

## บรรณานุกรม

- กนกวรรณ ชิมพัฒนานนท์.ผลของการเสริมวิตามินบีหนึ่ง บีสอง บีหกต่อสมรรถภาพทางกายนักวิ่ง.วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาวิทยา, 2538
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.โภชนาการกับการกีฬา.<http://www.thai.net/pe13member/study0007.html>, 2545
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.วันนี้คุณกินอาหารครบ 5 หมู่หรือยัง.<http://www.anamai.moph.go.th/nutri/goodnutri/html/m.16.html>, 2545
- กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. โภชนาการกับการกีฬา. นนทบุรี : ฝ่ายส่งเสริมโภชนาการ กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2539
- กองวิจัยและพัฒนา ฝ่ายพัฒนาและส่งเสริมกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย.การศึกษาปัญหาอุปสรรคการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาไทย : ศึกษากรณีศึกษาของนักกีฬาในการแข่งขันโอลิมปิก.กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์, 2536
- กัลยา กิจบุญชู.การเสริมสร้างความอดทนของนักกีฬาด้วยโภชนาการ.วารสาร โภชนาการ.วารสารโภชนาการ, 2543
- โกวิท จอมคำ. พฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทโปรตีนของนักว่ายน้ำอายุ 7-14 ปี. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา, 2546.
- ขวัญเรือน สมหาญ.ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารท้องถิ่นภาคเหนือของนักเรียนโรงเรียนโปลิเทคนิคลานนา จังหวัดเชียงใหม่.การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนาการศึกษ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545
- ชวลิต รัตนกุล.อาหารเพื่อสุขภาพ.กรุงเทพฯ : ตะวันออก, 2537
- ฐิติกร ศิริสุขเจริญพร.วิทยาศาสตร์การกีฬา.(พิมพ์ครั้งที่ 1).กรุงเทพฯ:ฝ่ายเอกสารและตำราสถาบันราชภัฏสวนดุสิต, 2540
- เทพาณี หอมสนิท.โภชนาการสำหรับนักกีฬา คู่มือผู้ฝึกสอนนักกีฬา.(พิมพ์ครั้งที่1).กรุงเทพฯสกลาตพร้าว,2537
- บริษัท ซายน์ ครีเอทีฟ จำกัด.Science today ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 เดือนมิถุนายน 2546.กรุงเทพฯ : บริษัทฐานการพิมพ์ จำกัด, 2546
- พิชิต ภูติจันทร์.เวชศาสตร์การกีฬา.(พิมพ์ครั้งที่ 1).กรุงเทพฯ : โอ เอส พรินติ้ง เฮาส์, 2535
- พีระพงศ์ บุญศิริ และกมล เสนาฤทธิ. โภชนาการและการออกกำลังกาย.(พิมพ์ครั้งที่ 4).กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2542
- รุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง.ฉลาดรู้ ฉลาดเลือก ฉลาดกิน.กรุงเทพฯ : การศาสนา กรมศาสนา, 2543

- วรรณวิไล ลักษณะเดช.ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแบบทั่วไปมาเป็นบริโภคอาหารชีวจิต.เชียงใหม่ : วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิตสาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2544
- วินัย ตะห์ลัน. โภชนาการที่ทันสมัย ฉบับผู้บริโภค.(พิมพ์ครั้งที่1).กรุงเทพฯ : บริษัทจูนพับลิชชิง จำกัด, 2543
- วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ทบทวน องค์ความรู้ สถานการณ์ และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ภายใต้โครงการสืบสานวัฒนธรรมไทยสู่สุขภาพที่ยั่งยืนยาว.กรุงเทพฯ : องค์การส่งเสริมสุขภาพแห่งประเทศไทย, 2541
- ศูนย์รวมกีฬาข่าวสารทางอินเทอร์เน็ต. นักกีฬามีความต้องการอาหารต่างจากคนปกติหรือไม่. <http://siamswim.com/knowledge/food.html>., 2545
- สุนทรี สุนทรวิจารณ์. ความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติในเรื่องโภชนาการนักกีฬา.รายงานการวิจัย งานสุขศึกษาฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2535
- โสภภาพรรณ รัตน์ชัย. กินอย่างผู้พิชิต. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ธรรมชาติ, 2541
- อารี วัลยะเสวี และคณะ. ความรู้เรื่องกิน.กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, 2542
- Clark Nancy. **Sport Nutrition Guidebook. Champaign IL** : Leisure Press.
- Food and exercise.** <http://www.geocities.com/trik4health>., 2545
- Howley JA & Burke LM.Effect of Meal Frequency and Timing on Physical Performance. **British Journal of Nutrition**, 1997
- Maughan R.**The Athlete's Diet Nutritional Goals and Dietary Strategies.**[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&list\\_uids=12002799&dopt](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&list_uids=12002799&dopt)., 2002
- Muscle and Fitness.** (2545). <http://www.fitnessfirstusa.com>., 2545