



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

บัญชีหมายเลข 4

แนบท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุข (ฉบับที่ 182) พ.ศ. 2541

หลักเกณฑ์ในการกล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลากอาหาร

1. การกล่าวอ้างทางโภชนาการ (nutrition claim) หมายถึง การแสดงข้อความหรือข้อมูลใดๆ ที่เกี่ยวข้องกับโภชนาการของอาหารนั้น เช่น การระบุถึงปริมาณของพลังงาน โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต ตลอดจนวิตามินหรือเกลือแร่ต่างๆ การกล่าวอ้างทางโภชนาการแบ่งเป็น 3 ประเภท ได้แก่ การกล่าวอ้างปริมาณสารอาหาร (nutrient content claim) การกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบ (comparative claim) และการกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร (nutrient function claim)

1.1 การกล่าวอ้างปริมาณสารอาหาร (nutrient content claim) คือ การกล่าวอ้างถึงระดับ (level) ของสารอาหารหรือพลังงานในอาหารนั้น เช่น “เป็นแหล่งของแคลเซียม (source of calcium)” “มีปริมาณใยอาหารสูงและไขมันต่ำ (high in fiber and low in fat)” เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ไม่อนุญาตการกล่าวอ้าง “ปราศจาก” หรือ “ต่ำ” หากอาหารนั้นหรืออาหารชนิดนั้นโดยธรรมชาติทั่วไปเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว โดยมีได้มีการใช้กระบวนการผลิตพิเศษ มีกระบวนการปรับโดยเฉพาะ หรือมีการปรับสูตรเพื่อให้อาหารนั้นมีปริมาณสารอาหารที่จะกล่าวอ้างลดลง จนเป็นไปตามเงื่อนไข เนื่องจากจะทำให้ผู้บริโภคเข้าใจผิดว่าอาหารจากผู้ผลิตนั้นแต่เพียงผู้เดียว ที่มีคุณสมบัตินี้ ตัวอย่างเช่น ไม่อนุญาตให้นำบริโภคแสดงข้อความ “ปราศจากพลังงาน” หรือ “ไขมันต่ำ” เนื่องจากนำบริโภคทั่วไปจากผู้ผลิตทุกรายก็มีคุณสมบัตินี้ด้วย ในทางกลับกันหากอาหารจากผู้ผลิตรายหนึ่ง มีการปรับสูตรหรือใช้วัตถุดิบที่แตกต่างไปจากปกติทั่วไป จนสารอาหารที่จะกล่าวอ้างมีปริมาณที่เป็นไปตามเงื่อนไขแล้ว อาหารนั้นก็สามรถกล่าวอ้างว่า “ปราศจาก” หรือ “ต่ำ” ได้

1.2 การกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบ (Comparative claim) เป็นการเปรียบเทียบปริมาณของสารอาหารหรือพลังงานที่มีในอาหารตั้งแต่สองอย่างขึ้นไป ตัวอย่างการกล่าวอ้าง ได้แก่ “น้อยกว่า (less than หรือ fewer)” “มากกว่า (more than)” “ลดปริมาณลง (reduced)” “พลังงานน้อย (lite, light)” “เสริม (added, fortified, enriched)” เป็นต้น ในกรณีกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบเช่นนี้ อาหารที่ถูกเปรียบเทียบโดยอาหารที่มีการกล่าวอ้างเรียกว่า “อาหารอ้างอิง” อาหารอ้างอิงสำหรับใช้เปรียบเทียบเพื่อแสดงข้อกล่าวอ้างโดยเปรียบเทียบอนุญาตได้เพียงสองแบบคือ อนุญาตให้เปรียบเทียบกับ

(1) ผลิตภัณฑ์สูตรปกติของผู้ผลิตเอง

(2) ผลิตภัณฑ์ชนิดเดียวกันทั่วๆ ไปที่เป็นตัวแทนของอาหารประเภทดังกล่าวที่มีจำหน่ายในประเทศ

ทั้งนี้ผลิตภัณฑ์ที่เปรียบเทียบจะต้องเป็นผลิตภัณฑ์ประเภทเดียวกันหรือคล้ายคลึงกันเท่านั้น เช่น ซอสปรุงรสกับซอสปรุงรส ที่สำคัญคือ ห้ามใช้ข้อกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบหากอาหารอ้างอิงมีสารอาหารหรือพลังงานที่จะเปรียบเทียบกับนั้น อยู่ในปริมาณที่เป็นไปตามเงื่อนไขของ “ต่ำ” หรือ “น้อยมาก” อยู่แล้ว

การแสดงข้อกล่าวอ้างโดยเปรียบเทียบจะต้องระบุชื่อชนิดของอาหารอ้างอิง และแสดงการเปรียบเทียบระดับของสารอาหารหรือพลังงานนั้นที่ลดลงหรือเพิ่มขึ้นเป็นเปอร์เซ็นต์หรือเศษส่วนเทียบกับปริมาณที่มีอยู่ในอาหารอ้างอิง และระบุปริมาณสารอาหารนั้นต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่ระบุที่ฉลากด้วย เช่น การกล่าวอ้าง “ลดโซเดียม” จะต้องกำกับด้วยข้อความว่า “ลดปริมาณโซเดียมลง 50% เทียบกับซอสปรุงรสสูตรปกติ ซอสปรุงรสชนิดโซเดียมน้อยมีโซเดียม 200 มก. ต่อ 30 มล. ซอสปรุงรสสูตรปกติมีโซเดียม 400 มก. ต่อ 30 มล.”

1.3 การกล่าวอ้างเกี่ยวกับหน้าที่ของสารอาหาร (Nutrient function claim) คือ การกล่าวถึงหน้าที่ของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย มีเงื่อนไขดังต่อไปนี้คือ

(1) สารอาหารที่มีการกล่าวอ้างถึง ต้องมีอยู่ในบัญชีสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคประจำวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI)

(2) ผลิตภัณฑ์ที่กล่าวอ้างต้องมีสารอาหารนั้นอยู่ในระดับที่จัดว่า “เป็นแหล่งของ” ของสารอาหารนั้นในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง และปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก สำหรับในกรณีที่ไม่มีกำหนดค่าหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ และอาหารนั้นไม่มีลักษณะการบริโภคใกล้เคียงกับอาหารที่มีการกำหนดค่าหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ ให้คำนวณต่อปริมาณผลิตภัณฑ์ 100 กรัม หรือ 100 มิลลิลิตร

(3) การกล่าวอ้างหน้าที่ของสารอาหาร ต้องเป็นการกล่าวถึงสารอาหารตาม ข้อ 1.3 (1) โดยไม่ใช่การกล่าวอ้างถึงตัวผลิตภัณฑ์เป็นการเฉพาะ

(4) การกล่าวอ้างดังกล่าวต้องมีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่เชื่อถือได้

(5) การกล่าวอ้างจะต้องไม่มีข้อความระบุหรือมีความหมายให้เข้าใจว่าการบริโภคสารอาหารนั้นจะสามารถป้องกันหรือบำบัดรักษาโรคได้

ตัวอย่างการกล่าวอ้างเกี่ยวกับหน้าที่ของสารอาหาร

“แคลเซียมเป็นส่วนประกอบสำคัญของกระดูกและฟัน”

“แคลเซียมช่วยในกระบวนการสร้างกระดูกและฟันที่แข็งแรง”

“โฟเลตเป็นองค์ประกอบสำคัญในการสร้างเม็ดเลือดแดง”

“วิตามิน บี 1 และวิตามิน บี 12 ช่วยในการทำงานของระบบประสาท”

อนึ่ง ข้อความกล่าวอ้างเกี่ยวกับหน้าที่ของสารอาหารจะต้องได้รับความเห็นชอบจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา

2. เงื่อนไขในการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

2.1 เกณฑ์การกล่าวอ้างทางโภชนาการ ประเภทการกล่าวอ้างปริมาณสารอาหาร และการกล่าวอ้างปริมาณโดยเปรียบเทียบตามข้อ 1.1 และ 1.2 ตามลำดับ มีการกำหนดเงื่อนไขไว้เป็น 2 กรณี คือ

กรณีที่ 1 สำหรับอาหารที่มีการกำหนดปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไว้ตามบัญชีหมายเลข 2 แนบท้ายประกาศกระทรวงสาธารณสุขฉบับนี้

กรณีที่ 2 สำหรับอาหารที่ไม่เป็นไปตามกรณีที่ 1 เท่านั้น ที่จะให้กล่าวอ้างทางโภชนาการโดยคำนวณต่อปริมาณอาหาร 100 กรัม หรือ 100 มิลลิลิตร

2.2 อาหารที่อยู่ในเกณฑ์ที่จะแสดงการกล่าวอ้างทางโภชนาการจะต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขเพิ่มเติมดังนี้ด้วยคือ

สำหรับอาหารในกรณีที่ 1 ของข้อ 2.1 หากอาหารนั้นในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและปริมาณอาหารหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก (หรือ ในปริมาณอาหาร 50 กรัม เฉพาะอาหารที่มีปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไม่เกิน 30 กรัม หรือ ไม่เกิน 2 ช้อนโต๊ะ) มีปริมาณไขมันทั้งหมดมากกว่า 13 กรัม หรือ ไขมันอิ่มตัว มากกว่า 4 กรัม หรือ โคลเลสเตอรอลมากกว่า 60 มิลลิกรัม หรือ โซเดียมมากกว่า 360 มิลลิกรัม

สำหรับอาหารในกรณีที่ 2 ของข้อ 2.1 หากอาหารนั้นในปริมาณ 100 กรัม หรือ 100 มิลลิลิตร มีปริมาณไขมันทั้งหมดมากกว่า 13 กรัม หรือไขมันอิ่มตัวมากกว่า 4 กรัม หรือโคเลสเตอรอลมากกว่า 60 มิลลิกรัม หรือโซเดียมมากกว่า 360 มิลลิกรัม การแสดงชื่อกว่าอ้างใดก็ตามจะต้องกำกับด้วยข้อความแสดงปริมาณไขมันทั้งหมด ไขมันอิ่มตัว โคเลสเตอรอล หรือโซเดียมที่อยู่ในระดับเกินปริมาณดังกล่าวไว้ติดกับชื่อกว่าอ้างนั้นที่มีขนาดใหญ่ที่สุดหรือเห็นได้ชัดที่สุดบนฉลากด้วย โดยข้อความกำกับนี้จะต้องมีขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่งของชื่อกว่าอ้าง

2.3 เงื่อนไขการแสดงข้อความที่เกี่ยวกับสุขภาพ เช่น “เพื่อสุขภาพ (healthy, healthful, healthiness, health)” หรือข้อความในลักษณะเดียวกัน มีดังต่อไปนี้คือ

(1) อาหารนั้นจะต้องเข้าข่ายเงื่อนไขการแสดงข้อความ “ไขมันต่ำ (low fat)” และ “ไขมันอิ่มตัวต่ำ (low saturated fat)” และ

(2) อาหารนั้นในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง และในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก หรือในปริมาณ 100 กรัม (หรือ 100 มิลลิลิตร) แล้วแต่ที่เข้าข่ายในกรณีที่ 1 หรือกรณีที่ 2 ตามข้อ 2.1 จะต้องประกอบด้วยโซเดียม ไม่เกิน 360 มิลลิกรัม และโคเลสเตอรอลไม่เกิน 60 มิลลิกรัม และวิตามินเอ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 โปตัสเซียม แคลเซียม เหล็ก และใยอาหาร อย่างน้อยร้อยละ 10 ของ Thai RDI

2.4 เงื่อนไขอื่น ๆ

หากมีการกล่าวถึงชนิดและปริมาณสารอาหารใดเป็นการเฉพาะบนฉลากนอกกรอบข้อมูลโภชนาการ โดยที่ไม่มุ่งหมายเพื่อเป็นการกล่าวอ้าง แต่เพื่อเป็นการแจ้งปริมาณให้ผู้บริโภคทราบ ทั้งนี้รวมถึงการกล่าวถึงชนิดและปริมาณสารอาหารที่เป็นส่วนหนึ่งของชื่ออาหารด้วย โดยที่อาหารนั้นไม่อยู่ในเกณฑ์ที่จะแสดงชื่อกว่าอ้างตามเงื่อนไขได้ ให้ระบุข้อความที่สื่อว่าไม่มีจุดมุ่งหมายในการกล่าวอ้างใดๆ กำกับข้อมูลปริมาณสารอาหารดังกล่าวไว้ด้วย เช่น “มีโซเดียม 200 มก. ต่อ 30 มิลลิลิตร – ไม่ใช่อาหารชนิดโซเดียมต่ำ”

เงื่อนไขการกล่าวอ้างทางโภชนาการโดยใช้เกณฑ์ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค

พลังงาน/ สารอาหาร	ข้อกล่าวอ้าง	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
พลังงาน	ปราศจาก, ไม่มี (free, without, free of, no, zero)	มีพลังงานน้อยกว่า 5 กิโลแคลอรี	1.ห้ามใช้ข้อกล่าวอ้างนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ต่ำ (low, few, low source of, low in)	มีพลังงานไม่เกิน 40 กิโลแคลอรี	
	ลด, น้อยกว่า (reduced, reduced in, less, fewer, lower, lower in)	ลดปริมาณพลังงานลงตั้งแต่ร้อยละ 25 ขึ้นไป เมื่อเทียบกับอาหารอ้างอิง	1.ห้ามใช้ข้อกล่าวอ้างนี้ หากอาหาร อ้างอิงเป็นอาหาร “พลังงานต่ำ” อยู่แล้ว 2.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	พลังงานน้อย (light, lite)	1.ลดปริมาณไขมันลงตั้งแต่ร้อยละ 50 ขึ้นไปเทียบกับอาหารอ้างอิง (สำหรับผลิตภัณฑ์นั้นมีพลังงานจาก ไขมันตั้งแต่ร้อยละ 50 ขึ้นไป ของ พลังงานทั้งหมด) หรือ 2.ลดพลังงานลงตั้งแต่ 1/3 ส่วนขึ้น ไปเทียบกับอาหารอ้างอิง (สำหรับ ผลิตภัณฑ์นั้นมีพลังงานจากไขมัน น้อยกว่าร้อยละ 50 ของพลังงาน ทั้งหมด)	1.ห้ามใช้ข้อกล่าวอ้างนี้ หากอาหาร อ้างอิงเป็นอาหาร “ไขมันต่ำ” หรือ “พลังงานต่ำ” อยู่แล้ว 2.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย 3.ถ้าอาหารที่แสดงข้อกล่าวอ้างนี้มี พลังงานน้อยกว่า 40 กิโลแคลอรี หรือมี ไขมันน้อยกว่า 3 กรัมต่อปริมาณหนึ่ง หน่วยบริโภคอ้างอิง ไม่ต้องแสดงร้อย ละหรือสัดส่วนของพลังงานที่ลดลง

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
ไขมัน ทั้งหมด	ปราศจาก, ไม่มี (free, without, free of, no, zero, nonfat)	มีไขมันทั้งหมดน้อยกว่า 0.5 กรัม	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.ถ้ามีส่วนผสมที่เป็นไขมันหรือส่วนผสม ที่เข้าใจโดยทั่วไปว่ามีไขมัน ให้ทำ เครื่องหมายกำกับชื่อส่วนผสมนั้น แล้ว อธิบายว่า “มีผลต่อปริมาณไขมันน้อย มาก” 3.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ต่ำ (low, low in, low source of, little)	มีไขมันทั้งหมดไม่เกิน 3 กรัม	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ลด, น้อยกว่า (reduced, reduced in, lower, lower in, less)	ลดปริมาณไขมันทั้งหมดลงตั้งแต่ ร้อยละ 25 ขึ้นไปเมื่อเทียบกับ อาหารอ้างอิง	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหาร อ้างอิงเป็น อาหาร “ไขมันต่ำ” อยู่แล้ว 2.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
ไขมัน อิ่มตัว	ปราศจาก, ไม่มี (free, without, free of, no, zero)	1.มีกรดไขมันอิ่มตัวน้อยกว่า 0.5 กรัม และ 2.ปริมาณกรดไขมันรูปแบบทรานส์ น้อยกว่า 0.5 กรัม	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.ถ้ามีส่วนผสมที่เป็นไขมันอิ่มตัวหรือ เข้าใจโดยทั่วไปว่ามีไขมันอิ่มตัว ให้ทำ เครื่องหมายกำกับชื่อส่วนผสมนั้น แล้ว อธิบายว่า “มีผลต่อปริมาณไขมันอิ่มตัว น้อยมาก” 3.ต้องแสดงปริมาณไขมันทั้งหมดและ โคเลสเตอรอลควบคู่กับชื่อย่ออ้างอิง เกี่ยวกับปริมาณไขมันอิ่มตัวทุกแห่ง โดยมีขนาดไม่น้อยกว่าครึ่งหนึ่งของ ชื่อย่ออ้างอิง

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่ออ้างอิง	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
			<p>ยกเว้น ก. ถ้าผลิตภัณฑ์มีโคเลสเตอรอลน้อยกว่า 2 มิลลิกรัม ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ไม่ต้องแสดงปริมาณโคเลสเตอรอลกำกับ</p> <p>ข. หากผลิตภัณฑ์มีไขมันทั้งหมดไม่เกิน 0.5 กรัม ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ไม่ต้องแสดงปริมาณไขมันทั้งหมดกำกับชื่อย่ออ้างอิงเกี่ยวกับไขมันอิ่มตัว</p> <p>4. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย</p>
ไขมัน อิ่มตัว	ต่ำ (low, low in, low source of, a little)	<p>1. มีกรดไขมันอิ่มตัวไม่เกิน 1 กรัม และ</p> <p>2. พลังงานจากกรดไขมันอิ่มตัวไม่เกินร้อยละ 15 ของพลังงานทั้งหมด</p>	<p>1. ห้ามใช้ชื่อย่ออ้างอิงนี้ หากอาหารนั้นโดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว</p> <p>2. ต้องแสดงปริมาณไขมันทั้งหมดและโคเลสเตอรอลควบคู่กับชื่อย่ออ้างอิงเกี่ยวกับปริมาณไขมันอิ่มตัวทุกแห่ง โดยมีขนาดไม่น้อยกว่าครึ่งหนึ่งของชื่อย่ออ้างอิง</p> <p>ยกเว้น ก. ถ้าผลิตภัณฑ์มีโคเลสเตอรอลน้อยกว่า 2 มิลลิกรัมต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ไม่ต้องแสดงปริมาณโคเลสเตอรอลกำกับ</p> <p>ข. หากผลิตภัณฑ์มีไขมันทั้งหมดไม่เกิน 3 กรัม ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ไม่ต้องแสดงปริมาณไขมันทั้งหมดกำกับชื่อย่ออ้างอิงเกี่ยวกับไขมันอิ่มตัว</p> <p>3. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย</p>

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
ไขมัน อิ่มตัว	ลด, น้อยกว่า (reduced, reduced in, lower, lower in, less)	ลดปริมาณกรดไขมันอิ่มตัวลงตั้งแต่ ร้อยละ 25 ขึ้นไป เมื่อ เทียบกับ อาหารอ้างอิง	<p>1. ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหาร อ้างอิงเป็น “ไขมันอิ่มตัวต่ำ” อยู่แล้ว</p> <p>2. ต้องแสดงปริมาณไขมันทั้งหมดและ โคเลสเตอรอลควบคู่กับชื่อย่อภาษาอังกฤษ เกี่ยวกับปริมาณไขมันอิ่มตัวทุกแห่ง โดยมีขนาดไม่น้อยกว่าครึ่งหนึ่งของ ชื่อย่อภาษาอังกฤษ</p> <p>ยกเว้น ก. ถ้าผลิตภัณฑ์มีโคเลสเตอรอล น้อยกว่า 2 มิลลิกรัมต่อปริมาณหนึ่ง หน่วยบริโภคอ้างอิง ไม่ต้องแสดง ปริมาณโคเลสเตอรอลกำกับ</p> <p>ข. หากผลิตภัณฑ์มีไขมันทั้งหมด ไม่เกิน 3 กรัม ต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคอ้างอิง ไม่ต้องแสดงปริมาณ ไขมันทั้งหมดกำกับชื่อย่อภาษาอังกฤษเกี่ยวกับ ไขมันอิ่มตัว</p> <p>3. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย</p>

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
โคเลสเตอรอล	ปราศจาก, ไม่มี (free, without, free of, no, zero)	1.มี โคเลสเตอรอลน้อยกว่า 2 มิลลิกรัม และ 2.กรดไขมันอิ่มตัวไม่เกิน 2 กรัม	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.ถ้ามีส่วนผสมที่เข้าใจโดยทั่วไปว่ามี โคเลสเตอรอลเป็นส่วนประกอบ ให้ทำ เครื่องหมายกำกับชื่อส่วนผสมนั้นแล้ว อธิบายว่า “มีผลต่อปริมาณ โคเลสเตอรอลน้อยมาก” 3.ถ้ามีปริมาณไขมันทั้งหมดเกิน 13 กรัม ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและ ต่อปริมาณอาหารหนึ่งหน่วยบริโภคที่ แสดงบนฉลาก ต้องระบุปริมาณ ไขมันทั้งหมดต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก โดยแสดงควบคู่ กับชื่อย่อภาษาอังกฤษทุกด้าน หากแสดงชื่อ ภาษาอังกฤษหลายแห่งในฉลากด้านเดียวกัน ให้แสดงติดกับชื่อย่อภาษาอังกฤษที่เด่นที่สุด และใช้ตัวอักษรขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่ง ของชื่อย่อภาษาอังกฤษดังกล่าว 4.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
โคเลสเตอรอล	ต่ำ (low, low in, low source of, little)	1. มีโคเลสเตอรอลไม่เกิน 20 มิลลิกรัม และ 2. ไขมันอิ่มตัวไม่เกิน 2 กรัม	1. ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2. ถ้ามีปริมาณไขมันทั้งหมดเกิน 13 กรัม ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและต่อปริมาณอาหารหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก ต้องระบุปริมาณไขมันทั้งหมดต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก โดยแสดงควบคู่กับชื่อย่อภาษาอังกฤษทุกด้าน หากแสดงชื่อย่อภาษาอังกฤษหลายแห่งในฉลากด้านเดียวกัน ให้แสดงติดกับชื่อย่อภาษาอังกฤษที่เด่นที่สุด และใช้ตัวอักษรขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่งของชื่อย่อภาษาอังกฤษดังกล่าว 3. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ลด, น้อยกว่า (reduced, reduced in, lower, lower in, less)	1. ลดปริมาณโคเลสเตอรอลลงตั้งแต่ร้อยละ 25 ขึ้นไป เมื่อเทียบกับอาหารอ้างอิง และ 2. มีกรดไขมันอิ่มตัวไม่เกิน 2 กรัม	1. ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารอ้างอิงเป็นอาหาร “โคเลสเตอรอลต่ำ” อยู่แล้ว 2. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย 3. หากมีปริมาณไขมันทั้งหมดมากกว่า 13 กรัมต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง และต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก ให้กำกับข้อความระบุปริมาณโคเลสเตอรอลที่ลดลง เทียบกับที่มีอยู่ในอาหารอ้างอิง ด้วยปริมาณไขมันทั้งหมดที่มีอยู่ในปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก โดยใช้ตัวอักษรขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่งของชื่อย่อภาษาอังกฤษ

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
โซเดียม	ปราศจาก, ไม่มี (free, without, free of, no, zero)	มีโซเดียมน้อยกว่า 5 มิลลิกรัม	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.คิดเป็นปริมาณโซเดียมในอาหาร ไม่ใช่ เกลือ (โซเดียมคลอไรด์) และ 3.ถ้ามีส่วนผสมที่เป็นเกลือ (โซเดียมคลอ ไรด์) หรือส่วนผสมที่เข้าใจโดยทั่วไปว่า มีโซเดียม ให้ทำเครื่องหมายกำกับชื่อ ส่วนผสมนั้นแล้วอธิบายว่า “มีผลต่อ ปริมาณโซเดียมน้อยมาก” 4.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ปราศจากเกลือ (salt free)	ต้องได้ตามเงื่อนไขและเงื่อนไข เพิ่มเติมของ “ปราศจากโซเดียม”	
	ต่ำมาก (very low, very low in)	มีโซเดียมน้อยกว่า 35 มิลลิกรัม	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้น โดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.คิดเป็นปริมาณโซเดียมในอาหาร
	ต่ำ (low, low in, low source of, little)	มีโซเดียมน้อยกว่า 140 มิลลิกรัม	ไม่ใช่เกลือ (โซเดียมคลอไรด์) และ 3.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ลด, น้อยกว่า (reduced, reduced in, lower, lower in, less)	ลดปริมาณโซเดียมลงตั้งแต่ร้อยละ 25 ขึ้นไปเมื่อเทียบกับอาหารอ้างอิง	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหาร อ้างอิงเป็น อาหาร “โซเดียมต่ำ” อยู่แล้ว 2.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
โซเดียม	โซเดียมน้อย (light, lite)	ลดปริมาณโซเดียมลงตั้งแต่ร้อยละ 50 ขึ้นไปเมื่อเทียบกับอาหารอ้างอิง	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารอ้างอิงเป็น อาหาร “โซเดียมต่ำ” อยู่แล้ว 2.หากอาหารอ้างอิงมีพลังงานมากกว่า 40 กิโลแคลอรี หรือมีไขมันมากกว่า 3 กรัม ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง การกล่าวอ้างว่า “light” สำหรับโซเดียมในกรณีนี้ต้องกำกับว่า “โซเดียมน้อย (light in sodium)” เนื่องจาก “light, lite” อาจหมายถึง “พลังงานน้อย” ได้อีกด้วย 3.ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ไม่เติมเกลือ / ไม่ใส่เกลือ (unsalted, no salt, no salt added, without salt added)	1. ไม่มีการเติมเกลือระหว่างกระบวนการผลิต และ 2.อาหารที่ใช้เปรียบเทียบต้องเป็นอาหารที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งโดยปกติแล้วใช้เกลือในการผลิต	หากผลิตภัณฑ์ไม่ได้ตามเงื่อนไข “ปราศจากโซเดียม” ต้องกำกับว่า “ไม่ใช่อาหารที่ปราศจากโซเดียม” ด้วย
	ใส่เกลือเล็กน้อย (lightly salted)	ใส่เกลือน้อยกว่าอาหารปกติ ตั้งแต่ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ต้องกำกับว่า “ไม่ใช่อาหารโซเดียมต่ำ” ด้วย
น้ำตาล (หมายถึง mono- และ di-saccharides)	ปราศจาก, ไม่มี (free, without, free of, no, zero, sugarless)	มีน้ำตาลน้อยกว่า 0.5 กรัม	1.ห้ามใช้ชื่อย่อภาษาอังกฤษนี้ หากอาหารนั้นโดยธรรมชาติเป็นไปตามเงื่อนไขอยู่แล้ว 2.ถ้าอาหารมีส่วนผสมที่เป็นน้ำตาลหรือส่วนผสมที่เข้าใจโดยทั่วไปว่ามีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบ ให้ทำเครื่องหมายกำกับชื่อส่วนผสมนั้นแล้วอธิบายว่า “มีผลต่อปริมาณน้ำตาลน้อยมาก” 3. ถ้าอาหารเป็นไปตามเงื่อนไข “พลังงานต่ำ” หรือ “ลดพลังงาน” หรือ “พลังงานน้อย” ให้แสดงชื่อย่อภาษาอังกฤษดังกล่าวบนฉลากด้วย

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
			4. ถ้าอาหารไม่เป็น “พลังงานต่ำ” หรือ “ลดพลังงาน” หรือ “พลังงานน้อย” ให้กำกับว่า “ไม่ใช่อาหารพลังงานต่ำ” หรือ “ไม่ใช่อาหารลดพลังงาน” หรือ “ไม่ใช่สำหรับการควบคุมน้ำหนัก” ตามลำดับ 5. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.1 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
น้ำตาล (หมายถึง mono-และ di-saccha- rides)	ลดปริมาณลง, น้อยกว่า (reduced, reduced in, lower, lower in, less)	ลดปริมาณน้ำตาลลงตั้งแต่ร้อยละ 25 ขึ้นไป เมื่อเทียบกับอาหารอ้างอิง	ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 1.2 และ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	ไม่เติมน้ำตาล / ไม่ใส่น้ำตาล (no added sugar, without added sugar, no sugar added)	1. ไม่มีการเติมน้ำตาลหรือส่วนผสม ที่มีน้ำตาลในระหว่างการผลิตหรือ การบรรจุและ 2. ไม่มีส่วนผสมที่มีการเติมหรือเพิ่ม ปริมาณน้ำตาล เช่น แยม เยลลี่หรือน้ำ ผลไม้เข้มข้น และ 3. ต้องไม่มีน้ำตาลเกิดขึ้นจาก กระบวนการผลิต หรือถ้ามีต้อง รวมกันแล้วได้ตาม เงื่อนไข “ปราศจาก/ไม่มี” และ 4. อาหารอ้างอิงมีการเติมน้ำตาลเป็น ส่วนประกอบ ส่วนอาหารนี้ไม่มีการ เติม	ถ้าอาหารนั้นไม่เป็นไปตามเงื่อนไขของ “พลังงานต่ำ” หรือ “ลดพลังงาน” ต้อง กำกับว่า “ไม่ใช่อาหารพลังงานต่ำ” หรือ “ไม่ใช่อาหารลดพลังงาน”

พลังงาน/ สารอาหาร	ชื่อย่อภาษาอังกฤษ	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
น้ำตาล (หมายถึง mono- และ di-saccha- rides)	“ไม่ปรับความ หวานเพิ่ม” หรือ “ไม่เติมวัตถุให้ ความหวาน” (unsweetened, contains no added sweeteners)	ใช้กับอาหารที่มีปริมาณน้ำตาลสูง อยู่แล้วโดยธรรมชาติ เช่น น้ำผลไม้ อย่างไรก็ตามห้ามใช้ข้อความ “ปราศจากน้ำตาล (sugar free)”	
โปรตีน ใยอาหาร วิตามิน เกลือแร่ (ไม่รวม โซเดียม)	สูง, อุดม (high, rich in, excellent source of)	มีสารอาหารนั้นอยู่ในปริมาณตั้งแต่ ร้อยละ 20 ของ Thai RDI** ขึ้นไป	1. สำหรับใยอาหาร หากปริมาณไขมัน ทั้งหมดไม่เป็นไปตามเงื่อนไข “ต่ำ” การ กล่าวอ้างปริมาณใยอาหารต้องกำกับด้วย ปริมาณไขมันทั้งหมดต่อปริมาณหนึ่ง หน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลากด้วยอักษร ที่มีขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่งของข้อ กล่าวอ้าง 2. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขในข้อ 2.2 ของ บัญชีนี้ด้วย

พลังงาน/ สารอาหาร	ข้อกล่าวอ้าง	เงื่อนไข (ต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภค อ้างอิงและต่อปริมาณหนึ่งหน่วย บริโภคที่แสดงบนฉลาก) *	เงื่อนไขเพิ่มเติม
โปรตีน ไขมัน วิตามิน เกลือแร่ (ไม่รวม โซเดียม)	เป็นแหล่งของ, มี (good source, contains, provides)	มีสารอาหารนั้นอยู่ในปริมาณร้อยละ 10-19 ของ Thai RDI**	1. สำหรับไขมันอาหาร หากปริมาณไขมันทั้งหมดไม่เป็นไปตามเงื่อนไข “ต่ำ” การกล่าวอ้างปริมาณไขมันต้องกำกับด้วยปริมาณไขมันทั้งหมดต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลากด้วยอักษรที่มีขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่งของข้อกล่าวอ้าง 2. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขข้อ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย
	เสริม, เพิ่ม, มากกว่า (increased, more, added, fortified, enriched)	เมื่อเทียบกับอาหารอ้างอิงแล้ว อาหารนี้มีสารอาหารที่จะกล่าวอ้างอยู่ในปริมาณที่สูงกว่าระดับที่มีอยู่ในอาหารอ้างอิง โดยปริมาณค่าความแตกต่างนั้นจะต้องไม่น้อยกว่าปริมาณร้อยละ 10 ของ Thai RDI**	1. ต้องระบุอาหารอ้างอิงด้วย 2. สำหรับไขมันอาหาร หากปริมาณไขมันทั้งหมดไม่เป็นไปตามเงื่อนไข “ต่ำ” การกล่าวอ้างปริมาณไขมันต้องกำกับด้วยปริมาณไขมันทั้งหมดต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลากด้วยอักษรที่มีขนาดไม่เล็กกว่าครึ่งหนึ่งของข้อกล่าวอ้าง 3. ต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขข้อ 2.2 ของบัญชีนี้ด้วย

หมายเหตุ

*เฉพาะอาหารที่มีปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงไม่เกิน 30 กรัม หรือ ไม่เกิน 2 ช้อนโต๊ะ เงื่อนไขในการแสดงข้อกล่าวอ้างตามตารางที่ 1 นี้ ให้คำนวณต่อปริมาณอาหารนั้น 50 กรัม แทนการคำนวณต่อปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงและต่อปริมาณอาหารหนึ่งหน่วยบริโภคที่แสดงบนฉลาก (กรณีที่เป็นอาหารแห้งที่โดยทั่วไปแล้วจะต้องเติมน้ำหรือของเหลวที่มีคุณค่าทางโภชนาการน้อยจนไม่มีนัยสำคัญก่อนจึงจะบริโภค น้ำหนัก 50 กรัมนี้ให้หมายถึงน้ำหนักอาหารหลังจากที่เติมน้ำหรือของเหลวแล้ว อย่างไรก็ตาม ข้อกำหนดนี้ไม่ใช้บังคับกับเครื่องดื่มแห้งหรือผลิตภัณฑ์ลักษณะเดียวกัน เช่น นมผง ซึ่งจะใช้ปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงเป็น 200 มิลลิลิตรของอาหารหลังเติมน้ำ)

**Thai RDI หมายถึง สารอาหารที่แนะนำให้บริโภคประจำวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai Recommended Daily Intakes)

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างการกล่าวอ้างทางโภชนาการของผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

ประเภท ภาชนะ บรรจุ	ตรายี่ห้อ	ขนาดบรรจุ (มิลลิลิตร)	ข้อความที่กล่าวอ้างทางโภชนาการบนฉลาก
กล่อง	แอนลิน โกลด์	180	แคลเซียมสูง ไขมันต่ำ โคลเลสเตอรอลต่ำ
		180	สูตรน้ำตาลน้อย ลดน้ำตาลลง 60% ของสูตรปกติ (สูตรน้ำตาลน้อย มีน้ำตาล 11 กรัมต่อ 180 มิลลิลิตร สูตรปกติมีน้ำตาล 27 กรัมต่อ 180 มิลลิลิตร)
	ดัชมิลล์ ดีพลัส	110	0% ไขมัน Extra Collagen (มีคอลลาเจน 2,400 mg / 110 ml สูตรเดิมมีคอลลาเจน 155 mg / 110 ml)
ดื่มน้ำ		230	สูตรงาต่ำ 2 เท่า แคลเซียมสูง น้ำตาลน้อย ไขมันต่ำ
		250	สูตรไม่ผสมนมผง ไขมันน้อยกว่า ลดปริมาณไขมันลง 2 กรัม เมื่อเทียบกับนม ถั่วเหลืองสูตรผสมนมผง (สูตรไม่ผสมนม ผงมีไขมัน 8 กรัมต่อ 250 มิลลิลิตร สูตร ผสมนมผงมีไขมัน 10 กรัมต่อ 250 มิลลิลิตร)
โฟร์โมสต์ Vitamax		225	แคลเซียมสูง ไขมันอิ่มตัว 5 กรัม ต่อ 225 มิลลิลิตร
		225	ขาดมันเนย ไขมัน 0% แคลเซียมสูง ไม่มีโคเลสเตอรอล

ประเภท ภาชนะ บรรจุ	ตรายี่ห้อ	ขนาดบรรจุ (มิลลิลิตร)	การกล่าวอ้างทางโภชนาการ
กล่อง	โฟร์โมสต์ Calcimax	180	วิตามิน K สูง ไขมันต่ำ แคลเซียมสูง 480 มิลลิกรัม
	ไวตามินัลค์ พลัส	200	วิตามิน A, B2, B12, C, D, B1, โฟเลต, ไอโอดีน สูง
	วีชอย	230	แคลเซียมสูง 400 มก./กล่อง สูตรหวานน้อย แคลเซียมมีส่วนช่วยในกระบวนการสร้าง กระดูกและฟันที่แข็งแรง
		230	No Sugar Added, Hi Calcium เป็นแหล่งของวิตามินดี
	แลคตาซอย	125	Plus Collagen วิตามินอีสูง น้ำตาลน้อย
		300	แคลเซียมสูง น้ำตาลน้อยกว่า เป็นแหล่งของโปรตีน
กระป๋อง	ตราหมีโกลด์	140	ไขมันต่ำ แคลเซียมสูง วิตามิน A, D, C, E, B, B2, B6, B12 สูง
ขวด	ดัชมิลล์ ไลท์	450	แคลเซียมสูง 0% ไขมัน ไม่มีโคเลสเตอรอล
	บีทาเกิน ไลท์	85	ไขมัน 0% ลดปริมาณน้ำตาลลง 75% (นม เปรี้ยวสูตรไลท์ มีน้ำตาล 3 กรัม ต่อ 85 มล. สูตรปกติมีน้ำตาล 12 กรัม ต่อ 85 มล.)
	แมจิ	830	พร้อมมันเนย แคลเซียมสูง ไขมันต่ำ โคเลสเตอรอลต่ำ วิตามินบี 2 สูง
		100	ไม่มีไขมัน แคลเซียมสูง น้ำตาลน้อยกว่า วิตามิน B1, B2, C สูง
	โซคซัย	800	แคลเซียมสูง วิตามินบี 2 สูง ฟอสฟอรัสสูง ไขมันต่ำ

ภาคผนวก ค

แบบสอบถาม

เรื่อง ทักษะคติของผู้บริโภคในอำเภอเมืองพะเยา
ต่อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการศึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ โครงการบริหารธุรกิจ
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ข้อมูลจะนำไปใช้เพื่อ
ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น

กรุณาตอบแบบสอบถามตามความคิดเห็น และความเป็นจริงมากที่สุด ผู้จัดทำ
ขอขอบพระคุณทุกท่านที่สละเวลาในการตอบแบบสอบถามมา ณ ที่นี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ○

1. เพศ

ชาย หญิง

2. ช่วงอายุ

ไม่เกิน 20 ปี 20 - 30 ปี
 31 - 40 ปี 41 - 50 ปี
 51 - 60 ปี 61 ปีขึ้นไป

3. ระดับการศึกษา

ต่ำกว่าหรือเท่ากับมัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนปลาย หรือ ปวช.
 อนุปริญญา หรือ ปวส. ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า
 ปริญญาโทหรือเทียบเท่า ปริญญาเอก
 อื่นๆ (โปรดระบุ) _____

4. อาชีพ

- นักเรียน/นักศึกษา รับราชการ
 พนักงานรัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัทเอกชน
 เจ้าของกิจการ/ธุรกิจส่วนตัว พ่อบ้าน/แม่บ้าน
 เกษตรกร อื่นๆ (โปรดระบุ) _____

5. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของผู้ตอบแบบสอบถาม

- ไม่เกิน 10,000 บาท 10,000 – 20,000 บาท
 20,001 - 30,000 บาท 30,001 – 40,000 บาท
 40,001 – 50,000 บาท 50,001 บาทขึ้นไป

6. ท่านบริโภคผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการหรือไม่

- บริโภค
 ไม่บริโภค

ส่วนที่ 2 ทศนคติของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

2.1 ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ
 คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ตรงกับความรู้ ความเข้าใจของท่าน

ประเด็นความรู้ ความเข้าใจ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ / ไม่แน่ใจ
1. การกล่าวอ้างทางโภชนาการ เป็นการกล่าวอ้างปริมาณสารอาหาร หรือหน้าที่ของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย			
2. ในการกล่าวอ้างทางโภชนาการ สามารถใช้ข้อความระบุว่าสารอาหารนั้น สามารถป้องกันหรือบำบัดโรคได้			
3. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ทำหน้าที่ควบคุมเกี่ยวกับการกล่าวอ้างทางโภชนาการโดยตรง			
4. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการนั้น ต้องมีการแสดงฉลากโภชนาการ			
5. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการเหมาะสำหรับผู้บริโภคที่มีปัญหาด้านสุขภาพเท่านั้น			
6. ในการกล่าวอ้างปริมาณ โดยเปรียบเทียบนั้น สามารถใช้เปรียบเทียบปริมาณสารอาหารกับผลิตภัณฑ์ชนิดเดียวกันของผู้ผลิตรายใดก็ได้ทั่วโลก			

ประเด็นความรู้ ความเข้าใจ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ / ไม่แน่ใจ
7. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างว่ามี “ปริมาณไขมันต่ำ” หรือ “น้ำตาลน้อย” ทำให้ท่านสามารถหลีกเลี่ยงสารอาหารที่ไม่ต้องการได้			
8. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ สามารถวางจำหน่ายได้ในร้านขายสินค้าเพื่อสุขภาพเท่านั้น			
9. ผู้ผลิตได้ใช้การกล่าวอ้างทางโภชนาการเป็นจุดขายในการโฆษณาผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ			
10. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการต้องบรรจุเป็นกล่องเท่านั้น			

2.2 ความคิดเห็นที่มีต่อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ความคิดเห็น	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
1. การบริโภคผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการมีส่วนช่วยในการดูแลสุขภาพ					
2. การอ่านฉลากโภชนาการช่วยในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่ให้สารอาหารเหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย					
3. ข้อมูลบนฉลากโภชนาการอ่านแล้วเข้าใจยาก					
4. ฉลากโภชนาการไม่จำเป็นในการเลือกซื้อนมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ					
5. ท่านอ่านข้อมูลปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้รับประทานต่อวัน (Thai RDI) บนฉลากโภชนาการ					

ความคิดเห็น	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
6. ท่านเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่ม จากตราหือ โดยไม่สนใจข้อมูลบน ฉลากโภชนาการ					
7. การกล่าวอ้างทางโภชนาการ ช่วยใน การเปรียบเทียบผลิตภัณฑ์นมก่อน ตัดสินใจซื้อ					
8. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทาง โภชนาการ หาซื้อได้ง่ายพอๆ กับนม พร้อมดื่มทั่วไป					
9. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทาง โภชนาการ มีการโฆษณาประชาสัมพันธ์ ทางสื่อต่างๆ อย่างต่อเนื่อง					
10. ตราค้นค้าของผู้ผลิตนมพร้อมดื่มที่มี การกล่าวอ้างทางโภชนาการยังมีน้อย					
11. ราคาของนมพร้อมดื่มที่มีการ กล่าวอ้างทางโภชนาการ มีราคาสูงกว่า ผลิตภัณฑ์นมทั่วไป					
12. ขนาดบรรจุภัณฑ์ของนมพร้อมดื่มที่มี การกล่าวอ้างทางโภชนาการ มีให้เลือก น้อย					
13. หน่วยงานของรัฐยังมีการให้ความรู้ ไม่เพียงพอแก่ผู้บริโภคเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทาง โภชนาการ					

2.3 แนวโน้มพฤติกรรมที่มีต่อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ○ ที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. ท่านอ่านฉลากโภชนาการประกอบในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการบ่อยครั้งเพียงใด

- ทุกครั้ง บางครั้ง ไม่อ่านเลย (ข้ามไปตอบข้อ 5)

2. ท่านอ่านข้อมูลใดบนฉลากโภชนาการของผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> พลังงานทั้งหมด | <input type="radio"/> พลังงานจากไขมัน |
| <input type="radio"/> ปริมาณไขมัน | <input type="radio"/> ปริมาณโคเลสเตอรอล |
| <input type="radio"/> ปริมาณน้ำตาล | <input type="radio"/> ปริมาณแคลเซียม |
| <input type="radio"/> ปริมาณใยอาหาร | <input type="radio"/> ปริมาณธาตุเหล็ก |
| <input type="radio"/> ปริมาณวิตามิน เอ | <input type="radio"/> ปริมาณวิตามิน บี 1 และ บี 12 |
| <input type="radio"/> ปริมาณร้อยละของสารอาหารที่แนะนำต่อวัน | |
| <input type="radio"/> ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้รับประทานต่อวัน (Thai RDI) | |
| <input type="radio"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) _____ | |

3. ท่านใช้ข้อมูลใดบนฉลากโภชนาการ ในการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> พลังงานทั้งหมด | <input type="radio"/> พลังงานจากไขมัน |
| <input type="radio"/> ปริมาณไขมัน | <input type="radio"/> ปริมาณโคเลสเตอรอล |
| <input type="radio"/> ปริมาณน้ำตาล | <input type="radio"/> ปริมาณแคลเซียม |
| <input type="radio"/> ปริมาณใยอาหาร | <input type="radio"/> ปริมาณธาตุเหล็ก |
| <input type="radio"/> ปริมาณวิตามิน เอ | <input type="radio"/> ปริมาณวิตามิน บี 1 และ บี 12 |
| <input type="radio"/> ปริมาณร้อยละของสารอาหารที่แนะนำต่อวัน | |
| <input type="radio"/> ปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้รับประทานต่อวัน (Thai RDI) | |
| <input type="radio"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) _____ | |

4. เมื่อท่านอ่านฉลากโภชนาการของผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการแล้ว ท่านมีความเข้าใจมากน้อยเพียงใด

- ไม่รู้เรื่องและไม่เข้าใจเลย
- รู้เรื่องและเข้าใจบ้างเล็กน้อย
- รู้เรื่องและเข้าใจดี

5. ท่านใช้เกณฑ์ใดบ้างในการพิจารณาซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|--|---|
| <input type="radio"/> ตรายี่ห้อ | <input type="radio"/> คุณค่าทางโภชนาการ |
| <input type="radio"/> ราคาเหมาะสม | <input type="radio"/> รสชาติ |
| <input type="radio"/> ขนาดบรรจุ | <input type="radio"/> บรรจุภัณฑ์ |
| <input type="radio"/> โฆษณาตามสื่อต่างๆ | <input type="radio"/> มีการแสดงฉลากโภชนาการ |
| <input type="radio"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) _____ | |

6. เหตุผลสำคัญที่ท่านบริโภคผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ (ตอบเพียงข้อเดียว)

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> ให้แร่ธาตุสำคัญที่ร่างกายต้องการ | <input type="radio"/> หลีกเลียงสารอาหารที่ไม่ต้องการ |
| <input type="radio"/> ป้องกันและบำบัดโรค | <input type="radio"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) _____ |

7. พฤติกรรมการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการของท่าน ตรงกับข้อใดมากที่สุด

- | |
|---|
| <input type="radio"/> เลือกซื้อจากตรายี่ห้อเป็นหลัก |
| <input type="radio"/> เลือกซื้อจากข้อมูลปริมาณสารอาหาร และพลังงานของผลิตภัณฑ์เป็นหลัก |
| <input type="radio"/> เลือกซื้อจากการกล่าวอ้างทางโภชนาการ เช่น มีปริมาณแคลเซียมสูง หรือไขมันต่ำเป็นหลัก |
| <input type="radio"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) _____ |

8. ส่วนใหญ่ท่านซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ จากแหล่งใดบ่อยที่สุด (ตอบเพียงข้อเดียว)

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> ร้านสะดวกซื้อ 24 ชั่วโมง | <input type="radio"/> มินิมาร์ท |
| <input type="radio"/> ร้านค้า/ร้านชำทั่วไป | <input type="radio"/> ซูเปอร์มาร์เก็ต |
| <input type="radio"/> ไฮเปอร์มาร์เก็ต | <input type="radio"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) _____ |

9. สื่อใดบ้างที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อนมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | |
|------------------------------------|--|
| <input type="radio"/> โทรทัศน์ | <input type="radio"/> วิทยุ |
| <input type="radio"/> หนังสือพิมพ์ | <input type="radio"/> นิตยสาร |
| <input type="radio"/> อินเทอร์เน็ต | <input type="radio"/> ป้ายโฆษณา |
| <input type="radio"/> ผู้แนะนำ | <input type="radio"/> อื่นๆ (โปรดระบุ) _____ |

10. หากท่านต้องการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ ปัจจัยต่อไปนี้ มีระดับความสำคัญอย่างไร โดยทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความเป็นจริง

ปัจจัยในการเลือกซื้อ	ระดับความสำคัญของปัจจัย				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านผลิตภัณฑ์					
1. ตราสินค้า (ยี่ห้อ) มีชื่อเสียง เป็นที่ยอมรับ					
2. บรรจุภัณฑ์สวยงาม					
3. รสชาติอร่อย					
4. มีแคลเซียมสูง					
5. มีไขมันต่ำ					
6. มีน้ำตาลน้อย					
7. เสริมวิตามิน					
8. มีการแสดงฉลากโภชนาการ					
9. อื่นๆ (โปรดระบุ)					
ด้านราคา					
10. ราคาเหมาะสมกับคุณภาพ					
11. ราคาเหมาะสมกับปริมาณ					
12. ราคาถูกกว่ายี่ห้ออื่นเมื่อเทียบในปริมาณที่เท่ากัน					
13. อื่นๆ (โปรดระบุ)					
ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย					
14. หาซื้อได้ง่าย มีจำหน่ายทั่วไป					
15. สินค้าไม่ขาดตลาด					
16. อื่นๆ (โปรดระบุ)					
ด้านการส่งเสริมการตลาด					
17. มีการโฆษณาผ่านสื่อต่างๆ					
18. มีการลด แลก แจก แถม					
19. พนักงานขายแนะนำและให้ข้อมูลสินค้า					
20. บริษัทจัดกิจกรรมช่วยเหลือสังคม					
21. อื่นๆ (โปรดระบุ)					

ส่วนที่ 3 ปัญหาและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ
คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ○ ที่ตรงกับความเป็นจริง

1. ท่านประสบปัญหาในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการหรือไม่

พบปัญหา

ไม่พบปัญหา (ข้ามไปตอบข้อ 3)

2. ปัญหาที่ท่านพบในการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ คืออะไร
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

คุณภาพต่ำกว่าที่มีการกล่าวอ้าง

รสชาติไม่ตรงตามความต้องการ

ไม่มีการแสดงฉลากโภชนาการ

ราคาแพงกว่ายี่ห้ออื่นในปริมาณที่เท่ากัน

ราคาไม่เหมาะสมกับคุณภาพ

ราคาไม่เหมาะสมกับปริมาณ

หาซื้อได้ยาก

สถานที่จำหน่ายอยู่ไกล

มีการโฆษณาเกินจริง

ไม่เข้าใจความแตกต่างจากผลิตภัณฑ์นมทั่วไป

ไม่มีพนักงานแนะนำข้อมูล

อื่นๆ (โปรดระบุ)

3. ท่านคิดว่าในอนาคตผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการจะได้รับความนิยมจากผู้บริโภคอย่างไร

ได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้น

ได้รับความนิยมลดลง

ไม่มีการเปลี่ยนแปลง

ไม่มีความคิดเห็นในเรื่องนี้

4. ความคิดเห็นของท่านต่อผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ ในด้านอื่นๆ เช่น
ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้อง ด้านสุขภาพ ด้านนโยบายของรัฐ เป็นต้น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

----- ขอขอบคุณทุกท่านที่สละเวลาตอบแบบสอบถาม -----

ภาคผนวก ง

เฉลยแบบสอบถาม

ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ

ประเด็นความรู้ ความเข้าใจ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ / ไม่แน่ใจ
1. การกล่าวอ้างทางโภชนาการ เป็นการกล่าวอ้างปริมาณสารอาหาร หรือหน้าที่ของสารอาหารที่มีต่อร่างกาย	✓		
2. ในการกล่าวอ้างทางโภชนาการ สามารถใช้ข้อความระบุว่าสารอาหารนั้น สามารถป้องกันหรือบำบัดโรคได้		✓	
3. สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ทำหน้าที่ควบคุมเกี่ยวกับการกล่าวอ้างทางโภชนาการโดยตรง	✓		
4. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการนั้น ต้องมีการแสดงฉลากโภชนาการ	✓		
5. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ เหมาะสำหรับผู้บริโภคที่มีปัญหาด้านสุขภาพเท่านั้น		✓	
6. ในฉลากโภชนาการนั้น สามารถเปรียบเทียบปริมาณสารอาหารกับผลิตภัณฑ์นมชนิดเดียวกันของผู้ผลิตรายใดก็ได้ทั่วโลก		✓	
7. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างว่ามี “ปริมาณไขมันต่ำ” หรือ “น้ำตาลน้อย” ทำให้ท่านสามารถหลีกเลี่ยงสารอาหารที่ไม่ต้องการได้	✓		
8. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ สามารถวางจำหน่ายได้ในร้านขายสินค้าเพื่อสุขภาพเท่านั้น		✓	
9. ผู้ผลิตได้ใช้การกล่าวอ้างทางโภชนาการเป็นจุดขายในการโฆษณาผลิตภัณฑ์นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการ	✓		
10. นมพร้อมดื่มที่มีการกล่าวอ้างทางโภชนาการต้องบรรจุเป็นกล่องเท่านั้น		✓	

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ	นางสาว เบญจมาภรณ์ สุวรรณพัฒน์
วัน เดือน ปีเกิด	21 สิงหาคม 2527
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษา ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พ.ศ. 2549
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2549 – 2551 ตำแหน่งเจ้าหน้าที่บริการลูกค้า ธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) สาขาพะเยา จังหวัดพะเยา พ.ศ. 2551 – ปัจจุบัน ตำแหน่งเจ้าหน้าที่บริการลูกค้า ธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) สาขาสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved