

บรรณานุกรม

- กนกวรรณ ชิมพัฒนานนท์. (2538). ผลของการเสริมวิตามินบีหนึ่ง บีสอง บีหกต่อสมรรถภาพทางกายในนักวิ่ง. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2545). โภชนาการกับการกีฬา. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [http://www.thai.net/pe13 member/study 0007.html](http://www.thai.net/pe13_member/study_0007.html) (13 พฤศจิกายน 2545).
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2545). **วันนี้คุณกินอาหารครบ 5 หมู่หรือยัง.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.anamai.moph.go.th/nutri/goodnutri/html/m.16.html> (28 พฤศจิกายน 2545).
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2539). โภชนาการกับการกีฬา. กรุงเทพฯ : องค์การส่งเสริมสุขภาพแห่งประเทศไทย.
- กองวิจัยและพัฒนา ฝ่ายพัฒนาและส่งเสริมกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2536). **การศึกษาปัญหาอุปสรรคการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาไทย : ศึกษากรณีศักยภาพของนักกีฬาใน การแข่งขันกีฬาโอลิมปิก.** กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์.
- กัลยา กิจบุญชู. (2543). การเสริมสร้างความอดทนของนักกีฬาด้วยโภชนาการ. วารสารโภชนาการ, 2: 25-31
- ขวัญเรือน สมหาญ. (2545). **ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารท้องถิ่นภาคเหนือของนักเรียนโรงเรียนโปลีเทคนิคลานนา จังหวัดเชียงใหม่.** การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาการศึกษาศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. © by Chiang Mai University
- ชวลิต รัตนกุล. (2537). **อาหารเพื่อสุขภาพ.** กรุงเทพฯ : ตะวันออก.
- ฐิติกร ศิริสุขเจริญพร. (2540). วิทยาศาสตร์การกีฬา. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : ฝ่ายเอกสารและตำราสถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- เทพวณี หอมสนิท. (2537). **โภชนาการสำหรับนักกีฬา คู่มือผู้ฝึกสอนนักกีฬา.** (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : ครูสภาลาดพร้าว.

- พิชิต ภูติจันทร์. (2535). **เวชศาสตร์การกีฬา**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : โอ เอส พรีนติ้ง เฮาส์.
- พระพงศ์ บุญศิริ. (2532). **สรีรวิทยาการออกกำลังกาย**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : โอ เอส พรีนติ้ง เฮาส์.
- พระพงศ์ บุญศิริ และภมร เสนาฤทธิ์. (2544). **โภชนาการและการออกกำลังกาย**. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- รุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง. (2543). **ฉลาดรู้ ฉลาดเลือก ฉลาดกิน**. กรุงเทพฯ : การศาสนา กรมศาสนา.
- วินัย คะห์ลัน. (2543). **โภชนาการที่ทันสมัย ฉบับผู้บริโภค**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : บริษัท จูนพับลิชชิ่ง จำกัด.
- วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์. (2541). **พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ทบทวน องค์ความรู้ สถานการณ์ และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ภายใต้โครงการสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยั่งยืน**. กรุงเทพฯ : องค์การส่งเสริมการค้าผ่านศึก.
- ศูนย์รวมกีฬาข่าวสารทางอินเทอร์เน็ต. (2545). **นักกีฬามีความต้องการอาหารต่างจากคนปกติ หรือไม?** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.siamswim.com/knowledge/food.html> (13 พฤศจิกายน 2545).
- สุนทรี่ สุนทรวิจารณ์. (2535). **ความรู้ ทักษะ และปฏิบัติในเรื่องโภชนาการนักกีฬา**. รายงานการวิจัย งานสุศึกษาฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ.
- เสาวนิตย์ แดงทองดี. (2542). **การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ**. เพชรบูรณ์ : ภาควิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สถาบันราชภัฏเพชรบูรณ์.
- โสภภาพรณ รัตน์. (2541). **กินอย่างผู้พิชิต**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ธรรมชาติ.
- อภิชัย คงเสรี และจิตตินันต์ หะวานนท์. (2537). **กีฬาเวชศาสตร์**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อารี วัลยะเสวี และคณะ. (2542). **ความรู้เรื่องกิน**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- Clark Nancy. (1990). **Sports Nutrition Guidebook**. Champaign IL : Leisure Press.
- Cupisti A, D' Alessandro C, Castrogiovanni S, Barale A & Morelli E. (2002). **Nutrition knowledge and Dietary Composition in Italian Adolescent Female Athletes and Non-Athletes**. (Online). Available: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&list_uids=1287619&dopt... (2002 November 12).

Food for Exercise. (2545). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://www.geocities.com/tricks_4_health. (17 กรกฎาคม 2545).

Gonzalez-Gross M, Gutierrez A, Mesa JL, Ruiz-ruiz J & Castillon MJ. (2001). **Nutrition in the Sport Practice: Adaptation of the Food Guide Pyramid to the Characteristics of Athletes diet.** (Online). Available: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&list_uids=1201255&dopt... (2002 November 12).

Hawley JA & Burke LM. (1997). Effect of Meal Frequency and Timing on Physical Performance. **British Journal of Nutrition**, 77(1): 91-103 .

Krainuwat, K. (1994). **Nutritional Status , Opinions, Practices, and Energy Balance in Thai National Athletes.** A Thesis. The Requirments for The Degree of Master of Science (Nutrition). Faculty of Graduate Studies Mahidol University.

Maughan R. (2002). **The Athlete's Diet Nutritional Goals and Dietary Strategies.** (Online). Available: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&list_uids=12002799 &dopt...(2002 November 12).

Minehan MR, Riley MD & Burke LM. (2002). **Effect of Flavor and Awareness of Kilojoule Content of Drinks on Preference and Fluid Balance in Team Sports.** (Online). Available: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&list_uids=11993625&dopt...(2002 November 12).

Muscle and Fitness. (2545). [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://www.fitnessfirstusa.com>. (17 กรกฎาคม 2545).

Papadopoulou SK, Papadopoulou SD & Gallos GK. (2002). **Macro- and Micro-Nutrient Intake of Adolescent Greek Female Volleyball Players.** (Online). Available: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&list_uids=11993624 &dopt...(2002 November 12).