนะนำช่วยเหลือตลอดระยะเวลาที่ทำการ ศึกษาครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คุณแม่วิไล พัดระปาด คุณอวยพร ชูโลก ที่ให้ความช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจตลอดระยะเวลาการศึกษา