

# แผนธุรกิจร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

## ร้าน wholesome food

อิทธิพร พุ่มพวง<sup>1</sup>  
ดร. รชฎ ขำบุญ<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

ปัจจุบันอาหารเพื่อสุขภาพในประเทศไทยได้รับความนิยมและมีความต้องการบริโภคเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีสาเหตุมาจากกระแสในเรื่องของการใส่ใจสุขภาพและความต้องการของผู้บริโภคที่ต้องการมีรูปร่างและสุขภาพที่ดี โดยมุ่งหวังให้อาหารเพื่อสุขภาพมาสร้างสมดุลให้ร่างกายและช่วยลดความเสี่ยงจากการเป็นโรคต่างๆ ส่งผลให้ในธุรกิจอาหารเพื่อสุขภาพมีบริษัทและผู้ประกอบการแข่งขันกันสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายออกมามากขึ้น เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้บริโภคดังกล่าว ทำให้ผู้ประกอบการผลิตสินค้าเพื่อสุขภาพที่ตอบสนองไลฟ์สไตล์สมัยใหม่ออกสู่ตลาดเพิ่มมากขึ้น ถือได้ว่าเป็นโอกาสทางธุรกิจที่ดีสำหรับผู้ประกอบการเกี่ยวข้องกับอาหารเพื่อสุขภาพ

และในปัจจุบันแนวโน้มการทานข้าวนอกบ้านของชาวไทยเพิ่ม ถือเป็นโอกาสธุรกิจอุตสาหกรรมอาหารและเครื่องดื่มซึ่งมีการพัฒนาแบรนด์ รูปแบบร้านอาหาร และเมนูหลากหลาย ทำให้ผู้บริโภคชาวไทยมีตัวเลือกมากขึ้น

จากเหตุผลและโอกาสทางธุรกิจด้านอาหารและอาหารสุขภาพที่ได้กล่าวมาข้างต้น ทำให้ผู้ประกอบการได้เล็งเห็นถึงโอกาสทางธุรกิจ จึงมีความคิดในการก่อตั้งร้าน wholesome food ซึ่งเป็นร้านอาหารเพื่อสุขภาพ มีเมนูต่างๆมากมายให้เลือกมากมาย โดยร้าน wholesome food จะเปิดสาขาแรกที่ 29/47 ซอยประชาชื่น-นนทบุรี 8 ถนนประชาชื่น อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ซึ่งอยู่ใกล้แหล่งชุมชน สถานศึกษา ห้างสรรพสินค้า บริษัทและหน่วยงานอื่นๆ

### แนวคิดในการจัดตั้งธุรกิจ (หรือประวัติความเป็นมา)

การวางแผนในการก่อตั้งร้าน wholesome food ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ เกิดจากวิสัยทัศน์ของนายอิทธิพร พุ่มพวง ที่เล็งเห็นถึงโอกาสในการเพิ่มศักยภาพทางการตลาดของธุรกิจอาหารเพื่อสุขภาพ จึงได้วางแนวคิดให้เป็นธุรกิจหนึ่งที่สามารถสร้างรายได้และตอบสนองต่อไลฟ์สไตล์ของผู้บริโภคยุคใหม่ที่นิยมหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพกันมากขึ้น และรองรับความต้องการในการทานอาหารเพื่อสุขภาพของสังคมผู้สูงอายุได้มากขึ้น

<sup>1</sup> นักศึกษาหลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์

<sup>2</sup> ที่ปรึกษาหลัก

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาผู้จัดทำแผนธุรกิจ ได้ศึกษาแล้วว่า ปัจจุบันอาหารเพื่อสุขภาพในประเทศไทยได้รับความนิยมและมีความต้องการบริโภคเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีสาเหตุมาจากกระแสการใส่ใจสุขภาพและความต้องการของผู้บริโภคที่ต้องการมีรูปร่างและสุขภาพที่ดี โดยมุ่งหวังให้อาหารเพื่อสุขภาพมาสร้างสมดุลให้ร่างกายและช่วยลดความเสี่ยงจากการเป็นโรคต่างๆ ส่งผลให้ในธุรกิจอาหารเพื่อสุขภาพมีบริษัทและผู้ประกอบการแข่งขันกันสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายออกมามากขึ้น เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้บริโภคดังกล่าว ผนวกกับการในปัจจุบันแนวโน้มการทานข้าวนอกบ้านของชาวไทยเพิ่มสูงขึ้น จากปี 2559 เฉลี่ยอยู่ที่ 50 ครั้งต่อเดือน ในปี 2560 การทานข้าวนอกบ้าน เฉลี่ยอยู่ที่ 56 ครั้งต่อเดือน ถือเป็นโอกาสธุรกิจอุตสาหกรรมอาหารและเครื่องดื่มซึ่งมีการพัฒนาแบรนด์ รูปแบบร้านอาหาร และเมนูหลากหลาย ทำให้ผู้บริโภคชาวไทยมีตัวเลือกมากขึ้น และสาเหตุที่ทำให้ชาวไทยในปัจจุบันหันมาทานข้าวนอกบ้านสูงขึ้นได้แก่ 1. ต้องใช้เวลาในการเตรียมส่วนผสม 2. ไม่ชอบขั้นตอนการทำ ความสะอาด 3. ราคาแพงกว่าซื้อทานนอกบ้าน 4. ทำเองไม่อร่อย 5. ต้องใช้เวลาหาส่วนผสม

ในการก่อตั้งร้าน wholesome food ซึ่งเป็นร้านอาหารเพื่อสุขภาพที่ตอบสนองต่อกระแสความต้องการของผู้บริโภคที่หันมาใส่ใจสุขภาพและรองรับการทานข้าวนอกบ้านหรือซื้ออาหารกลับมาทานเองที่บ้านของคนไทยในปัจจุบัน ทางผู้บริหารมีความมั่นใจเป็นอย่างยิ่งว่าธุรกิจร้าน wholesome food จะได้รับการตอบรับที่จากกลุ่มผู้บริโภค และยังสามารถเติบโตขึ้นได้อย่างต่อเนื่องในอนาคต

## รายละเอียดสินค้าและ/หรือบริการ

ธุรกิจร้าน wholesome food จะเปิดสาขาแรกที่ 29/47 ซอยประชาชื่น-นนทบุรี8 ถนนประชาชื่น อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ซึ่งอยู่ใกล้แหล่งชุมชน สถานศึกษา ห้างสรรพสินค้า บริษัทและหน่วยงานอื่นๆ เป็นต้น เปิดให้บริการทุกวัน ตั้งแต่ 7.00 น. – 22.00 น.

ร้าน wholesome food เป็นร้านอาหารเพื่อสุขภาพ มีเมนูต่างๆมากมายให้เลือกและสามารถให้ผู้บริโภคออกแบบเมนูอาหารสุขภาพได้ตามความต้องการ และที่สำคัญทางร้านได้มีการคัดสรรวัตถุดิบต่างๆมากมาย ไม่ว่าจะเป็น ข้าวกล้อง ข้าวหอมมะลิ เนื้อไก่ไม่ติดมัน เนื้อหมูไม่ติดมัน ออกไก่ เนื้อปลาแซลมอน ปลาคอลลี ผักโขม ต้นอ่อนทานตะวัน เห็ดชนิดต่างๆ และเครื่องปรุงอีกมากมาย ที่มีความสะอาด สดใหม่ เพื่อนำไปเป็นส่วนประกอบของเมนูเพื่อสุขภาพต่าง ไม่ว่าจะเป็น เมนูต้ม นึ่ง ยำ ผัด เป็นต้น ส่วนในเมนูผัดที่ต้องใช้น้ำมันในการผัด ทางร้านก็ได้ใช้น้ำมันที่มีประโยชน์ต่อร่างกายนั่นก็คือน้ำมันดอกทานตะวัน และในด้านราคาก็เหมาะสมกับคุณภาพ เหมาะสำหรับวัยรุ่น นักศึกษา วัยทำงาน วัยสูงอายุ

นอกจากนี้หากผู้บริโภคไม่สะดวกที่จะมารับประทานอาหารที่ร้านได้ ทางร้าน wholesome food ก็มีบริการจัดส่งอาหาร ตามบ้าน ที่ทำงาน สถานศึกษาของผู้บริโภค สำหรับในอาณาเขตตามที่ทางร้านได้กำหนดไว้ โดยผู้บริโภคสามารถสั่งสินค้า หรือเลือกชมเมนูและ โปรโมชั่นต่างๆ ผ่านทาง Facebook และ Line@ ของทางร้านได้

## สถานะอุตสาหกรรม สถานะตลาดและแนวโน้ม

ปัจจุบันอาหารเพื่อสุขภาพในประเทศไทยได้รับความนิยมและมีความต้องการบริโภคเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีสาเหตุมาจากกระแสการใส่ใจสุขภาพและความต้องการของผู้บริโภคที่ต้องการมีรูปร่างและสุขภาพที่ดี โดยมุ่งหวังให้อาหารเพื่อสุขภาพมาสร้างสมดุลให้ร่างกายและช่วยลดความเสี่ยงจากการเป็นโรคต่างๆ ส่งผลให้ในธุรกิจอาหารเพื่อสุขภาพมีบริษัทและผู้ประกอบการแข่งขันกันสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายออกมามากขึ้น เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้บริโภคดังกล่าว ผนวกกับการผลักดันจากภาครัฐที่มุ่งหวังให้ผู้ประกอบการสร้างมูลค่าเพิ่มและความได้เปรียบในการแข่งขันด้วยการนำ นวัตกรรมและเทคโนโลยีมาปรับใช้ในการผลิต (นโยบายไทยแลนด์ 4.0) จึงเป็นอีกแรงกระตุ้นหนึ่งที่ทำให้ผู้ประกอบการผลิตสินค้าเพื่อสุขภาพที่ตอบสนองไลฟ์สไตล์สมัยใหม่ออกสู่ตลาดเพิ่มมากขึ้น สะท้อนผ่านมูลค่าตลาดอาหารเพื่อสุขภาพของไทยในปี 2558 ที่มีมูลค่าประมาณ 170,000 ล้านบาท ขยายตัวเพิ่มขึ้นร้อยละ 42.5 จากปี 2553 ที่มีมูลค่าประมาณ 119,311 ล้านบาท จากข้อมูลดังกล่าว ถือได้ว่าเป็นโอกาสทางธุรกิจที่ดีสำหรับผู้ประกอบการเกี่ยวเนื่องกับอาหารเพื่อสุขภาพ

และที่ผ่านมา อาหารเพื่อสุขภาพในประเทศไทยเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีการแปรรูปขึ้นต้น เช่น น้ำผลไม้คั้นสด ผักผลไม้ ตาก-อบแห้ง เป็นต้น หรือไม่แปรรูปเลย เช่น ผักผลไม้สดปลอดสารพิษ เป็นต้น แต่ในปัจจุบันด้วยรูปแบบการใช้ชีวิตที่เร่งรีบ การตระหนักรู้ที่เพิ่มขึ้นของผู้บริโภคถึงคุณและโทษจากสิ่งที่รับประทานเข้าไป รวมถึงความก้าวหน้าของเทคโนโลยีในการผลิตและการได้รับความสนับสนุนจากหน่วยงานรัฐภายใต้ นโยบายพัฒนาประเทศทำให้ผู้ประกอบการคิดค้นและนำเสนอผลิตภัณฑ์ที่เป็นนวัตกรรมใหม่ๆ เพื่อให้สินค้ามีความหลากหลายและครอบคลุมไลฟ์สไตล์ของผู้บริโภคได้มากขึ้น เช่น สารสกัดจากสมุนไพรที่ช่วยบำรุงร่างกาย ช่วยชะลอวัย และช่วยควบคุมน้ำหนัก ไขมันที่ช่วยบำรุงผิวพรรณและช่วยสร้างกล้ามเนื้อ และอาหารเฉพาะสำหรับผู้ดูแลรูปร่าง ผู้ป่วยและผู้สูงอายุ เป็นต้น

## ตลาดเป้าหมาย

เป็นประชากร วัยรุ่น นักศึกษา วัยทำงาน ผู้สูงอายุ ที่อาศัยอยู่ในชุมชน ชอยประชาชื่น-นนทบุรี8 และประชากรในชุมชนใกล้เคียง

จากการสำรวจพบว่า มีหอพักอยู่ทั้งหมด 61หอพัก หอพักแต่ละชั้น เฉลี่ยมีชั้นละ 9 ห้อง แต่ละห้องมีคนอาศัยอยู่ เฉลี่ยห้องละ 2 คน และชั้นที่สอง มีห้องที่ให้คนอาศัยอยู่ เฉลี่ยเป็น 2 ห้อง

- โดยหอพักที่มี 4 ชั้น มีจำนวน 4 หอพัก มีคนอาศัยอยู่ที่ 116 คน
- หอพักที่มี 5 ชั้น มีจำนวน 8 หอพัก มีคนอาศัยอยู่ที่ 304 คน
- หอพักที่มี 6 ชั้น มีจำนวน 37 หอพัก มีคนอาศัยอยู่ที่ 1,739 คน
- หอพักที่มี 7 ชั้น มีจำนวน 9 หอพัก มีคนอาศัยอยู่ที่ 504 คน
- หอพักที่มี 8 ชั้น มีจำนวน 3 หอพัก มีคนอาศัยอยู่ที่ 195 คน

รวมมีคนอาศัยอยู่ในชุมชนซอย 8 เฉลี่ยที่ 5,716 คน

### ลักษณะทั่วไปของลูกค้าเป้าหมาย

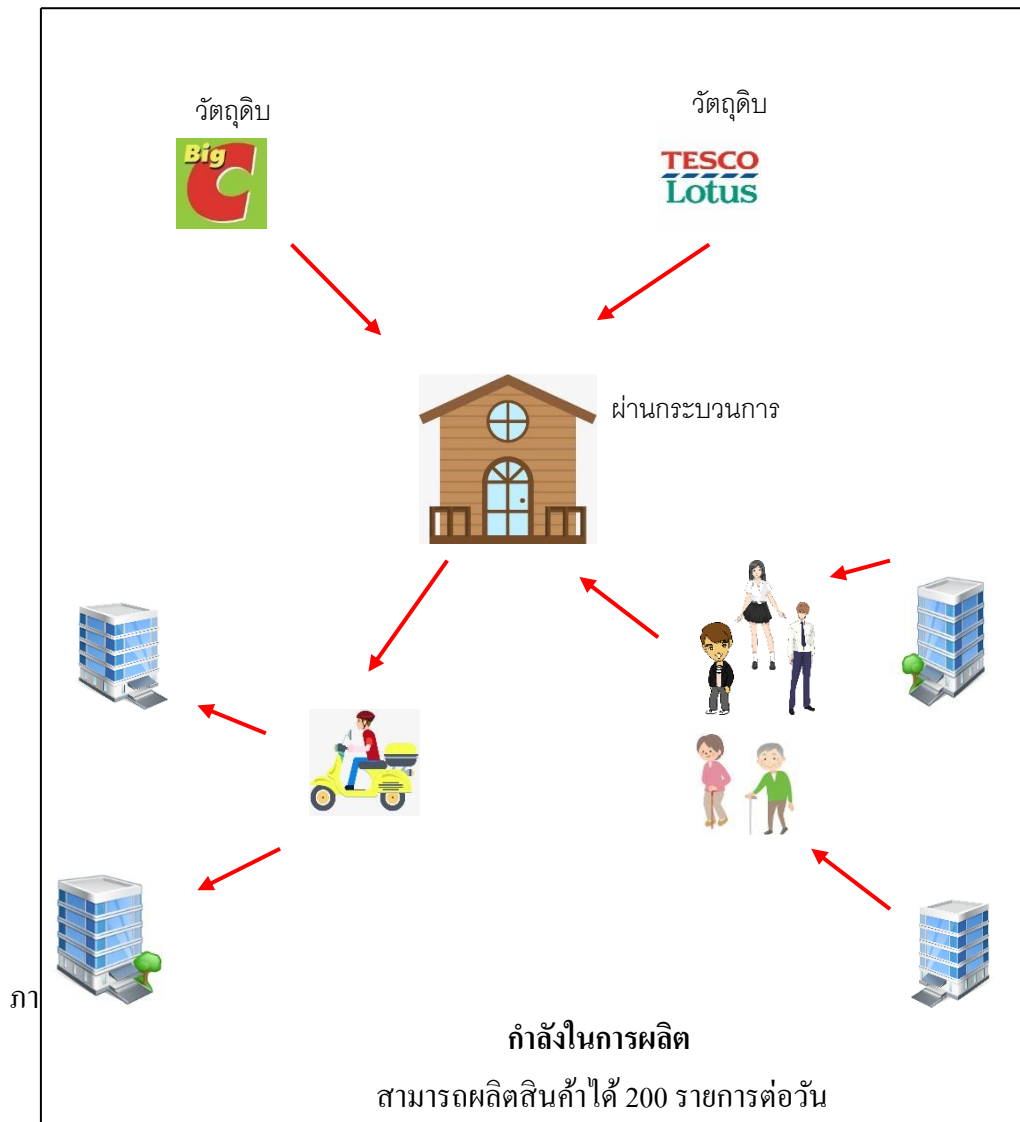
เพศหญิง ชาย เป็นวัยรุ่น นักศึกษา วัยทำงาน และผู้สูงอายุ เป็นคนที่รักสุขภาพชื่นชอบการออกกำลังกาย และชอบการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ มีความเชื่อมั่นว่าการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญที่จะสามารถทำให้มีสุขภาพที่ดี ร่างกายแข็งแรง มีรูปร่างที่ดีและมีอายุที่ยืนยาว

### การเปรียบเทียบกับคู่แข่ง

ตารางที่ 1

การเปรียบเทียบ	ร้าน wholesome food	ร้านสะดวกซื้อ 7-11	ร้านไม่บอกแม่
รูปแบบบริการ/ ผลิตภัณฑ์	- มีความสดใหม่ - มีเมนูอาหารสุขภาพที่หลากหลาย - สามารถให้ลูกค้า ออกแบบเมนูหรือเลือก วัตถุดิบได้เอง	- เป็นอาหารสำเร็จรูป/ อาหารแช่แข็ง - มีเมนูอาหารสุขภาพที่ หลากหลาย	- มีความสดใหม่ - มีเมนูอาหารสุขภาพให้ เลือกน้อย
ราคา	ปานกลาง - สูง	สูง	ปานกลาง
ช่องทางการจัด จำหน่าย	- มีหน้าร้านตั้งอยู่ ซอย 8 ตรงข้ามมหาวิทยาลัยธุรกิจ บัณฑิตย์ - ช่องทางออนไลน์ทาง Facebook ,Line@ - มีบริการส่งอาหารถึง บ้านในบริเวณใกล้เคียง	- มีหน้าร้านตั้งอยู่ ซอย 8 ตรงข้ามมหาวิทยาลัย ธุรกิจบัณฑิตย์	- มีหน้าร้านตั้งอยู่ ซอย 8 ตรงข้ามมหาวิทยาลัย ธุรกิจบัณฑิตย์ - ช่องทางออนไลน์ทาง Line@
การส่งเสริม การตลาด	- มีการประชาสัมพันธ์ ข่าวสาร, โปรโมชัน, บทความสุขภาพ ต่างๆ ของทางร้านไปยัง Facebook และ Line@	- มีการประชาสัมพันธ์ ข่าวสาร, โปรโมชัน ต่างๆ ของทางร้านไปยัง Facebook และ เว็บไซต์ - มีการสะสมแต้มเพื่อรับ ส่วนลดและแรงจูงใจ รางวัล	-

# ขั้นตอนการผลิต และ/หรือ ขายสินค้า และ/หรือ บริการ



## ประมาณการงบกำไรขาดทุน

ตารางที่ 2

รายการ	ปีที่ 1	ปีที่ 2	ปีที่ 3	ปีที่ 4	ปีที่ 5
รายได้					
รายได้จากการขายสินค้า	2,320,000	2,436,000	2,679,600	3,081,539	3,697,848
รวมรายได้	2,320,000	2,436,000	2,679,600	3,081,539	3,697,848
หักต้นทุนสินค้า/บริการ	1,216,500	1,274,500	1,396,300	1,597,269	1,905,423
กำไรขั้นต้น	1,103,500	1,161,500	1,283,300	1,484,270	1,792,425
หักค่าใช้จ่ายในการบริหาร และการขาย	590,000	615,000	645,350	675,115	706,370
กำไรจากการดำเนินการ	513,500	546,500	637,950	809,155	1,086,055
หักดอกเบี้ย	-	-	-	-	-
กำไรก่อนหักภาษีเงินได้	513,500	546,500	637,950	809,155	1,086,055
กำไรสะสม	513,500	546,500	637,950	809,155	1,086,055

### บรรณานุกรม

โอกาสทำเงิน เกาะกระแสะอาหารสุขภาพ โดยศูนย์วิจัยกสิกรไทยที่มา : <https://www.smeleader.com/ธุรกิจ>

อาหารสุขภาพ

“อกไก่” สรรพคุณ-ประโยชน์ดีๆ ที่สายเฮลตี้ต้องไม่พลาด!! ที่มา:<https://sukkaphap-d.com/อกไก่-สรรพคุณ->

ประโยชน์

ประโยชน์จากปลาแซลมอนที่คุณควรรู้ ที่มา : <https://www.roowai.com/15>

ประโยชน์ของน้ำมันดอกทานตะวัน ที่มา : <https://www.honestdocs.co/the-benefits-of-sunflower-oil?fbclid>

ประโยชน์ของน้ำมันดอกทานตะวัน ที่มา : <https://sukkaphap-d.com/ประโยชน์ของ-ต้นอ่อนทาน>