

คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน

การสอบแข่งขันเพื่อรับทุน ฯ ไปศึกษาวิชา ณ ต่างประเทศ ประจำปีงบประมาณ 2551  
(ทุกระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย)

-----

ข้อสอบวิชา สังคมศึกษาและภาษาไทย

สอบวันอาทิตย์ที่ 2 ธันวาคม 2550 เวลา 9.00 – 12.00 น. (จำนวน 5 หน้า 100 คะแนน)

(ให้ทำข้อ 1 ในสมุดเขียนตอบชุดที่ 1 ข้อ 2 ในสมุดเขียนตอบชุดที่ 2 ข้อ 3 ในสมุดเขียนตอบชุดที่ 3 ข้อ 4 ในสมุดเขียนตอบชุดที่ 4 และ ข้อ 5 ในสมุดเขียนตอบชุดที่ 5)

### ถ้าทำผิดชุดจะไม่ได้รับการตรวจ

1. ขอให้ท่านอธิบายเปรียบเทียบความแตกต่างของระบบการเลือกตั้งของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2540 กับรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2550 ในประเด็นต่อไปนี้ (20 คะแนน)
  - 1.1 การเลือกตั้งสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร (15 คะแนน)
  - 1.2 การเลือกตั้งสมาชิกวุฒิสภา (5 คะแนน)
2. วิกฤตภาวะโลกร้อนที่ทั่วโลกกำลังเผชิญ นับวันจะทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้เกิดความแห้งแล้งในหลายพื้นที่รวมทั้งไทยด้วย ถ้ามีการพยากรณ์ที่เชื่อถือได้ว่า ภัยแล้งจะทำลายผลผลิตภาคการเกษตรไปครึ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นผลดีต่อเกษตรกร (เพราะอุปทานของพืชผลเกษตรที่ออกสู่ตลาดจะลดลง ระดับราคาผลผลิตเหล่านั้นจึงสูงขึ้น) ถ้าเป็นเช่นนั้นทำไมเกษตรกรจึงไม่เผาพืชผลของตนเองในปีที่ไม่มีปัญหาภัยแล้ง  
จงอธิบายโดยใช้ความรู้ด้านอุปสงค์ (demand) และอุปทาน (supply) ให้วาดกราฟประกอบด้วย (20 คะแนน)

3. ในการศึกษาทางด้านสังคมและวัฒนธรรม พบว่ามีคติ 2 อย่าง ซึ่งเป็นที่วิจารณ์เชิงเปรียบเทียบ ถึงข้อดี และข้อเสีย คติหนึ่งเรียกว่า ETHNOCENTRISM ซึ่งถือว่า วัฒนธรรมของตนเป็นใหญ่ ถูกต้อง เหนือกว่าวัฒนธรรมของชนกลุ่มอื่น ทั้งมักตัดสินความประพฤติของคนต่างวัฒนธรรม ว่าดี หรือชั่วจากเกณฑ์ศีลธรรม หรือจริยธรรมของตนเอง อีกคติหนึ่งเรียกว่า CULTURAL RELATIVISM ซึ่งมีทรรศนะว่า วัฒนธรรมของแต่ละสังคม ตอบสนองความต้องการของสังคม นั้น ๆ และจะเป็นแบบใดย่อมขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยของสังคมนั้นโดยเฉพาะ เพราะฉะนั้น จึงเป็นการไม่สมควรที่วัฒนธรรมหนึ่งจะถูกตีค่าจากต่างวัฒนธรรม

ตามความเห็นของท่าน คติดังกล่าวแต่ละอย่างมีข้อดี ข้อเสียอย่างไร และสังคมไทยเรา ในปัจจุบันควรนำคติแบบใดมาใช้ให้เกิดประโยชน์หรือไม่ และเพราะเหตุใด (20 คะแนน)

4. เรียงความ (20 คะแนน)

ท่านเห็นด้วยหรือไม่กับคำกล่าวที่ว่า “ประชานิยมทำให้ชาติพัง”

จงเขียนเรียงความแสดงเหตุผลสนับสนุนความคิดของท่านมา 2 ประการ พร้อมอธิบาย และยกตัวอย่างประกอบเหตุผลแต่ละประการให้ชัดเจน ความยาวไม่เกิน 20 บรรทัด

## 5. จงย่อความตามหลักการย่อความและได้เนื้อความที่สมบูรณ์ถูกต้องเหมาะสม (20 คะแนน)

### ข้าวขุยไผ่ : เมล็ดข้าวจากราวป่า

...เมืองไทยนี้ดี ในน้ำมีปลาในนามีข้าว เจ้าเมืองบ่อเอจกอบในไพร่ลู่ทาง...

คำจารึกที่เราท่านคุ้นเคยกันดีจากหลักศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหงมหาราชเป็นเครื่องยืนยันความอุดมสมบูรณ์ของผืนแผ่นดินไทยว่ามีมาแต่ครั้งโบราณ จนทำให้คนไทยหลายต่อหลายคนรู้สึกได้ด้วยความสุขว่าบุญเหลือเกินที่ได้เกิดมาเป็นคนไทย

แต่ก็เชื่อว่าความอุดมสมบูรณ์ของผืนแผ่นดินนี้จะมั่นคงถาวรเสมอไปก็หาไม่ มีบ้างบางครั้งบางคราวที่ฝนทิ้งช่วงฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาลจนเกิดภาวะภัยแล้ง หรือฝนตกมากจนเกิดอุทกภัยพืชพรรณไร่นาเสียหาย ส่งผลให้เกิดภาวะที่เรียกกันว่าข้าวยากมากแพง ข้าวในนาของชาวนาที่เคยมีเหลือเพื่อพอขายพอกิน แต่พอถึงวันที่เกิดเหตุพิภพภัย คือ ภัยจากการขาดแคลนอาหารคนปลูกข้าวกลับต้องซื้อข้าวกิน และในหลายๆ ครอบครัว ข้าวที่มีอยู่รวมทั้งข้าวที่ซื้อหามาได้มีปริมาณไม่พอเลี้ยงปากเลี้ยงท้องคนในครอบครัว จึงต้องหาวิถีทางต่าง ๆ ที่จะเอาตัวรอดหรือที่จะเพิ่มปริมาณข้าวให้ได้กินอิ่มท้องกันทุกคน บางบ้านก็หุงข้าวปนกับพืชชนิดต่าง ๆ เช่น ปนเผือก ปนมัน ปนกลอย หรือแม้แต่ปนกับผักบุงก็มี แต่ก็ยังมีบางบ้านบางท้องถื่นที่หาพืชชนิดอื่นมากินแทนข้าว และเนื่องจากอาหารทดแทนชนิดที่ว่ามาจากพืชตระกูลเดียวกับข้าว ทั้งยังมีเมล็ดรูปทรงคล้ายเมล็ดข้าวเป็นที่สุด เลยทำให้มันได้รับการเรียกขานกันว่าข้าว และเนื่องจากเมล็ดข้าวนี้ถือกำเนิดจากต้นไผ่ ในเวลาที่ต้นไผ่ขาวพราวไปทั้งต้นอันแสดงว่าต้นไผ่กำลังจะตาย ซึ่งเราเรียกอาการเช่นนี้ ไผ่ตายขุย ข้าวที่ได้จากต้นไผ่ตายขุยนี้เราจึงเรียกว่า ข้าวขุยไผ่ ต้นไผ่มีอยู่หลายชนิดข้าวขุยไผ่จึงมีอยู่หลายชนิดเพราะไผ่ทุกชนิดล้วนสามารถทำให้เกิดข้าวขุยไผ่ได้ทั้งสิ้น จะไผ่สีสุกไผ่เปร็งหรือแม้แต่ไผ่รวกซึ่งจัดเป็นหนึ่งในตระกูลไผ่ ก็เกิดมีเมล็ดข้าวได้เหมือนกันเรียกกันว่า ข้าวขุยไผ่เปร็ง ข้าวขุยรวก ผลไม้ทุกชนิดให้ดอกออกผลตามฤดูกาลของมัน แล้วเวลาใดเล่าจึงเป็นเวลาฤดูกาลของข้าวขุยไผ่ ตามความเชื่อแต่โบราณกล่าวกันว่าข้าวขุยไผ่จะเกิดมีขึ้นเฉพาะในเวลาข้าวยากมากแพงเท่านั้น นับว่าเกิดมีขึ้นราวกับมีพลังเหนือธรรมชาติลบล้างกาลให้มีมาเพื่อบรรเทาความทุกข์ยากอดอยากของประชาชน แต่ในความเป็นจริงแล้วข้าวขุยไผ่สามารถมีเกิดขึ้นได้ในทุกปีไม่เฉพาะแต่ในช่วงข้าวยากมากแพงเท่านั้น แม้ในปีที่ข้าวเหลือเกลือกก็อาจจะหาข้าวขุยไผ่ได้หากในช่วงนั้นเป็นช่วงที่ต้นไผ่มีอาการตายขุยเพียงแต่ว่าในช่วงที่ข้าวปลาอาหารบริบูรณ์ดีซึ่งหมายถึงมีข้าวจริง ๆ ให้กินได้ไม่ขาดแคลน คนทั่วไปก็จะกินข้าวไม่เก็บข้าวขุยไผ่มากิน นั่นเป็นเพราะว่าข้าวขุยไผ่ไม่อร่อยเท่ากับข้าวเจ้า แต่หากถามว่าช่วงเวลาใดเป็นช่วงเวลาที่ข้าวขุยไผ่ให้เมล็ดคงต้องบอกว่าข้าวขุยไผ่มักจะเกิดขึ้นในช่วงปลายฤดูฝน ประมาณเดือนธันวาคม-เดือนมกราคม แต่ทั้งนี้ไม่ใช่ไผ่ทุกต้นและฤดูฝนทุกครั้งที่เราจะพบจะหาข้าวขุยไผ่ขึ้นนั้นเป็นช่วงเวลาที่มีน้ำกำลังจะตายอย่างที่เราเรียกกันว่าไผ่ตายขุย และ ณ ช่วงเวลานั้นต้นไผ่ต้นที่ใกล้จะตายจะออกขุย มีอาการใบร่วงแทบจะหมดต้นและออกดอกตามกิ่งทั่วไป จนเมื่อดอกแก่เต็มที่แล้วก็จะติดเมล็ดมีสีเหลือง คล้ายเมล็ดข้าวและอีกประมาณเดือนกว่า ๆ เมล็ดข้าวขุยไผ่นี้ก็จะแก่จัดได้ที่แล้วร่วงหล่นลงสู่พื้นดินรอบ ๆ กอไผ่ในราวเดือนกุมภาพันธ์-เดือนมีนาคม ซึ่งหากเทียบแล้วก็จะอยู่ไม่ช้านานกว่าฤดูเก็บเกี่ยวข้าวนัก หากปีใดนาได้ผลข้าวปลาอาหารบริบูรณ์ ข้าวขุยไผ่ก็จะถูกทอดทิ้งอยู่ที่โคนไผ่เช่นนั้น แต่หากปีใดข้าวยากมากแพงชาวบ้านจึงจะมาเก็บเอาข้าวขุยไผ่ไปหุงกินต่างข้าววิธีเก็บนั้นเพียงมาเอามือกอบหรือกวาดข้าวขุยไผ่มา แล้วนำไปร่อนหรือคัดด้วยกระด้งหรือตะแกรงเพื่อเอาขี้ฝุ่นผงดินออก จากนั้นจึงนำเอาไปใส่ครกตำข้าวครกกระเดื่อง หรือครกมอ ตามแต่จะเรียกขานกัน แล้วตำเอาเปลือกออกเหมือนที่เวลาตำข้าวก็เพื่อเอา

เปลือกข้าวที่เรียกกันว่าแกลบออกนั่นเอง ส่วนวิธีหุงนั้นก็คล้ายกับการหุงข้าวซ้อมมือโดยทั่วไปเพราะข้าวขุยไผ่ที่ได้จากการตำด้วยครกกระเดื่องนี้จะยังคงมีกากใย หรือไฟเบอร์อยู่มากเหมือนกับเมล็ดข้าวอื่น ๆ โดยทั่วไปที่ตำด้วยวิธีเดียวกันเพราะไม่ได้ถูกขัดสีเอาส่วนที่มีประโยชน์เหล่านี้ออกไปมากเหมือนเมล็ดข้าวจากโรงสี ดังนั้นข้าวซ้อมมือหรือข้าวขุยไผ่ซ้อมมือจึงมีความแข็งเหนียวหนับต่างจากเมล็ดข้าวที่ถูกขัดถูกล้างจนขาว เมื่อเวลาจะหุงจึงต้องซาวและแช่น้ำไว้ก่อนหุงสักราว ๒๐-๓๐ นาที เพื่อให้เมล็ดข้าวมีความนุ่มนวลขึ้นและเนื่องจากข้าวขุยไผ่นั้นแม้จะเรียกกันว่าข้าว แต่ก็ไม่ใช่ข้าวธรรมดาสามัญ จึงได้มีคติความเชื่อที่เกี่ยวข้องโยงใยกับข้าวขุยไผ่เกิดขึ้นหลายคติความเชื่อ ซึ่งเรื่องราวเหล่านี้หากมองโดยผิวเผินอาจคิดว่าเป็นเรื่องงมงายไร้สาระ แต่หากมองให้ลึกกลงไปจะพบว่ามันแฝงคติที่เป็นโบราณอูบายแฝงอยู่ เราลองมาดูกันไปที่ละคติความเชื่อ

ความเชื่อแรก การหุงข้าวขุยไผ่เชื่อกันว่าจะต้องหุงด้วยฟืนและถ่ายที่ทำมาจากต้นไผ่หรือไม้ไผ่เท่านั้น ความเชื่อนี้ไม่มีข้อสรุปบอกกล่าวผลที่จะตามมาเหมือนเช่นโบราณอูบายเรื่องต่าง ๆ ที่มีกิมเจี้ยนไขว่หากไม่ทำตามข้อกำหนดจะมีผลเช่นนั้นเช่นนั้น แต่ความเชื่อที่ว่าต้องใช้เฉพาะถ่านไม้ไผ่และฟืนไม้ไผ่หุงข้าวขุยไผ่ไม่ได้ระบุว่าเพื่ออะไรหรือผลจะเป็นอย่างไรจะอร่อยหรือไม่อย่างไร แต่ก็เคยมีคนเคยหุงข้าวขุยไผ่ด้วยถ่านฟืนชนิดอื่นจะด้วยความไม่รู้หรือจะด้วยเหตุใดไม่ทราบ แต่ปรากฏว่าข้าวที่หุงเสร็จไม่ได้มีข้อแตกต่างกันประการใด ที่สำคัญเมื่อกินเข้าไปก็มีรสชาติเช่นเดียวกันและไม่ได้ก่อให้เกิดพิษภัยอันใดแก่คนกิน เลยลองมานึกคิดว่าถ้าเช่นนั้นคนโบราณท่านคิดอะไรหนอจึงได้กำหนดข้อห้ามความเชื่อเช่นนี้ ก็มาได้ข้อสรุปที่ว่ากันไปได้หรือไม่ที่แนวคิดนี้เป็นโบราณอูบายในเชิงอนุรักษ? เพราะข้าวขุยไผ่เป็นผลิตภัณฑ์ของต้นไผ่ที่หมดอายุแล้ว การที่จะทิ้งต้นไผ่หรือไม้ไผ่ที่แห้งตายให้เสียเปล่าไปโดยไม่นำมาใช้ประโยชน์ก็จะเป็นการ “เสียของ” ขณะเดียวกันการที่จะไปหาไม้ฟืนจากฟืนอื่นทั้ง ๆ ที่มีไม้ไผ่แห้งอยู่แล้วก็จะดูเป็นการ “สิ้นเปลือง” โดยใช้เหตุ และหากเชื่อถือตามคติความเชื่อนี้เมื่อออกไปเก็บข้าวขุยไผ่ก็จะได้พบไม้ไผ่แห้งอยู่แล้วจะได้เก็บไม้ไผ่กลับมาทำฟืนเสียเลยก็จะเป็นการไม่เสียเวลาและได้ประโยชน์ในคราวเดียวกันด้วย

ความเชื่อที่สอง เชื่อว่า ห้ามกินข้าวขุยไผ่กับหน่อไม้ เพราะหากกินข้าวขุยไผ่กับหน่อไม้แล้ว อาจทำให้เกิดเจ็บป่วยถึงแก่ความตายได้ สำหรับความเชื่อนี้ ดร.ตัว ลพานุกรม ได้นำเสนอไว้ในเอกสารของกรมวิทยาศาสตร์ อันดับที่ ๗ เรื่องข้าวขุยไผ่ เมื่อ พ.ศ. ๒๔๘๑ ว่า

“สำหรับคติว่าการกินข้าวขุยไผ่กับหน่อไม้แล้วทำให้ผู้กินถึงแก่ความตาย สันนิษฐานว่าคงเนื่องมาจากมีใครคนหนึ่งเสียชีวิตในเวลาใกล้ ๆ กับการกินดังกล่าวแล้ว จึงทำให้ไม่มีผู้ใดกล้ากินอีกแต่ยึดมั่นเป็นคติที่เดียวว่า ใครกินข้าวขุยไผ่กับหน่อไม้จะต้องตายแท้ที่จริงการตายคงเนื่องมาแต่เหตุอื่น ซึ่งมีได้มีผู้ใดทำการพิสูจน์ไว้ ความรู้ไม่เท่าถึงความจริงจึงทำให้ราษฎรผู้อ่อนในการศึกษาหลงเชื่อไป การที่สันนิษฐานเช่นนี้ ก็เพราะหน่อไม้เป็นอาหารธรรมดาที่กินได้โดยไม่มีพิษ และข้าวขุยไผ่เล่าก็ไม่มีอะไรผิดไปจากข้าวจำพวกอื่น และก็ไม่มีความเชื่อได้ว่าจะทำให้เกิดเป็นพิษดังนั้นเมื่อกินทั้งสองเข้าไปจึงยอมไม่ทำให้ผู้กินถึงแก่ความตายได้ทั้งนี้จัดเป็นความเชื่ออย่างหลงผิดโดยแท้”

ถ้าเช่นนั้น ในเมื่อความเชื่อนี้ไม่มีลูกความจริงในเรื่องของการก่อให้เกิดการป่วยการตาย แต่ข้อห้ามความคิด ของคนแต่ก่อนมักก่อกำเนิดขึ้นมาอย่างมีวัตถุประสงค์หรือมีที่มาที่ไป ประเด็นที่ ดร.ตัว ลพานุกรมได้นำเสนอไว้ก็มีความเป็นไปได้ว่าเหตุเหตุการณ์ไปประจวบเหมาะก็มีคนตายจึงเชื่อกันเช่นนั้น แต่ในอีกมุมมองหนึ่งเป็นไปได้หรือไม่ว่าคติความเชื่อนี้มีที่มาเช่นเดียวกับความเชื่อที่ให้หุงข้าวขุยไผ่ด้วยไม้ไผ่นั้นคือเป็นความเชื่อที่กำหนดขึ้นมาเพื่อประโยชน์ในเชิงอนุรักษ ซึ่งจะเห็นความจริงได้ชัดเจนทีเดียว ลองคิดดู

อาหารอย่างหนึ่งนั่นคือข้าวขุยไผ่ที่เกิดขึ้นจากไผ่รุ่นที่กำลังจะอำลาออกไป ส่วนอาหารอีกอย่างหนึ่งคือหน่อไม้  
อนุชนรุ่นต่อไปของกอไผ่ที่จะสืบทอดเผ่าพันธุ์ ถ้าลองคนเรากินทั้งข้าวขุยไผ่แถมยังคักไม้ยาไว้หน่อ ฆ่าพ้อ  
อย่าไว้ลูก ด้วยการกินหน่อไม้ตามเข้าไปด้วยอย่างนี้มีช้ำมีนานเผ่าพันธุ์ต้นไผ่คงสูญพันธุ์ไปจากโลกนี้อย่าง  
แน่นอน

ความเชื่อที่สาม ห้ามคนที่ เป็นโรคฤดูหนาวหรือวัณโรคกินข้าวขุยไผ่ เพราะจะทำให้อาการของโรค  
กำเริบ ความเชื่อนี้หากมองในแง่ของวิทยาศาสตร์การอาหารหรือการวิเคราะห์สารอาหารแล้ว ข้าวขุยไผ่ไม่  
น่าจะทำให้อาการของโรคทั้งสองชนิดกำเริบได้ ที่มาของความเชื่ออาจเป็นเพราะพ้องกับความเชื่อที่ว่าห้ามคน  
ที่เป็นแผลกินหน่อไม้ เพราะเชื่อกันว่าจะทำให้แผลอักเสบพุพองถึงขั้นเมื่อแผลหายแล้วอาจทิ้งร่องรอยแผลเป็น  
ไว้คั้งนั้น เมื่อข้าวขุยไผ่และหน่อไม้ถือเป็นเครือญาติเผ่าพันธุ์เดียวกัน จึงทำให้พลอยมีข้อห้ามความเชื่อนั้นเนื่อง  
เกี่ยวกับพันกันก็เป็นไป หรืออาจจะเป็นตามที่ คร. ตั้ว ลพานุกรม ได้สันนิษฐานไว้ว่าบังเอิญคนที่มีการป่วย  
เป็นโรคคั้งว่า ได้มากินข้าวขุยไผ่แล้วบังเอิญทรุดหนักลง อันเนื่องมาจากเจ็บป่วยเรื้อรังมานาน ร่างกายอ่อนแอ  
ขาดสารอาหารเป็นทุนเดิมอยู่แล้วแต่เผอิญมาทรุดหนักขึ้นหลังจากกินข้าวขุยไผ่พอดีก็เลยเชื่อถือเช่นนี้ต่อ ๆ  
กันมา

คติความเชื่อที่ดี เชื่อว่าข้าวขุยไผ่เป็นข้าวที่จะเกิดมีขึ้นเฉพาะในคราวข้าวยากหมากแพงเท่านั้นใน  
ภาวะปกติจะไม่เกิดมีขึ้น ดังที่กล่าวแล้วว่าข้าวขุยไผ่มีรสชาติไม่อร่อยเท่าข้าวเจ้าทั้งยังให้ผลผลิตเมล็ดใน  
ระยะเวลาใกล้เคียงกัน ดังนั้นในยามที่เรามีโอกาสเลือก คนไทยจึงไม่มีใครเห็นคุณค่าของข้าวขุยไผ่สัก คงปล่อยให้  
ให้ร่วงเกลื่อนกล่นอยู่โคนต้นไผ่สืบพืชพันธุ์หรือเป็นอาหารนกและสัตว์ป่าต่อไป และก็จะได้เข้าไปเพื่อ  
แสวงหามันมาเป็นอาหารทดแทนข้าวจนทำให้พลอยคิดไปว่าไม่มีอยู่เพราะไม่เห็นจึงคิดว่าไม่มี ครั้นถึงคราว  
อดอยากขาดแคลนต้องออกไปหาอาหารจากป่า และได้พบว่าข้าวขุยไผ่เกิดอยู่จึงทำให้เข้าใจไปว่าเป็นสิ่ง  
อัศจรรย์เป็นพลังเหนือธรรมชาติบันดาลให้เกิดมีขึ้นเพื่อต่อชีวิตผู้คนพลเมือง

ที่นี้ลองมาดูคุณค่าทางโภชนาการของข้าวขุยไผ่อาหารยามยากเปรียบเทียบกับข้าวเจ้าดูบ้าง  
ซึ่งกรมวิทยาศาสตร์ได้เคยวิเคราะห์ไว้เริ่มจากคาร์โบไฮเดรตซึ่งเป็นสารอาหารหลักที่พบได้ในข้าว ในข้าวเจ้า  
มีคาร์โบไฮเดรตอยู่ ร้อยละ ๗๔.๖๑ ส่วนในข้าวขุยไผ่มีอยู่ร้อยละ ๗๑.๒๒ โปรตีนในข้าวเจ้ามีอยู่ ร้อยละ  
๘.๔๗ ในข้าวขุยไผ่มีอยู่ร้อยละ ๑๒.๖๓ ไขมันในข้าวเจ้ามีอยู่ร้อยละ ๑.๒๗ ในข้าวขุยไผ่มีอยู่ร้อยละ ๐.๗๕  
กากใยในข้าวเจ้ามีอยู่ ร้อยละ ๐.๗๖ ในข้าวขุยไผ่มีอยู่ร้อยละ ๑.๑๘ ส่วนปริมาณความร้อนต่อ ๑ กิโลกรัม  
ข้าวเจ้าให้ความร้อน ๓๕๒๔ กิโลแคลอรีข้าวขุยไผ่ให้ปริมาณความร้อน ๓๕๑๗ กิโลแคลอรี เป็นต้น

จะเห็นว่าแม้ความเอร็ดอร่อยจะสู้ไม่ได้ แต่คุณค่าทางโภชนาการมีสูสีใกล้เคียงกัน และสารอาหาร  
บางอย่างในข้าวขุยไผ่มีสูงกว่าข้าวเจ้าเสียอีก เช่น โปรตีน เป็นต้น เพียงแต่ว่าแม้ปริมาณโปรตีนในข้าวขุยไผ่จะ  
สูงกว่าในข้าวเจ้าก็ตามแต่เนื่องจากโปรตีนมีทั้งชนิดที่มีประ โยชน์ต่อร่างกายคือโปรตีนที่มีกรดอะมิโนเอซิดที่  
จำเป็นต่อการเจริญเติบโตของร่างกายและโปรตีนที่ไม่มีประ โยชน์ต่อร่างกายคือไม่มีกรดอะมิโนเอซิด ส่วน  
ประเภทของโปรตีนในข้าวขุยไผ่นั้นยังไม่ได้มีการวิจัยว่าเป็นโปรตีนประเภทใดคั้งนั้นปริมาณที่มีมากกว่าจึง  
ไม่ใช่เครื่องบ่งบอกว่าดีกว่าในกรณีนี้ แต่อย่างไรก็ตามเรื่องราวของข้าวขุยไผ่ก็เป็นเรื่องราวของพืชพรรณ  
ธัญญาหารที่แฝงไว้ซึ่งคติความเชื่อและภูมิปัญญาไทยในเชิงอนุรักษ์ธรรมชาติอันแสดงถึงจิตใจอันดีงามของ  
คนไทย

(ดาวรัตน์ ชูทรัพย์ คั่นคว่ำเรียบเรียง กรมศิลปากร จัดพิมพ์เผยแพร่ พุทธศักราช ๒๕๔๗ หนังสือหมื่น ร้อย  
พัน ผสาน สิ่งวัฒนธรรมประเพณีวิถีไทย หน้า 36 - 43)