ใบสูตรมาตรฐาน

ทำได้	ต้นทุนวัตถุดิบต่อถ้วย	ราคาขายหน้าร้าน (อ้างอิง)
30 ถ้วย	**≈ 22.3–23.7 บาท**	**30–60 บาท**
ถ้วยละหมูดิบ 100 ก. · ไม่รวมข้าว · ขนาดเป็นของเราเอง	ไม่รวมแก๊ส/ภาชนะ	ราคาหน้าร้าน

ต้นทุน: หมู ~70% · ราคาขาย: ไม่ใช่ราคาของถ้วยขนาดเดียวกัน: ตลาดชุมชนท่าเดื่อ เชียงใหม่ "แกงอ่อมหมู ยังขายที่ 30 บาทขึ้นไป" (Amarin TV 27 มี.ค. 2569 · ไม่ระบุขนาดถุง) · ฮ้านถึงเจียงใหม่ "แกงอ่อมหมู 60 บาท" (tripgether/LINE TODAY 30 มิ.ย. 2565 · ราคาเก่า ~4 ปี · ไม่ระบุขนาด)

หมู (สามชั้น 2 ส่วน : สะโพก 1 ส่วน) · ทำได้ 30 ถ้วย · ต้นทุน 495.00 บาท ⇒ ถ้วยละ 16.50 บาท

หมูสุก ~65–75 ก./ถ้วย (ค่าประมาณ ชั่งรอบแรก)

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท
หมูสามชั้น (ชั่งกิโล)	2 กก. หั่นชิ้นพอคำ (2,000 กรัม)	190 บ./กก.	380.00
สะโพกหมู (ตัดชิ้น)	1 กก. หั่นชิ้นพอคำ (1,000 กรัม)	115 บ./กก.	115.00

เครื่องแกงอ่อมเหนือ (โขลกเอง · ปรับสเกลจากสูตรเนื้อ 300 ก. ×10) · ทำได้ 30 ถ้วย · ต้นทุน 151.18 บาท ⇒ ถ้วยละ 5.04 บาท

กรัมแปลงเอง ไม่มีตำรับมาตรฐาน · ร้านชิมปรับ

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท
พริกชี้ฟ้าแห้ง เด็ดก้าน แช่น้ำ	~60 เม็ด (~140 ก.) (140 กรัม) *	310 บ./กก.	43.40
พริกขี้หนู/จินดาแห้ง	~40 เม็ด (~25 ก.) (25 กรัม) *	275 บ./กก.	6.88
หอมแดงไทย	~30 หัว (~300 ก.) (300 กรัม) *	95 บ./กก.	28.50
กระเทียมไทยแกะกลีบ	~10 หัว (~500 ก.) (500 กรัม) *	104 บ./กก.	52.00
ตะไคร้ซอย	~100 ก. (ซอยบาง) (100 กรัม) *	45 บ./กก.	4.50
ข่าอ่อนซอย	~80 ก. (80 กรัม) *	80 บ./กก.	6.40
ขมิ้นสด	~30 ก. (30 กรัม) *	96.67 บ./กก.	2.90
กะปิ	~50 ก. (50 กรัม) *	120 บ./กก.	6.00
เกลือ	~50 ก. (ชิมเติม) (50 กรัม) *	12 บ./กก.	0.60

ผัด + ปรุงรส · ทำได้ 30 ถ้วย · ต้นทุน 9.92 บาท ⇒ ถ้วยละ 0.33 บาท

ผัดเครื่องแกงกับน้ำมัน แล้วผัดหมู

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท
น้ำมันปาล์ม (ผัดเครื่องแกง)	~150 มล. (สามชั้นออกมันเองด้วย) *	53.8 บ./ล.	8.07
น้ำปลา (แกลลอน 4.5 ล.)	~60 มล. (ชิมเติม) *	30.89 บ./ล.	1.85
น้ำเปล่า	~1 ลิตร (เติมทีละน้อย) (1,000 มล.)	0 บ./ล.	0.00

ผักหอมโรยหลังปิดไฟ · ทำได้ 30 ถ้วย · ต้นทุน 55.00 บาท ⇒ ถ้วยละ 1.83 บาท

ใส่ตอนปิดไฟ · ผักชีลาวไม่บังคับ

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท
ใบมะกรูด	~20 ก. (ราว 20 ใบ) ฉีก (20 กรัม) *	380 บ./กก.	7.60
ผักชีฝรั่ง	~60 ก. หั่นหยาบ (60 กรัม) *	166.67 บ./กก.	10.00
ผักชี (ต้น+ใบ)	~60 ก. ซอย (60 กรัม) *	213.33 บ./กก.	12.80
ต้นหอม	~60 ก. ซอย (60 กรัม) *	130 บ./กก.	7.80
ผักชีลาว (ไม่บังคับ)	~60 ก. เด็ด (60 กรัม) *	280 บ./กก.	16.80

ราคาจริงขึ้นกับแหล่งซื้อ ให้แก้ราคาเป็นของร้านเองแล้วคิดใหม่

วิธีทำ

1. แช่พริกแห้งให้นิ่ม แล้วโขลกเครื่องแกง: พริกแห้ง หอมแดง กระเทียม ตะไคร้ ข่า ขมิ้น กะปิ เกลือ ให้ละเอียด สีแดงส้ม
2. หั่นหมูสามชั้นกับสะโพกเป็นชิ้นพอคำ (~2–3 ซม.)
3. ตั้งหม้อใส่น้ำมัน ผัดเครื่องแกงไฟอ่อนจนหอม น้ำมันแดงซึมออก
4. ใส่หมูทั้งหมด ผัดคลุกให้ทั่วจนเนื้อเปลี่ยนสีและเคลือบเครื่องแกง

5. เติมน้ำ ~1 ลิตรทีละน้อย เคี่ยวไฟอ่อนจนหมูนุ่ม (ค่าประมาณ 45–60 นาที ชิมเนื้อเอง) จนน้ำขลุกขลิก ไม่แห้งติดก้น · ปรุงน้ำปลา
6. ปิดไฟ ใส่ใบมะกรูด ผักชีฝรั่ง ผักชี ต้นหอม (ผักชีลาว) ตักใส่ถ้วย 100 ก.หมูดิบ/ถ้วย

Ginzii

SOP ครัว

งานเตรียมล่วงหน้า

เมื่อไร	งาน	✓
ก่อนวันขาย	หั่นหมูเป็นชิ้นพอคำ ใส่กล่องปิด เก็บตู้เย็น แยกจากของสุก	☐
ก่อนวันขาย	โขลกเครื่องแกงทีละหม้อ (หรือโขลกเผื่อ ใส่กล่อง เขียนวันที่ แช่เย็น)	☐
ก่อนเปิดร้าน ≥ 2 ชม.	ผักเครื่องแกง → ผัดหมู → เติมน้ำเคี่ยวไฟอ่อนจนนุ่ม → ปรุง เวลาเคี่ยวเป็นค่าประมาณ ชิมเนื้อ	☐
ก่อนเปิดร้าน	แกงที่เก็บข้ามคืน: อุ่นให้เดือดทั่วหม้อ วัดกลางหม้อให้ถึง 74°C แล้วค่อยลดไฟอุ่น FDA Food Code 3-403.11 (กฎหมายไทยกำหนดแค่ต้องอุ่นก่อนขาย)	☐

ระหว่างขาย

เมื่อไร	งาน	✓
ทุกถ้วย	ตักหมูตามสัดส่วน → น้ำแกง → โรยผักหอม	☐
ตลอดช่วงขาย	หม้อแกงตั้งไฟอุ่นให้ >63°C (ช่วงบ่ายขายเงียบอย่าหรี่ไฟจนต่ำกว่านี้) ประกาศ สธ. 2566 ข้อ 5(2)	☐

ปิดร้าน / เก็บของ

เมื่อไร	งาน	✓
ปิดร้าน	แกงที่เหลือแบ่งใส่ภาชนะตื้นหลายใบ ปล่อยให้คลายร้อนแล้วเข้าตู้เย็นให้เร็ว (ไม่ทิ้งค้างเตาข้ามคืน) เขียนวันที่ทำ Food Code 3-501.14	☐
ปิดร้าน	แกงที่วางนอกตู้เย็นโดยไม่ได้ตั้งไฟเกิน 2 ชม. ⇒ ทิ้ง ไม่เอากลับมาอุ่นขาย ประกาศ สธ. 2566 ข้อ 5(2) วรรคสอง · "ทิ้ง" เป็นข้อปฏิบัติของเรา	☐

ข้อควรระวังของเมนูนี้

- โรคไข้หูดับ (Streptococcus suis) ติดจากการกินเนื้อ เครื่องใน หรือเลือดหมูที่ไม่สุกทั่วถึง · แกงอ่อมเป็นแกงที่เคี่ยวจนเปื่อยจึงต้องเคี่ยวให้สุกทั่วทุกชิ้น ไม่ชิมชิ้นที่ยังดิบ · กรมควบคุมโรคแนะนำปรุงให้สุกด้วยความร้อนอย่างน้อย 60–70°C นาน 10 นาทีขึ้นไป · ไม่ใส่เลือดหมูดิบ/สุกๆ ดิบๆ ลงในแกง · หลังจับหมูดิบล้างมือ แยกเขียง/ภาชนะของดิบกับของสุก
  ที่มา: กรมควบคุมโรค หน้าโรค สเตร็ปโตคอคคัสซูอิส ddc.moph.go.th/disease_detail.php?d=107 (เปิดอ่าน 3 พ.ย. 2569) · ข่าวกรมควบคุมโรค 1 พ.ค. 2567 ddc.moph.go.th/brc/news.php?news=42762 (60–70°C ≥10 นาที)
- เครื่องในหมูไม่อยู่ในสูตรหลัก ถ้าร้านจะใส่ตามแบบเมือง ต้องสุกทั่ว ไม่ใส่ตอนปิดไฟ ล้างสะอาด และใช้ภาชนะ/มือคนละชุดกับของสุก (กรมควบคุมโรคระบุเครื่องในสุกรที่ไม่สุกเป็นทางรับเชื้อ)
  ที่มา: กรมควบคุมโรค หน้าโรค สเตร็ปโตคอคคัสซูอิส (เดียวกับข้างบน)
- หม้อแกงที่ตั้งขายต้องร้อนสูงกว่า 63°C · ถ้าวางที่อุณหภูมิห้องได้ไม่เกิน 2 ชั่วโมงระหว่างเตรียม/ขาย · ต้องอุ่นให้ร้อนก่อนเสิร์ฟ (ตัวบทเขียน "ต้ม แกง ตุ๋น นึ่ง เป็นต้น")
  ที่มา: ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการ การควบคุมคุณภาพและการจัดการสุขลักษณะของการจำหน่ายอาหารประเภทปรุงสำเร็จ ในสถานที่จำหน่ายอาหาร พ.ศ. 2566 (ราชกิจจาฯ เล่ม 140 ตอนพิเศษ 147 ง 22 มิ.ย. 2566) ข้อ 5(2) — เปิดอ่าน PDF laws.anamai 3 พ.ย. 2569
- แกงที่เหลือข้ามคืน: กฎหมายไทยไม่กำหนดอัตราทำให้เย็นหรืออุณหภูมิอุ่นซ้ำ ⇒ ใช้เกณฑ์สหรัฐเทียบ: ทำให้เย็นจาก 57°C ถึง 21°C ใน 2 ชม. และถึง 5°C รวมไม่เกิน 6 ชม. (แบ่งใส่ภาชนะตื้น) · อุ่นซ้ำเพื่อขายให้ทุกส่วนถึง 74°C
  ที่มา: FDA Food Code 2022 §3-501.14 · §3-403.11 (แนวปฏิบัติสหรัฐ ไม่ใช่กฎหมายไทย) — เปิดอ่านซ้ำ 3 พ.ย. 2569
- แกงเนื้อสัตว์ทำทีละมากเป็นอาหารเสี่ยง C. perfringens — สปอร์บางสายพันธุ์รอดน้ำเดือดได้ 1 ชม.ขึ้นไป ⇒ ต้มซ้ำไม่ใช่ปุ่มรีเซ็ตแกงที่วางนอกตู้นาน
  ที่มา: FDA Bad Bug Book 2nd ed. (C. perfringens: gravies/stews · spores survive boiling ≥1 ชม.) — เปิดอ่านซ้ำ 3 พ.ย. 2569

คู่มือจัดจาน



ภาชนะ

ถ้วยแกงเล็ก (หรือถุงใสสำหรับกลับบ้าน) · ขายพร้อมข้าวใช้จานข้าวราด

น้ำหนักต่อถ้วย

ของ	ปริมาณ	หมายเหตุ
หมู (ดิบ) ต่อถ้วย	100 กรัม	สามชั้น ~67 + สะโพก ~33 · สุกแล้วราว 65–75 ก. (ค่าประมาณ ชั่งรอบแรก)
น้ำแกงขลุกขลิก	40 มล.	ค่าประมาณ
ผักหอมโรยหน้า	8 กรัม	ใบมะกรูด/ผักชีฝรั่ง/ผักชี/ต้นหอม รวม (ค่าประมาณ)

ลำดับการจัด

1. ตักหมูทั้งสามชั้นและสะโพกให้ได้สัดส่วนสองต่อหนึ่ง
2. ราดน้ำแกงขลุกขลิกพอเคลือบเนื้อ ไม่ท่วม
3. โรยใบมะกรูดฉีก ผักชีฝรั่ง ผักชี ต้นหอมด้านบน

เครื่องเคียง

ข้าวเหนียวหรือข้าวสวยร้อน

ตรวจก่อนเสิร์ฟ

- ☐ ชั่งหมูสุ่มตรวจ — ทุกถ้วยต้องได้ใกล้เคียงกัน
- ☐ หม้อแกงที่ตั้งขายวัดกลางหม้อ >63°C
- ☐ น้ำแกงข้นเป็นขลุกขลิก ไม่แห้งติดก้นและไม่ใสเป็นแกงจืด