

пр. податковим законодавством Сінгапуру було передбачено додаткову податкову знижку в розмірі 30 % від нарахованого податку, а у 2017 р. податкову знижку було збільшено до 50 % [4]. Звичайно, така податкова система є ефективним інструментом стимулювання розвитку малого бізнесу.

Не в останню чергу розвитку підприємництва сприяє фінансування урядом Сінгапуру навчання і підвищення кваліфікації кадрів, які зайняті у сфері малого та середнього бізнесу. Для цього функціонують державні і деякі приватні навчальні заклади.

Список використаних джерел

1. Поліщук Г.О. Державна підтримка розвитку малого підприємництва: вітчизняний та зарубіжний досвід // Актуальні проблеми державного управління. 2017. № 1 (51). URL: <http://www.kbuapa.kharkov.ua/e-book/apdu/2017-1/doc/6/03.pdf> (дата звернення: 20.03.2019)
2. Фролова Н.Л. Світовий досвід державної політики у сфері розвитку малого та середнього бізнесу // Вісник економіки транспорту і промисловості. 2018. № 61. С. 67-78
3. Ольвінська О. Ю. Особливості державного регулювання малого підприємництва у країнах світу // Державне управління: удосконалення та розвиток: електрон. наук. фахове вид. 2015. № 2. URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=814> (дата звернення: 20.03.2019)
4. Налоговые льготы в Сингапуре для молодых компаний [Электронный ресурс]. URL: <https://www.start-business-in-singapore.com/blog/nalogovye-lgoty-v-singapore-dlya-molodyx-kompanij.html>. (дата звернення: 12.11.2018)

Юдічева О. П.

*к.т.н., доцент, доцент кафедри товарознавства
та комерційної діяльності в будівництві*

Огороднік І. В.

*к.т.н., доцент, доцент кафедри товарознавства
та комерційної діяльності в будівництві*

*Київський національний університет будівництва і
архітектури,
м. Київ, Україна*

ПОРІВНЯННЯ ХІМІЧНОГО СКЛАДУ НАСІННЯ КУНЖУТУ, ЛЬОНУ І ЧІА

Насіння олійних культур є цінним джерелом білків, ненасичених жирних кислот (у тому числі есенціальних), мінеральних речовин, вітамінів. Тому його все частіше використовують під час приготування різних страв, виробництва чисельних харчових продуктів. В останні роки перевагу надають вже відомому насінню кунжуту та льону, а також менш знаному в Україні насінню чіа.

Кунжут (сезам) – тропічна однорічна трав'яниста рослина із родини *Pedaliaceae* роду *Sesamum*. Цінують цю рослину за насіння, що є джерелом цінної кунжутної олії і добрим харчовим ароматизатором, який надає стравам горіхового присмаку і тонкого аромату. Насіння – дрібне, плоске, овальної форми. Колір насіння, залежно від сорту, – червоний, білий, чорний, жовтий. Ним посипають хлібобулочні і макаронні вироби, різні кулінарні вироби. Із подрібненого зерна одержують східні солодоці – тахіну пасту і халву. Щорічне виробництво насіння кунжуту сягає 5-6 млн. тонн. Найбільшими виробниками є Індія і Китай. Серед імпортерів лідирують Японія, Єгипет, Південна Корея, США [1].

Олійний льон є прадавньою культурою. В Індії, Китаї, Єгипті, країнах Закавказзя його вирощували за 4-5 тис. років до н.е. Давні слов'янські племена також добре знали цю культуру і вміли виготовити з льону прядиво, а з насіння – олію. На території України культура льону відома ще до виникнення Київської Русі. Ляне насіння буває двох видів – темно-коричневе і золоте. Відрізняються воно лише за смаком: перше злегка гірчить, а у другого смак більш м'який. Вираженого запаху ні насіння льону, ні ляна олія не мають – лише легкий приємний аромат. Ляне насіння нині додають до хліба, крекери, каші; з ним готують смузі-боули; посипають цілим або меленим пластівці, вівсянку, йогурти, кефір, сир, салати або бутерброди. Добова доза насіння льону, яку можна вживати з профілактичною метою, – 30-40 г [2].

Чіа – це насіння рослини, яку знають під ботанічною назвою «шавлія іспанська». Вона росте заввишки 1-2 м і має білі або червоні квіти. Є дані, що це насіння завжди брали з собою ацтеки, коли вирушали у тривалі переходи. Одна ложка насіння напередодні надавала сили і витривалості протягом 24 год., разом з тим організм не зазнавав зневоднення, фізичного і психологічного виснаження. З 1991 р. почалася селекційна робота, результатом чого стало відродження чіа під новою назвою – Сальба з високою якістю насіння. Насіння чіа – дрібне, овальне, діаметром близько 1 мм. Колір – коричневий, сірий, чорний чи білий з рельєфним малюнком на поверхні. У насіння є особливість, яку пов'язують з високим вмістом клітковини – воно здатне поглинути воду у великій кількості (навіть у 10 разів більше власної ваги). Це насіння рекомендують для схуднення і як високоцінну харчову добавку до щоденного раціону. Головне не перевищувати добову дозу – 2-3 столові ложки [3]. У табл. 1 наведено хімічний склад насіння кунжуту, льону і чіа.

Таблиця 1– Хімічний склад насіння льону, кунжуту і чіа [4]

Назва нутрієнту	Вміст у насінні		
	льону	кунжуту	чіа
Вода, г/100 г	6,96	9,0	4,90
Вуглеводи, усього, г/100 г,	28,88	17,80	43,85
у тому числі : моно- і дисахариди	1,55	2,0	6,15
харчові волокна	27,30	5,60	37,70
крохмаль	0,08	10,20	≈

Білки, г/100 г	18,29	19,40	15,62
Жири, г/100 г, у т. ч.	42,16	48,70	30,75
насичені жирні кислоти	3,66	6,60	3,18
мононенасичені жирні кислоти, у т. ч.	7,53	19,50	2,12
олеїнова	7,36	19,40	2,01
поліненасичені жирні кислоти, у т.ч.	28,73	19,60	23,34
лінолева	5,90	19,60	5,79
ліноленова	22,81	–	17,55
Зола, г/100 г	3,72	5,10	4,87
Вітаміни, мг/100 г:			
В ₁	1,64	1,27	≈
В ₂	0,16	0,36	≈
В ₅	0,99	≈	≈
В ₆	0,47	≈	≈
Е, α-токоферол	0,31	2,30	≈
РР, ніацин	3,08	4,00	≈
К, мкг/100 г	4,30	≈	≈
Макроелементи, мг/100 г:			
калій	813	497	160
магній	392	540	≈
кальцій	255	1474	631
натрій	30	75	19
фосфор	642	720	948
Мікроелементи, мг/100 г:			
ферум	5,73	16	≈
цинк	4,34	≈	3,49
манган	2,48	≈	2,17
купрум	1,22	≈	0,19
селен, мкг/100 г	25,40	≈	≈

≈ – дані відсутні

За даними табл. 1 можна зробити висновок про те, що насіння льону, кунжуту і чіа мають високу харчову цінність за рахунок значного вмісту жирів (30,75-48,70 г/100 г), білків (15-62-19,40 Г/100 г), вуглеводів (17,80-43,75 г/100 г). Найбільша кількість жирів – у насіння кунжуту і льону. За вмістом поліненасичених жирних кислот, зокрема лінолевої і ліноленової, всі види насіння є біологічно цінними, але найбільшу їх кількість містить насіння льону. Кунжут лідирує за вмістом кальцію (1474 мг/100 г), а чіа – за вмістом харчових волокон – 37,70 г/100 г, а також кальцію (631 мг/100 г) і фосфору (947 мг/100 г).

Таким чином, використання насіння кунжуту, льону і чіа у щоденному харчовому раціоні здатне покращити його біологічну цінність за рахунок рослинного білка, есенціальних жирних кислот, вітамінів і мінеральних

речовин. Насіння вітчизняного льону не поступається за своєю харчовою цінністю імпортному насінню чіа, але має нижчу ціну.

Список використаних джерел

1. Что такое кунжут ? [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://exex.com.ua/index.htm>.
2. Як правильно вживати насіння льону для краси і здоров'я [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://ukr.segodnya.ua/lifestyle/wellness/kak-pravilno-upotrebyat-semena-lna-dlya-krasoty-i-zdorovya-1205794.html>.
3. Пискунова А. А. Семена ЧИА – полезные свойства и рецепты [Електронний ресурс] / А. А. Пискунова // GOROD21VEKA. Режим доступу: http://www.gorod21veka.ru/list/zdorovoe_pitanie/Semena-CHIA-Chia.
4. Питайтесь с умом [Електронний ресурс] // Intelmeal. Режим доступу: <http://www.intelmeal.ru/index.php>.

Юрко І. В.

к. е. н., доцент кафедри комерційної діяльності та підприємництва

ВНЗ Укоопспілки «Полтавський університет

економіки і торгівлі»

м.Полтава, Україна

РЕГІОНАЛЬНИЙ РОЗВИТОК СУБ'ЄКТІВ МАЛОГО ПІДПРИЄМНИЦТВА

Підприємництво – це провідний сектор ринкової економіки, який забезпечує насиченість ринку товарами та послугами, сприяє здоровій конкуренції, створює новий прошарок – підприємець-власник. Сьогодні саме з підприємництвом держава пов'язує надію на швидкі позитивні структурні зміни в економіці, боротьбу з економічними кризами та створення умов для розширеного відтворення господарства. Малий бізнес виступає чинником реформування та демократизації у перехідній економіці.

В умовах конкуренції та з метою досягнення якісно нового рівня життя населення мале підприємництво є невід'ємним сектором ринкової економіки, який має регіональну орієнтацію. В ефективному розвитку малих підприємств насамперед зацікавлені територіальні громади, тому що:

- податкові надходження від суб'єктів малого підприємництва формують місцеві бюджети;
- зростання кількості малих підприємств та підприємців збільшує експортний та міжрегіональний потенціал регіону;
- велика частка цього сектора економіки орієнтована на місцевий ринок, збагачуючи його товарами та послугами;