

Фитиновая кислота – D-мио-инозитол-1,2,3,4,5,6-гексаксидигидрофосфорной кислоты, сложный эфир циклического шестиатомного полиспирта

мио-инозитола (мио-инозита) и 6 остатков фосфорной кислоты:

- **ингибирует окисление жиров,**

- тормозит расщепление белков и углеводов;

- снижает биодоступность минеральных элементов.

