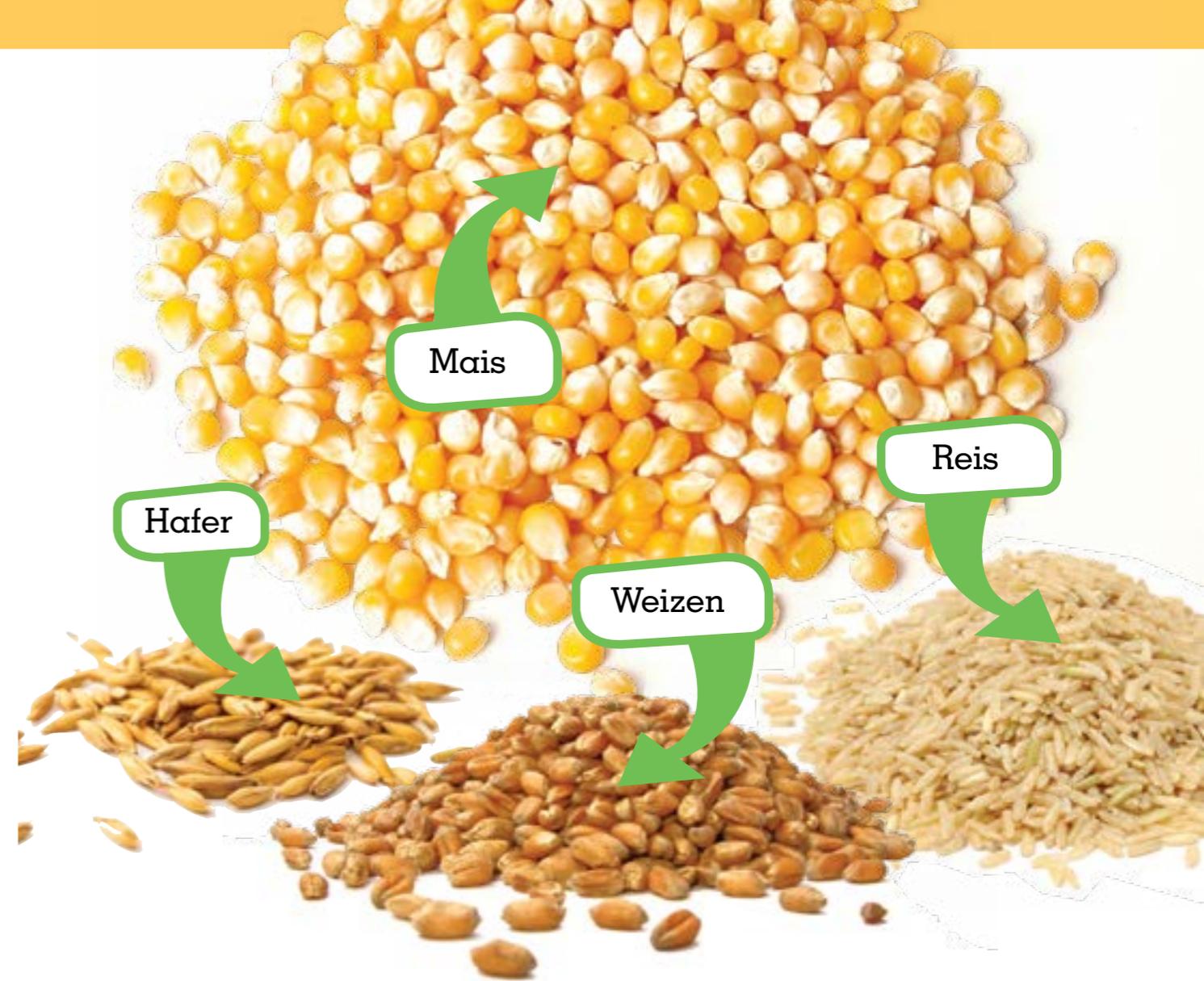


# Was gibt's zum Frühstück?

Das Frühstück ist die erste Mahlzeit des Tages. Du isst es morgens nach dem Aufstehen. Durch das Frühstück bekommt dein Körper die nötige Energie für einen guten Start in den Tag.



Viele Menschen essen Müsli oder Cornflakes zum Frühstück. Die meisten Sorten werden aus **Getreide**pflanzen gemacht, zum Beispiel aus Weizen, Hafer, Reis oder Mais.