



# L'APÉRO FRANÇAIS

• COCORICO •

**Le Cocktail des Fils** 18cl 8,5€

Gin Citadelle, jus de citron vert, basilic, limonade

**Spritz Français** 18cl 8€

Lillet rosé, vin pétillant, citron, menthe fraîche, fraise

**Saint Germain Spritz** 18cl 9€

Liqueur St-Germain, vin pétillant, citron vert, Perrier

**Ricard** 2cl 3€

Soleil & Pétanque!

**La Méga, Giga, Super bière des Fils à Maman** 33cl 6€

Bière IPA artisanale (6°), 100% française!

**Kir** 15cl 5,5€

Cassis, ou demandez-nous ce que nous avons...

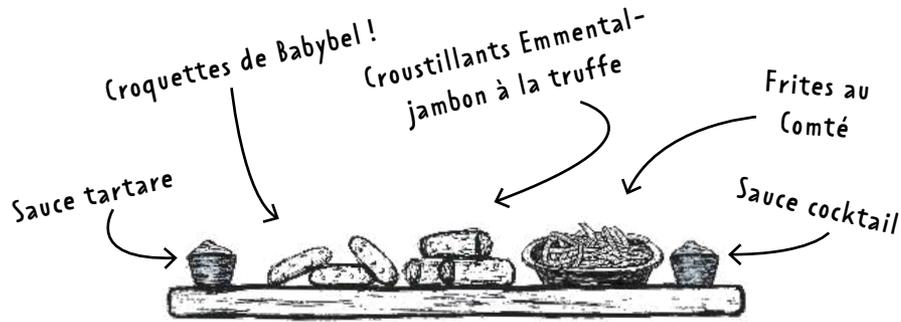
**Thé glacé des Fils** 30cl 4€

Thé Les 2 Marmottes, menthe fraîche, sirop de pêche, citron

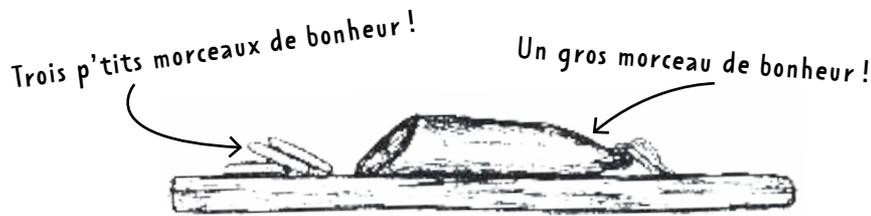
Chez les fistons, on aime grignoter,  
va voir on a des planches à partager !



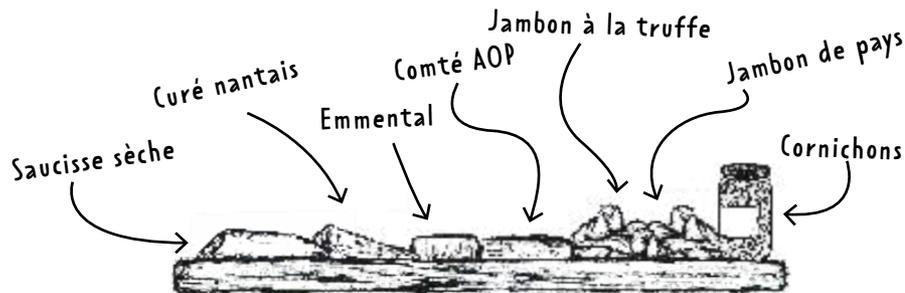
# LES PLANCHES



**Planche des Fils**  
Méga 15€ / Giga 24€



**La saucisse sèche Fuet 5€**



**Planche charcuteries / fromages 15€**

# À PARTAGER OU PAS !

Croquettes de Babybel, sauce cocktail x2 = 5€ / x4 = 9€ / x6 = 12€

Croustillants Emmental, jambon à la truffe, sauce cocktail x2 = 5€ / x4 = 9€ / x6 = 12€

Croustillants de crevettes, sauce tartare x2 = 6€ / x4 = 11€ / x6 = 14€

Frites au Comté, romarin 4,5€

Gravlax de saumon, crème fouettée de Saint Morêt 9€

Tartine d'avocat, oeuf mollet 9€  
Purée d'avocat aux herbes fraîches. œuf bio mollet. fromage frais

## — LES PLANCHES —

**Planche des Fils**  
Méga 15€ / Giga 24€

croquettes de Babybel. croustillants Emmental-jambon à la truffe. frites au Comté. sauce cocktail. sauce tartare

**La saucisse sèche Fuet 5€**

**Planche charcuteries / fromages 15€**  
saucisse sèche. Curé nantais. Emmental. Comté AOP. jambon à la truffe. jambon de pays. cornichons



# RETOUR VERS L'ENFANCE

- QUITTE À VOYAGER À TRAVERS LE TEMPS EN MANGEANT UN PLAT, AUTANT EN CHOISIR UN QUI AIT DE LA GUEULE ! •

## LE CORDON BLEU DU PÈRE DOUDOU

Cordon Bleu de poulet 100% français

17€

poitrine fumée et Curé nantais.

sauce aux champignons. pommes grenailles. salade

## STEAK À CHEVAL DES FISTONS

Steak haché de bœuf Charolais, babybels panés, œuf au plat,

16€

sauce tartare. frites. salade

## COQUILLETES, JAMBON À LA TRUFFE

Coquillettes à la crème de Comté AOP, jambon à la truffe noire du Piémont

16€

œuf mollet coulant bio

## LA SALADE DES FISTONS

Babybels panés, jambon de pays, œuf mollet bio,

16€

tomates cerises. pommes grenailles. salade

## FILET TROP MIGNON

Filet mignon en croûte et risotto de coquillettes au Chorizo

17€

tuile de Grana Padano

# LES VIANDARDS



**Le Mégacheeseburger** frites, salade 16€  
Comté AOP ou Curé nantais, steak haché de bœuf Charolais, compotée d'oignons, salade, tomate, sauce cocktail  
- avec bacon? +1,50€

**Travers de porc fondants caramélisés** 350gr env. 18€  
sauce barbecue, frites, salade

**Pièce du boucher** frites, salade à l'ardoise

**Côte de bœuf** 1 kg env. pour 2 fistons 58€  
« Vintage Beef Select » frites, poêlée de légumes, sauce champignons et sauce tartare

**Tu veux des légumes?** Choisis une poêlée de légumes ou de la salade à la place des patates !

## Challenge Côte de Bœuf

Si tu arrives à manger cette côte de bœuf de 1kg tout seul, avec les frites et les légumes...

**On t'offre le dessert et le digestif. Relève le défi!**

#challengecotedeboeuf



# VOILÀ L'ÉTÉ!

• QUI A DIT QUE L'ÉTÉ, IL FALLAIT ARRÊTER DE MANGER ? •

**Burger végété et trop trop bon** 16€  
fromage de chèvre Selle-sur-Cher AOP coulant pané, compotée d'oignons, tomate, sauce burger, frites, salade

**Tartare de saumon** 19€  
échalotes, cornichons, mayonnaise aux herbes fraîches, citron vert, frites, salade

**Salade de crevettes croustillantes** 18€  
grosses crevettes croustillantes, avocat, pamplemousse, salade romaine, sauce cocktail et sauce agrumes

## MENU MÔMES 9€

jusqu'à 12 ans

**Steak haché** ou **Bâtonnets de poulet pané**  
ou **Babybels panés**

frites ou coquillettes ou poêlée de légumes

+ Mister Freeze

+ Sirop à l'eau 20cl ou Tropic 25cl



Tiramisù au Kinder

# LES DESSERTS

• IL N'Y A PAS À DIRE, DÈS QU'IL Y A DU DESSERT, LE REPAS EST TOUT DE SUITE PLUS CHALEUREUX! •

<b>Sablé Petit Lu, fruits rouges</b> crème de Mascarpone au chocolat blanc	8€
<b>Mœlleux au chocolat</b> cœur pâte à tartiner. Chantilly	7,5€
<b>Crumble aux pêches,</b> pêches marinées au citron vert et romarin. rôties au miel. crumble à la poudre d'amande	7,5€
<b>Cheesecake au Petit Suisse, citron</b> speculoos. coulis de fruits rouges	7,5€
<b>Tiramisù au Kinder</b> (sans surprise c'est maxi bon!)	8€
<b>Café ou Thé gourmand</b> 3 mini desserts	8,5€
<b>J'ai été vilain, je suis privé de dessert</b>	0€

# LE P'TIT MENU DU MIDI

## en semaine

(hors boisson - sauf jours fériés)

Plat seul : 11€

Entrée + Plat ou Plat + Dessert : 14,5€

Entrée + Plat + Dessert : 18€

---

### Les Entrées

Entrée du jour (au tableau!)

2 croustillants Emmental, jambon à la truffe

### Les Plats

Plat du jour (au tableau!)

Pièce du boucher frites, salade (au tableau!)

### Les Desserts

Dessert du jour (au tableau!)

Tiramisù au Kinder

Café gourmand : café + 3 mini-desserts +2€

## LES VINS AU VERRE

15cl

### VINS ROUGES

Méditerranée IGP - Domaine de Valant Bio 5€

Côte du Rhône Villages Plan de Dieu AOP 5,5€  
Domaine du Vallon

Chinon AOP - Baudry Dutour - Amaranthe 6€

Bordeaux AOP - Château Haut-Mazières 6€

Brouilly AOP - La Chapelle de Venenge 7€

### VINS BLANCS

Pays d'Oc IGP - Domaine Lasserre « Chardonnay » 5€

Pays d'Oc IGP - Infini « Viognier » 6€

Premières Côtes de Bordeaux AOP (Moelleux) 6€  
- Château Gravelines

### VINS ROSÉS

Ile de Beauté IGP - Costa Serena 5€

Côte de Provence AOP - Amaryllis Bio 6€

# CARTE DES VINS

50cl 75cl

## VINS ROUGES

Méditerranée IGP - Domaine de Valant Bio	16€	24€
Côte du Rhône Villages Plan de Dieu AOP Domaine du Vallon	17€	26€
Chinon AOP - Baudry Dutour - Amaranthe	18€	28€
Bordeaux AOP - Château Haut-Mazières		28€
Saint Nicolas de Bourgueil AOP - Les Javeaux	32€	
Brouilly AOP - La Chapelle de Venenge	33€	
Côte de Bourg AOP - Château La Bataille	33€	
Pic Saint Loup AOP - Les Déesses Muettes	36€	
Crozes Hermitage AOP - Calunas	38€	
Lussac Saint Emilion AOP Château Lussac, Cuvée Bellevue	39€	

**100% FRANÇAIS !**

Est-il vraiment nécessaire de préciser que tous nos vins sont français ?

• COCORICO •

# CARTE DES VINS

50cl 75cl

## VINS BLANCS

Pays d'Oc IGP - Domaine Lassere « Chardonnay »	16€	24€
Pays d'Oc IGP - Infini « Viognier »	18€	28€
Premières Côtes de Bordeaux AOP (Moelleux) - Château Gravelines		28€
Ménetou Salon AOP - Domaine Leclerc		33€

50cl 75cl

## VINS ROSÉS

Ile de Beauté IGP - Costa Serena	16€	24€
Côte de Provence AOP - Amaryllis Bio		29€

## BULLES

Prosecco Martini Coupe 12cl / Boutelle 75cl	6€ / 35€
---	----------

# COCKTAILS

## Spritz

**Spritz Français** 18cl 8€

Lillet rosé, vin pétillant, citron, menthe fraîche, fraise

**Saint Germain Spritz** 18cl 9€

Liqueur St-Germain, vin pétillant, citron vert, Perrier

**Spritz** 18cl 8€

Aperitivo italien, Prosecco Martini, Perrier, quartier d'orange

# COCKTAILS

## Les Classiques

**Le Cocktail des Fils** 18cl 8,5€

gin Citadelle, jus de citron vert, basilic, limonade

**Moscow Mule** 18cl 8,5€

vodka Eristoff, citron vert, ginger beer

**Gin Fils** 12cl 8€

Gin Bombay Sapphire, Cointreau, citron jaune, sucre de canne

**Mojito** 18cl 8€

rhum Bacardi Cuatro Anejo, menthe fraîche, citron vert, Perrier

**Mojito fraise ou passion** 18cl 8,5€

rhum Bacardi Cuatro Anejo, purée de fraise ou passion, menthe fraîche, citron vert, Perrier

# COCKTAILS

## Sans Alcool

**Dujardin** 27cl 6€

purée de fraise, jus de citron, limonade, basilic

**Juvabien** 27cl 6€

orange, pomme, purée de fraise, gingembre

**Mojito like a virgin** 27cl 6€

jus de pomme, Perrier, menthe fraîche, citron vert

**Mojito fruits like a virgin** 27cl 6,5€

jus de pomme, Perrier, purée de fraise ou passion, menthe fraîche, citron vert



# BIÈRES **Pression**

Gallia Champ Libre - 5.8° 25cl / 50cl 4€ / 7€

Bière craft française. rafraichissante et légèrement acidulée.

Panaché 25cl 4€

# BIÈRES **Bouteilles**

La Méga Giga Super Bière des Fils - 6° 33cl 5€

Bière IPA artisanale. 100% française!

Edelweiss 33cl 5€

Bière du Moment 33cl à l'ardoise

# LES APÉRITIFS

Kir 12cl 5,5€ Martini rouge 6cl 5€

cassis. ou demandez - nous ce que nous avons...

Martini blanc 6cl 5€

Ricard 2cl 3€ Suze 6cl 5€

Lillet rosé 6cl 5€ Coupe de Prosecco 12cl 6€

# EAUX

Vittel 50cl/100cl 3,5€ / 5,5€

San Pellegrino 50cl/100cl 4€ / 6€

# JUS, SODAS...

Thé Glacé des Fils 30cl 4€

thé Les 2 Marmottes. menthe fraîche. sirop de pêche. citron

Coca-Cola, Coca-Cola zero 33cl 4€

Sprite 33cl 3,5€

Tropico, Fuzetea 25cl 3,5€

Perrier 33cl 4€

Sirop à l'eau 25cl 2€

Diabolo 25cl 4€

Jus de fruits Borderline 25cl 4€

le jus artisanal. décalé. coloré. avec de vrais fruits

**Nymphette**

fraise  
goyave  
violette

**Hippie**

ananas  
passion  
hibiscus

**Cougar**

mangue  
citron vert  
verveine

## DIGESTIFS & Cie 4cl

Menthe Pastille	7€
Eau de vie de poire, Armagnac, Calvados, Cognac	8€
Liqueur St-Germain	10€

## LES ALCOOLS 4cl

Vodka Eristoff	7€	Rhum Bacardi Cuatro Anejo	8€
Vodka Grey Goose	9€	Rhum blanc Trois Rivières	7€
Gin Bombay Sapphire	7€	Rhum Diplomatico	10€
Gin Citadelle	8€	Tequila Camino Real	7€
Whiskey Jack Daniel's	8€	avec un accompagnement soft	+2€
Whisky J&B	7€		
Whisky Monkey Shoulder	9€		

## CAFÉ, THÉ & Cie

Espresso, Décaféiné	2,2€	Thé ou Infusion Les 2 Marmottes	3,2€
Double Espresso	3,2€	Chocolat chaud	3,2€
Noisette, café au lait	2,7€	Irish Coffee	8€
Cappuccino	3,7€		

# LE BLUNCH

## du Dimanche midi

COMME PARTOUT CHEZ LES FISTONS:

## 100% FAIT MAISON

# C'EST QUOI ?

la contraction entre

# Brunch & Lunch

bizarrement personne n'a voté pour Brjeuner !

Tu as trainé au lit, après 11h, preuve à l'appui,  
tu as le droit au Brunch

Tu t'es levé tôt, avant 8h30 ! oui oui on veut la preuve...  
tu peux Luncher !

Après tout, fais comme tu veux !

# LUNCH 26€

pour les lève-tôt

## Boisson au choix

Coupe de Prosecco 12cl Bière pression 25cl

Jus de fruits 25cl Verre de vin 15cl

## Plat au choix

**Le Mégacheeseburger** frites, salade  
Comté AOP ou Curé nantais, steak haché, salade, tomate,  
compotée d'oignons, sauce cocktail - avec bacon? +1,50€

-  
**Tartare de saumon** +2€  
échalotes, cornichons, mayonnaise aux herbes fraîches,  
citron vert, frites, salade

-  
**Cordon Bleu**  
de poulet 100% français, poitrine fumée  
et Curé nantais, sauce aux champignons, pommes grenailles

-  
**Pièce du boucher** frites, salade

## Dessert au choix

**Tiramisù au Kinder**

-  
**Pancakes**  
banane, fruits rouges, sirop d'érable

-  
**Cheesecake au Petit Suisse, citron**  
speculoos, coulis de fruits rouges

# BRUNCH 26€

pour les lève-tard

Boisson chaude au choix  
Café - Thé - Chocolat

Jus de fruits artisanal 25cl au choix

**Nymphette**  
fraise  
goyave  
violette

**Hippie**  
ananas  
passion  
hibiscus

**Cougar**  
mangue  
citron vert  
verveine

## P'tit Dej' au choix

**Panier p'tit dej'**  
croissant, baguette, pain de campagne, beurre, confiture et  
le pot de pâte à tartiner des Fils 100g +1,50€

-  
**Fromage blanc**, muesli, miel, banane, fruits rouges

**Pancakes** banane, fruits rouges, sirop d'érable

## Plat au choix

**Croissant au jambon à la truffe**  
gratiné au Comté AOP, béchamel, pommes grenailles, salade

-  
**Œufs bénédicte bacon ou saumon Gravlax**  
2 œufs bio pochés, muffin, sauce hollandaise,  
bacon ou saumon Gravlax, pommes grenailles, salade

-  
**Tartine d'avocat, œuf mollet**  
pommes grenailles, salade  
avec bacon ou saumon Gravlax +2€

# BRUNCH MÔMES

11€

jusqu'à 12 ans

## Boisson au choix

Chocolat chaud - Tropic 25cl - Sirop à l'eau 20cl

## Plat au choix

Steak haché, frites

-  
Œufs au plat, frites

-  
Bâtonnets de poulet pané, frites

## Dessert au choix

Pancakes, sirop d'érable

-  
Mister Freeze

# Dimanche midi à la carte

## PLATS

**Croissant au jambon à la truffe** 16€  
gratiné au Comté AOP, béchamel, pommes grenailles, salade

**Tartine d'avocat, oeuf mollet** 16€  
pommes grenailles, salade avec bacon ou saumon Gravlax +2€

**Tartare de saumon** 19€  
échalotes, cornichons, mayonnaise aux herbes fraîches, citron vert, frites, salade

**Œufs bénédicte bacon ou saumon Gravlax** 16€  
2 œufs pochés, muffin, sauce hollandaise, bacon ou saumon Gravlax, pommes grenailles, salade

**Le Mégacheeseburger** 16€  
frites, salade  
Comté AOP ou Curé nantais, steak haché de bœuf Charolais, compotée d'oignons, salade, tomate, sauce cocktail  
- avec bacon? +1,50€

**Pièce du boucher** frites, salade à l'ardoise

**Cordon Bleu** 17€  
de poulet 100% français, poitrine fumée et Curé nantais, sauce aux champignons, pommes grenailles

**Côte de bœuf** «Vintage Beef Select» d'un kilo, pour 2 fistons 58€  
frites, pœlée de légumes

# Dimanche midi

## à la carte

### DESSERTS

<b>Tiramisù au Kinder</b> (sans surprise c'est maxi bon!)	8€
<b>Pancakes</b> banane. fruits rouges. sirop d'érable	7,5€
<b>Cheesecake au Petit Suisse, citron</b> speculoos. coulis de fruits rouges	7,5€
<b>Fromage blanc</b> , muesli. miel. banane. fruits rouges	7€
<b>Panier p'tit dej'</b> croissant. baguette. pain de campagne. beurre. confiture Bonne Maman et la pâte à tartiner des Fils et repartez avec le pot de 100g !	8,5€



### La pâte à tartiner des Fils à Maman

est de fabrication artisanale, sans OGM,  
sans huile de Palme et 100% française.  
Vous pouvez même en acheter des stocks  
pour chez vous ou pour les copains !

Pot de 100g : 5€

## VOS ÉVÈNEMENTS CHEZ NOUS !

Vous fêtez vos 30 ans ? Ou vos 51 ans et demi ? Vous quittez (enfin) votre emploi ?  
Vous adorez les Team Building ? Votre petit Marcel vient de naître ?  
Venez fêter tous ces super événements chez Les Fils à Maman.  
Nos restaurants vous accueillent toute l'année et pour toute occasion.  
Nous nous adaptons à toutes vos envies.

Envoyez un mail à  
[surpriseparty@lesfilsamaman.com](mailto:surpriseparty@lesfilsamaman.com)



### YANN NADAUD-DELAHAYE ARTISAN BOUCHER-CHARCUTIER À RUNGIS DE PÈRE EN FILS

fournit toutes les viandes des Fils à Maman !  
Il a signé le Pacte pour un engagement sociétal  
qui agit sur la réduction de l'empreinte  
environnementale de la production à l'assiette.\*

### Origine de nos viandes :

Poulet, né et élevé en France  
Viande hachée Charolaise, bœuf né  
et élevé en France  
Poitrine fumée tranchée, porc né  
et élevé en France  
Fuet artisanal, porc né et élevé en Espagne  
Jambon de pays, porc né et élevé en Espagne

Gros chorizo, porc né et élevé en Espagne  
Travers de porc ibérique, porc né  
et élevé en Espagne  
Jambon à la truffe, porc né et élevé en Italie  
Filet mignon de porc, porc né  
et élevé en Irlande  
Côte de bœuf, bœuf né et élevé en Irlande

Les informations sur les allergènes présents dans nos plats sont à votre disposition au bar.

\*En cas de rupture, le restaurant pourra se fournir chez un autre fournisseur

# Les Restos des Fils

## Paris 9 Grands Boulevards

7 bis rue Geoffroy Marie - 01 48 24 59 39

## Nantes Bouffay

14 rue Beauregard - 09 81 89 41 49

## Paris 17 Batignolles

57 rue des Batignolles - 01 53 04 94 73

## Rouen

232-234 rue Martainville - 02 27 08 57 45

## Lyon

25 rue de l'Arbre Sec - 04 78 39 57 57

## Rennes

11 rue du Champ Jacquet - 02 23 30 88 03

## La Baule

16 boulevard Darlu - 02 40 24 26 47

## Caen

2 rue du Vaugueux - 02 31 30 09 29

## Toulouse Carmes

1 rue Pharaon - 05 62 26 40 12

## Dijon

38 rue Amiral Roussin - 03 80 43 38 37

## Bordeaux

19 rue des Faussets - 05 56 48 20 01

## Aix en Provence

42 rue de la Verrerie - 09 81 21 20 97

## Montpellier

12 rue du Petit Saint-Jean - 04 67 60 60 71

## Nancy

41 rue des Maréchaux - 03 83 30 59 03

## Orléans

195 rue de Bourgogne - 02 38 53 44 09

## Angers

4 place du Pilon - 02 44 85 20 67

## La Rochelle

59 rue St-Jean du Pérot - 05 46 43 56 08

## Le Mans

29 rue des Ponts Neufs - 09 81 87 87 53

## Lille

41 rue de Gand - 03 20 21 02 33

## Bruxelles - Ixelles

29 rue Saint Fourmois - +32 2 534 56 26

## LES FILS SONT SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX...

Suivez-nous sur

[facebook.com/lesfilsamamannantes](https://www.facebook.com/lesfilsamamannantes)

Instagram : [@lesfilsamaman\\_nantes](https://www.instagram.com/lesfilsamaman_nantes)



**SCAN ME  
FOR THE ENGLISH MENU**

La carte est réalisée en papier recyclé certifié PEFC dans un atelier imprim'vert  
(Les produits PEFC sont issus de forêts gérées de manière responsable)