Ginzii

ใบสูตรมาตรฐาน

ทำได้	ต้นทุนวัตถุดิบต่อจาน	ราคาขายหน้าร้าน (อ้างอิง)
20 จาน จานขาย = ข้าวสุก ~230 ก. + ไก่น่อง/สะโพก 1 ชิ้น (~160 ก. ดิบ) + น้ำจิ้ม หอมเจียว แตงกวา ผักชี · 1 หม้อ = ข้าวสาร 2 กก. = 20 จาน · ไม่รวมน้ำซุป	**≈ 28.61–33.32 บาท** ไม่รวมแก๊ส/ภาชนะ	**60 บาท** ราคาหน้าร้าน

ต้นทุน: max = ราคาหลัก · min = ตัวเลือกถูกกว่า (ไก่ ฿80/กก. ซื้อ 10 กก.ขึ้นไป · แพ็กใหญ่) · ไก่ ~44–45% ของต้นทุน · ไก่ +50 ก./จาน = +4.6 บาท · ไม่รวมแก๊ส ภาชนะ แรงงาน · ราคาขาย: รีวิว Wongnai ปี 2568 สองร้าน (พ.ค. และ ม.ค.) จานละ 60 บาท · ขนาดจานแต่ละร้านต่างกัน · ไม่พบราคาเดลิเวอรี

ไก่หมักโยเกิร์ตเครื่องเทศ (20 ชิ้น) · ทำได้ 20 จาน · ต้นทุน 448.19 บาท ⇒ จานละ 22.41 บาท

ไก่ 3.2 กก. ตัดแยกท่อนน่อง/สะโพก 20 ชิ้น ชิ้นละ ~160 ก. · น้ำหมักทั้งหมดเทลงหม้อข้าว · ช้อนโต๊ะ→กรัมของเครื่องเทศเป็นค่าประมาณของเรา

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท
น่องติดสะโพกไก่ (ตัดแยกท่อน)	3,200 กรัม (20 ชิ้น × 160 ก.)	92 บ./กก.	294.40
โยเกิร์ตรสจืด	870 มล.	66.5 บ./ล.	57.85
นมสดพาสเจอร์ไรส์ รสจืด	870 มล.	47.5 บ./ล.	41.33
ผงกะหรี่	30 กรัม (≈ 5 ช้อนโต๊ะ) *	260 บ./กก.	7.80
ขมิ้นผง	22 กรัม (≈ 3 ช้อนโต๊ะ) *	300 บ./กก.	6.60
ยี่หร่าป่น	10 กรัม (≈ 1.5 ช้อนโต๊ะ) *	395 บ./กก.	3.95
ลูกผักชีป่น	8 กรัม (≈ 1.5 ช้อนโต๊ะ) *	195 บ./กก.	1.56
อบเชยป่น	12 กรัม (≈ 1.5 ช้อนโต๊ะ) *	495 บ./กก.	5.94
กานพลู (คั่วโขลก)	10 กรัม (≈ 1.5 ช้อนโต๊ะ ก่อนบด) *	800 บ./กก.	8.00
ลูกกระวาน (คั่วโขลก)	10 กรัม (≈ 1.5 ช้อนโต๊ะ ก่อนบด) *	1650 บ./กก.	16.50
เกลือ	85 กรัม *	12 บ./กก.	1.02
น้ำตาลทราย	120 กรัม *	27 บ./กก.	3.24

ข้าวหมก (หุงข้าวกับน้ำหมัก วางไก่หมกบนข้าว) · ทำได้ 20 จาน · ต้นทุน 105.66 บาท ⇒ จานละ 5.28 บาท

ข้าวสาร 2 กก. ได้ข้าวหมกสุกราว 4.6 กก. (อัตราสุก 2.3 เท่าเป็นค่าประมาณ ต้องชั่งชุดแรก) · ของเหลวรวม ≈ 1.25 เท่าของข้าว ต้องทดลองกับหม้อจริง

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท
ข้าวหอมมะลิ	2,000 กรัม (ข้าวสาร จานละ 100 ก.)	40.33 บ./กก.	80.66
กระเทียมจีนแกะกลีบ (สับ ผัดกับน้ำมัน)	80 กรัม (≈ 16 กลีบ) *	78 บ./กก.	6.24
หอมแดง (สับ ผัดกับน้ำมัน)	160 กรัม (≈ 16 หัว) *	95 บ./กก.	15.20
น้ำมันปาล์ม (ผัดหอมกระเทียม)	70 มล. *	50.83 บ./ล.	3.56

น้ำจิ้มเขียว (สะระแหน่ พริกจินดาเขียว) ~400 ก. · ทำได้ 20 จาน · ต้นทุน 30.43 บาท ⇒ จานละ 1.52 บาท

น้ำจิ้มจานละ ~20 ก. (ค่าประมาณ) · ต้มน้ำส้ม น้ำตาล เกลือให้งวด พักเย็น แล้วใส่พริก กระเทียม สะระแหน่ที่ตำละเอียด

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท
น้ำส้มสายชูกลั่น	240 มล. *	15.56 บ./ล.	3.73
น้ำตาลทราย	150 กรัม *	27 บ./กก.	4.05
เกลือ	3 กรัม *	12 บ./กก.	0.04
กระเทียมจีนแกะกลีบ (ตำ)	80 กรัม (≈ 20 กลีบ) *	78 บ./กก.	6.24
พริกขี้หนูเขียว/พริกจินดาเขียว (ตำ)	40 กรัม (≈ 26 เม็ด) *	96.67 บ./กก.	3.87
ใบสะระแหน่ (ตำ)	50 กรัม (≈ 16 กิ่ง) *	250 บ./กก.	12.50

หน้าจานและเครื่องเคียง (หอมเจียว แตงกวา ผักชี) · ทำได้ 20 จาน · ต้นทุน 82.15 บาท ⇒ จานละ 4.11 บาท

หอมเจียว ~7 ก./จาน · แตงกวา ~30 ก./จาน (4–5 แว่น) · ผักชี ~3 ก./จาน (ค่าประมาณของเรา)

วัตถุดิบ	ปริมาณ	ราคาที่ใช้คิด	บาท

หอมเจียวสำเร็จรูป	140 กรัม (จานละ ~7 ก.) *	292.5 บ./กก.	40.95
แตงกวา	600 กรัม (จานละ ~30 ก.) *	54 บ./กก.	32.40
ผักชี (โรยหน้า)	60 กรัม (จานละ ~3 ก.) *	146.67 บ./กก.	8.80

ราคาจริงขึ้นกับแหล่งซื้อ ให้แก้ราคาเป็นของร้านเองแล้วคิดใหม่

วิธีทำ

1. ตัดน่องติดสะโพกเป็นท่อนน่องและท่อนสะโพก ชั่งชิ้นละ ~160 กรัม แล้วคั่วกานพลูกับลูกกระวานให้หอมโขลก ผสมโยเกิร์ต นมสด ผง กะหรี่ ขมิ้น ยี่หร่า ลูกผักชี อบเชย เกลือ น้ำตาล ให้ละลาย ใส่ไก่นวดคลุก ปิดฝา เก็บตู้เย็นไม่เกิน 5°C
2. ตั้งหม้อใบใหญ่ ใส่น้ำมัน ผัดกระเทียมจีนกับหอมแดงสับให้หอม ใส่ข้าวหอมมะลิที่ล้างสะเด็ดน้ำ ผัดให้เมล็ดข้าวเคลือบน้ำมันและเครื่อง
3. ยกไก่ขึ้นจากชามหมัก เทน้ำหมักที่เหลือทั้งหมดลงหม้อข้าว เติมน้ำสะอาดให้ของเหลวรวมประมาณ 1.25 เท่าของปริมาตรข้าวสาร (ตามสูตรอ้างอิง ข้าว 4 ถ้วย น้ำถึงระดับ 5 ถ้วย) คนให้เข้ากัน แล้ววางไก่ 20 ชิ้นเรียงบนข้าว ปิดฝา
4. ตั้งไฟกลางจนน้ำเดือดและงวด แล้วลดไฟอ่อนสุดหุงต่อจนสุก เปิดฝาตะล่อมข้าวจากก้นหม้อขึ้นมาดูว่าเม็ดข้าวไม่เป็นไต (ถ้ายังเป็นไต ให้พรมน้ำแล้วหุงต่อ) เสียบเทอร์โมมิเตอร์ที่ไก่ชิ้นหนาสุดติดกระดูกให้ถึง 74°C ขึ้นไป พักกระอุในหม้อปิดฝา
5. ทำน้ำจิ้มเขียว: ต้มน้ำส้มสายชู น้ำตาล เกลือ จนละลายและงวดเหนียวเล็กน้อย พักให้เย็น ตำพริกขี้หนูเขียว กระเทียม ใบสะระแหน่ให้ละเอียดใส่ลงในน้ำเชื่อม
6. ตักข้าวหมก 230 กรัมใส่จาน วางไก่ 1 ชิ้นบนข้าว โรยหอมเจียวและผักชี วางแตงกวา 4–5 แว่นข้างจาน เสิร์ฟพร้อมถ้วยน้ำจิ้มเขียว 20 กรัม

ราคาวัตถุดิบ: makro.pro หน้าสินค้า เก็บ 14 พ.ย. 2569 · แพ็กขนาดร้าน · กานพลู ลูกกระวาน ขมิ้น 1 กก. (ตัวเลือกถูก) เป็นร้านค้า marketplace บน makro.pro · ตรวจข้อมูล 2026-11-14 · * = ปริมาณประมาณ · ไม่รวม แก๊ส/ไฟ · น้ำซุปแถม · ภาชนะ ถุง กล่อง · ส่วนตัดทิ้งของผัก · ค่าแรง ค่าเช่า · ginzii.com

Ginzii

SOP ครัว

งานเตรียมล่วงหน้า

เมื่อไร	งาน	✓
วันก่อนเปิดร้าน (หรือเช้า)	ตัดน่องติดสะโพกเป็นท่อน ชั่งชิ้นละ 160 ก. นวดน้ำหมักโยเกิร์ตเครื่องเทศ ปิดฝา เก็บตู้เย็น ติดวันที่ซื้อบนภาชนะ ไก่สด ≤5°C ไม่เกิน 2 วันนับรวมตั้งแต่ซื้อ (ประกาศ สธ. 2561)	☐
เช้าวันขาย	สับกระเทียมหอมแดง · คั่วโขลกกานพลูกระวาน · ทำน้ำจิ้มเขียว (ต้มน้ำส้มน้ำตาลเกลือ พักเย็น ตำพริกกระเทียม สะระแหน่ใส่) · หั่นแตงกวา · ชั่งหอมเจียวและผักชีเป็นชุด น้ำจิ้มไม่มีตัวเลขอายุเก็บจากแหล่ง ⇒ ทำเป็นรอบ เก็บตู้เย็น	☐
ก่อนเปิดร้าน	หุงข้าวหมกหม้อแรก (ข้าวสาร 2 กก. = 20 จาน) ตามขั้น 2–4 วัดแกนไก่ ≥74°C แล้วพักระอุ	☐

ระหว่างขาย

เมื่อไร	งาน	✓
ทุกจาน	ตักข้าวหมก 230 ก. → วางไก่ 1 ชิ้น → โรยหอมเจียว ผักชี → วางแตงกวา → ส่งพร้อมถ้วยน้ำจิ้มเขียว 20 ก. ชั่งข้าวและไก่ต่อจานสัปดาห์แรกแล้วใช้สายตา	☐
ตลอดเวลาขาย	หม้อข้าวหมกอยู่ในหม้ออุ่นปิดฝา ร้อนสูงกว่า 63°C · ข้าวที่ตั้งอุณหภูมิห้องเกิน 2 ชั่วโมงทิ้ง ตัวเลข 63°C/2 ชม. ยืมจากประกาศ สธ. 2566 ข้อ 5(2) เป็นข้อปฏิบัติของเรา (ตัวบทเขียนถึง ต้ม แกง ตุ๋น นึ่ง)	☐

ปิดร้าน / เก็บของ

เมื่อไร	งาน	✓
ปิดร้าน	ข้าวหมกที่เหลือ: เกลี่ยถาดตื้นให้เย็นเร็ว (57→21°C ใน 2 ชม. แล้วลง ≤5°C ใน 4 ชม.) เข้าตู้เย็น หรือทิ้ง · ถ้าเก็บไว้ขายซ้ำ อุ่นให้แกนกลางถึง 74°C เกณฑ์ FDA Food Code (สหรัฐ) + FSIS leftovers 165°F · ข้อปฏิบัติของเรา ไม่แนะนำเก็บข้ามคืนขายซ้ำ	☐
ปิดร้าน	ล้างเขียงดิบ/สุก มีด ถาดหมักไก่ ผึ่งให้แห้ง · น้ำหมักไก่ที่ไม่ได้ลงหม้อทิ้ง	☐

การเก็บและอุณหภูมิ

- ไก่ดิบ/หมัก ≤5°C ไม่เกิน 2 วัน (เนื้อสัตว์ปีกเป็นชิ้น) · ผักกินใบ (ผักชี) ≤7°C ไม่เกิน 5 วัน
  ที่มา: ประกาศกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2561 (ราชกิจจาฯ เล่ม 136 ตอนพิเศษ 23 ง) บัญชีแนบท้าย
- ข้าวหมกตั้งขายร้อนสูงกว่า 63°C · อุณหภูมิห้องไม่เกิน 2 ชั่วโมง (ข้อปฏิบัติของเรา ยืมตัวเลขจากข้อ 5(2))
  ที่มา: ประกาศกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2566 ข้อ 5(2) (ราชกิจจาฯ เล่ม 140 ตอนพิเศษ 147 ง)

ข้อควรระวังของเมนูนี้

- ไก่ดิบและไก่หมักเก็บในตู้เย็นไม่เกิน 5°C ไม่เกิน 2 วัน (เนื้อสัตว์ปีกเป็นชิ้น) · "หมักข้ามคืน" ต้องอยู่ในกรอบ 2 วันนี้ เรานับตั้งแต่ซื้อ/ละลายน้ำแข็ง (ข้อแนะนำของเรา) · ผักชีไม่เกิน 7°C ไม่เกิน 5 วัน
  ที่มา: ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่องอุณหภูมิในการเก็บรักษาอาหารสดในสถานที่จำหน่ายอาหาร พ.ศ. 2561 บัญชีแนบท้าย
- ไก่ต้องสุกถึงแกนกลาง 165°F (73.9°C) ตามคำแนะนำ USDA · กฎหมายไทยไม่ระบุตัวเลข · ใช้เทอร์โมมิเตอร์เสียบชิ้นหนาสุดติดกระดูก (74°C ในขั้นตอนคือ 165°F ปัดขึ้น)
  ที่มา: USDA FSIS Safe Minimum Internal Temperature Chart · ประกาศกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2566 ข้อ 5(1)
- ข้าวสุกที่ตั้งทิ้งไว้อุณหภูมิห้องเสี่ยง Bacillus cereus ซึ่งสร้างสารพิษทนความร้อน อุ่นซ้ำไม่ทำลาย · ข้อปฏิบัติของเรา: ข้าวหมกที่ตั้งขายอยู่ในหม้ออุ่นสูงกว่า 63°C ตลอด · อยู่อุณหภูมิห้องเกิน 2 ชั่วโมงทิ้ง (ยืมตัวเลขจากประกาศ สธ. 2566 ข้อ 5(2) ซึ่งตัวบทไม่ได้เอ่ยข้าวหมก)
  ที่มา: FDA Bad Bug Book (2nd ed.) บท Bacillus cereus · ประกาศกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2566 ข้อ 5(2) (ตัวเลข 63°C/2 ชั่วโมง)
- ข้าวหมกที่เหลือ: เกลี่ยถาดตื้น ลดจาก 57°C ถึง 21°C ใน 2 ชั่วโมง แล้วถึง 5°C ในอีก 4 ชั่วโมง (เกณฑ์ FDA Food Code สหรัฐ ไม่ใช่กฎหมายไทย) · อุ่นขายซ้ำให้ถึง 165°F (73.9°C) · เราไม่แนะนำเก็บข้ามคืนเพื่อขายซ้ำ
  ที่มา: FDA "Cooling Cooked TCS Foods" factsheet (ก.ค. 2024) · USDA FSIS Safe Temperature Chart
- แยกภาชนะ เขียง มีด ถาด ระหว่างไก่ดิบ/ไก่หมัก กับของสุกและเครื่องเคียง (แตงกวา ผักชี น้ำจิ้ม) · ล้างมือก่อนจับของสุก
  ที่มา: ประกาศกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2566 ข้อ 8(3): "แยกใช้งานระหว่างอาหารประเภทปรุงสำเร็จ อาหารดิบ"
- สีเหลืองมาจากขมิ้นและผงกะหรี่ ไม่ใส่สีผสมอาหาร · คำและตราฮาลาลเป็นเครื่องหมายรับรอง ร้านที่จะใช้ต้องขอรับรองกับสำนักงานคณะกรรมการกลางอิสลามแห่งประเทศไทย
  ที่มา: halal.or.th เมนูขั้นตอนการขอรับรองเครื่องหมายฮาลาล (เปิด 14 พ.ย. 2569)

ราคาวัตถุดิบ: makro.pro หน้าสินค้า เก็บ 14 พ.ย. 2569 · แพ็กขนาดร้าน · กานพลู ลูกกระวาน ขมิ้น 1 กก. (ตัวเลือกถูก) เป็นร้านค้า marketplace บน makro.pro · ตรวจข้อมูล 2026-11-14 · * = ปริมาณประมาณ · ไม่รวม แก๊ส/ไฟ · น้ำซุปแถม · ภาชนะ ถุง กล่อง · ส่วนตัดทิ้งของผัก · ค่าแรง ค่าเช่า · ginzii.com

คู่มือจัดจาน



ภาชนะ

จานแบนสีอ่อน หรือกล่องข้าว + ถ้วยน้ำจิ้มเล็ก

น้ำหนักต่อจาน

ของ	ปริมาณ	หมายเหตุ
ข้าวหมกสุก (ข้าวสาร 100 ก.)	230 กรัม	ประมาณ ต้องชั่งชุดแรก
ไก่หมกหมัก 1 ชิ้น (ท่อนน่อง/สะโพก ดิบ)	160 กรัม	ชั่งชิ้นละ 160 ก. ก่อนหมัก
น้ำจิ้มเขียว	20 กรัม	≈ 1 ช้อนโต๊ะพูน (ค่าประมาณ)
หอมเจียว	7 กรัม	
แตงกวา	30 กรัม	4–5 แว่น
ผักชี	3 กรัม	

ลำดับการจัด

1. ตักข้าวหมกร้อน 230 ก. เป็นก้อนครึ่งจาน (สลับเหลืองขาวตามธรรมชาติ ไม่ต้องคลุกให้สีเท่ากัน)
2. วางไก่ 1 ชิ้นพาดบนข้าว ผิวไก่หมักสีเหลืองทอง
3. โรยหอมเจียวกองบนไก่และข้าว โรยผักชี
4. วางแตงกวา 4–5 แว่นข้างจาน
5. วางถ้วยน้ำจิ้มเขียว 20 ก. ข้างจาน

เครื่องเคียง

น้ำจิ้มเขียวสะระแหน่ · แตงกวา

ตรวจก่อนเสิร์ฟ

- ☐ ชั่งข้าวและไก่ต่อจานให้เท่ากัน
- ☐ ไก่สุกทั่ว แกนกลาง ≥74°C ไม่มีสีชมพูที่กระดูก
- ☐ เม็ดข้าวเรียงเม็ด ไม่แฉะ ไม่เป็นไต
- ☐ น้ำจิ้มเขียวสด สีไม่คล้ำ
- ☐ ขอบจานสะอาด