



# LE HIT PARADE

de l'apéro

**Spritz Français** 18cl 9,5€  
Lillet rosé, purée de fraise, tonic La French, jus de citron, menthe fraîche

**Le Cocktail des Fils** 16cl 10€  
Gin Bombay Sapphire, citron vert, basilic, limonade

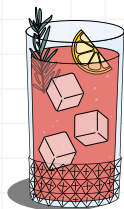
**La Bière des Fils à Maman** 33cl 7€  
Bière IPA artisanale (6°), 100% française!

**Dujardin (cocktail sans alcool)** 20cl 7,5€  
Limonade, jus de citron, purée de fraise, basilic

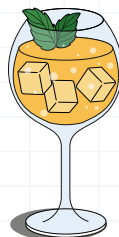
**Thé glacé des Fils** 25cl 4,5€  
Thé noir, menthe fraîche, sirop de pêche, citron

**Planche géniale des Fils** 25€  
Croquettes de Babybel®, beignets de courgettes au Parmesan, croquettes de chorizo, bâtonnets de poulet aux corn flakes, cornet de pommes noisettes Emmental, sauce des Fistons, fromage frais aux herbes

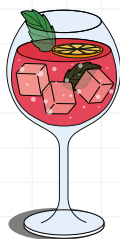
# SPRITZ



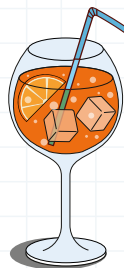
**Hibiscus Spritz** 18cl 9,5€  
Martini blanc. sirop d'hibiscus.  
purée de framboise. Prosecco.  
romarin. orange. Perrier



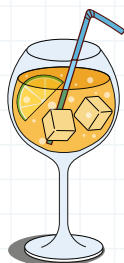
**Spritz Peach** 14cl 9,5€  
Crème de pêche. Prosecco.  
purée de pêche. Perrier.  
menthe fraîche



**Spritz Français** 18cl 9,5€  
Lillet rosé. purée de fraise.  
tonic La French. jus de citron.  
menthe fraîche



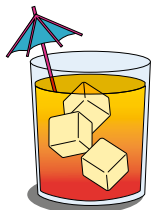
**Spritz Classique** 14cl 9€  
Cinzano. Prosecco. Perrier.  
orange



**Passion Spritz** 16cl 9,5€  
Martini blanc. purée de fruits de la passion. Prosecco.  
sirop de passion. jus de citron vert. Perrier

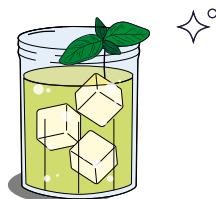
# COCKTAILS

*création*

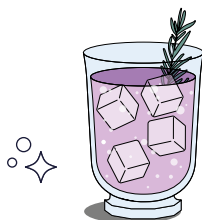


**Sex on the Beach** 18cl 9,5€  
Vodka Eristoff, crème de pêche,  
jus d'orange, jus de cranberry

*Assez de thé vert, maman  
a besoin d'un cocktail!*



**Le Cocktail des Fils** 16cl 10€  
Gin Bombay Sapphire,  
citron vert, basilic, limonade



**Purple Rain** 16cl 9,5€  
Gin Bombay Sapphire,  
sirop de violette, jus de citron,  
tonic La French, romarin



**Miami Vice** 18cl 9,5€  
Rhum blanc Trois Rivières,  
purée de fraise, jus d'ananas,  
sirop de noix de coco,  
jus de citron

et les incontournables sont toujours disponibles !  
Mojito, Moscow Mule...

10€

# MOCKTAILS

(sans alcool)

**La Nana** 20cl 7,5€

Jus d'ananas, jus de pomme, sirop de fleur de sureau, menthe fraîche, citron vert

**Passionnément** 20cl 7,5€

Purée de fruits de la passion, sirop de vanille, citron vert, Perrier, menthe fraîche

**Dujardin** 20cl 7,5€

Limonade, jus de citron, purée de fraise, basilic

**Une pêche d'enfer** 17cl 7,5€

Purée de pêche, sirop de pêche, jus de citron vert, Perrier, menthe fraîche

## LES DIABOLOS DES FILS 27 cl

4,5€

### Hibis-cool

Sirop d'hibiscus, menthe fraîche, limonade

### Fraise-style

Sirop de fraise, citron vert, limonade

### Ultra-violet

Sirop de violette, romarin, limonade

## BOISSONS MAISON

**Thé glacé des Fils** 25cl 4,5€  
Thé noir, menthe fraîche, sirop de pêche, citron

**Citronnade pétillante sureau - gingembre** 25cl 4,5€  
Jus de citron, sirops de fleur de sureau et gingembre, Perrier

## JUS, SODAS & EAUX

**Coca-Cola, Coca-Cola zero** 33cl 4,5€

**Sprite, Fanta, Fuze Tea** 25cl 4,2€

**Perrier** 33cl 4,5€

**Sirop à l'eau** 25cl 2,5€

**Diabolo grenadine ou menthe** 27cl 3,8€

**Limonade** 25cl 3,5€

**Jus Pago pomme, fraise ou nectar de pêche** 20cl 4,5€

## EAUX

**Vittel** 50cl/100cl 4€ / 6€

**S. Pellegrino** 50cl/100cl 4,5€ / 6,5€

## BIÈRES Pression

**Gallia Coq d'Habitude** - 4.2° 25cl/50cl 4€ / 7,5€  
Bière blonde légère

**Affligem** - 6.8° 25cl/50cl 4,5€ / 8€  
Bière blonde d'Abbaye

**Panaché** ou **Monaco** 25cl/50cl 4€ / 7,5€

## BIÈRES en bouteille

**La Bière des Fils à Maman** - 6° 33cl 7€  
Bière IPA artisanale. 100% française!

**Mort Subite Witte** - 5.5° 33cl 7€  
Bière blanche

## APÉRITIFS

**Kir** 15cl 6€  
Vin blanc. crème de cassis. mûre. framboise ou pêche

**Kir pétillant** 12cl 8€  
Prosecco. crème de cassis. mûre. framboise ou pêche

**Ricard** 2cl 3,2€

**Martini** rouge ou blanc 6cl 5,5€

**Lillet rosé** 6cl 5,5€

**Coupe de Prosecco** 12cl 7,5€

# PLANCHES À PARTAGER

## Planche géniale des Fils 25€

Croquettes de Babybel®, beignets de courgettes au Parmesan, bâtonnets de poulet aux corn flakes, croquettes de chorizo, cornet de pommes noisette Emmental, sauce des Fistsons, fromage frais aux herbes

## Planche mixte 22€

Saint-Nectaire, Fourme d'Ambert, fromage frais aux herbes, jambon blanc, rillettes de porc, saucisse sèche, cornichons

## Giga croque toasté jambon - Emmental 19€

Jambon blanc, béchamel à l'Emmental



Bière des Fils

Croquettes de Chorizo



Pommes noisettes à l'Emmental

Beignets de courgettes au Parmesan



Œufs mimosa



FILS À MAMAN



# À PARTAGER OU PAS !

**Croquettes de Babybel®** 9€  
Sauce des Fistons

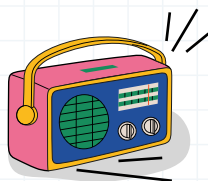
**Croquettes de chorizo** 7,5€  
Salade

**Beignets de courgettes au Parmesan** 7,5€  
Fromage frais aux herbes

**Bâtonnets de poulet panés aux corn flakes** 8€  
Sauce des Fistons

**Œufs mimosa** 7€  
Mayonnaise au paprika, bacon

**Cornet de pommes noisettes à l'Emmental** 7€  
Sauce des Fistons



*Tout est cuisiné maison.  
comme chez Maman ♡*

photos non contractuelles - Crédit photo Rina Nurra



Passion Spritz



Cordon bleu  
des Fists



# RETOUR VERS L'ENFANCE



## **Cordon bleu des Fistons** 19€

Filet de poulet français. Saint-Nectaire. poitrine fumée.  
crème de Saint-Nectaire. pommes grenaille. salade

## **Cordon bleu courgettes & Boursin®** 18,5€

Filet de poulet français. Boursin®. courgettes grillées.  
tomates confites. crème de Boursin®. pommes grenaille. salade

## **Crêpes jambon - Vache qui rit®** 15,5€

Crêpes. jambon blanc. Vache qui rit®. béchamel. salade

## **Filet trop mignon** 18€

Filet mignon en croûte de Parmesan. chorizo grillé.  
risotto de coquillettes au chorizo

## **Club sandwich poulet** 17€

Poulet français mariné au citron vert et paprika. poitrine fumée.  
œuf dur. tomate. mayonnaise. frites. salade

## **Croque toasté jambon - Emmental** 17,5€

Jambon blanc. béchamel à l'Emmental. frites. salade

# BURGERS

Servis avec frites et salade

## Cheeseburger des Fistons

17,5€

Steak haché de bœuf français, pickles d'oignons rouges, crème de Saint-Nectaire, tomate, salade, sauce des Fistons  
- avec bacon +2€

## Burger chèvre-miel (végé)

17€

Fromage de chèvre Selles-sur-Cher pané, miel, pickles d'oignons rouges, tomate, salade, sauce des Fistons

# VIANDES

## Tartare de bœuf au Boursin®

19€

Tartare de bœuf préparé, Boursin® ail et fines herbes, herbes fraîches, frites, salade

## Cœur de basse côte de bœuf Angus (200g env.)

22,5€

Sauce échalotes, frites, salade

# PLATS D'ÉTÉ

*C'est l'amour  
à la plage...*

## Tartare aux deux saumons

21€

Saumon frais et saumon gravlax, avocat, oignons rouges, citron vert, herbes fraîches, frites, salade

## Salade RoboCobb

17€

Bâtonnets de poulet panés aux corn flakes, bacon, avocat, Fourme d'Ambert, tomates cerise, salade

## Salade de Maman (végé)

16€

Fromage de chèvre Selles-sur-Cher, œuf au plat, tagliatelles de courgettes, pickles d'oignons rouges, pommes grenaille, tomates cerise, salade



Tartare aux  
deux saumons

# La cantine

## MENU MIDI EN SEMAINE

(hors boissons - sauf jours fériés)

Plat seul : 13€

Entrée + Plat / Plat + Dessert : 17€

Entrée + Plat + Dessert : 21€

---

### Les Entrées

#### Œufs mimosa

Mayonnaise au paprika, bacon

#### Beignets de courgettes au Parmesan

Fromage frais aux herbes

### Les Plats

#### Plat de Maman du semainier

#### Crêpes jambon - Vache qui rit®

Crêpes, jambon blanc, Vache qui rit®, béchamel, salade

#### Pièce du boucher

Sauce à la Fourme d'Ambert, frites, salade

### Les Desserts

#### Cookie de Maman

Crème fouettée

#### Tiramisù framboise-pistache

Crème au mascarpone et chocolat blanc, framboises, pistaches

# LE SEMAINIER

## *des plats de Maman*

LUNDI

Poulet à la basquaise  
Riz pilaf, salade

MARDI

Gnocchi à la crème de Saint-Nectaire  
Poitrine fumée, salade

MERCREDI

Tarte salée courgettes - chèvre  
Tomates confites, salade

JEUDI

Boulettes de porc à la provençale  
Coquillettes à la sauce tomate

VENDREDI

Lieu noir, tomates cerise et citron  
Courgettes grillées, salade



Une pêche d'enfer

Millefeuille façon palmito  
aux fraises

# LES DESSERTS

<b>Millefeuille façon palmito aux fraises</b>	8€
Biscuit feuilleté. crème Mascarpone. fraises	
<b>Pain perdu roulé à la pâte à tartiner</b>	8€
Crème fouettée	
<b>Tiramisù au Kinder®</b> (sans surprise. c'est maxi bon!)	8,5€
<b>Croustillant aux pommes</b>	7,5€
Caramel au beurre salé. crème fouettée	
<b>Tiramisù framboise-pistache</b>	8€
Crème au mascarpone et chocolat blanc. framboises. pistaches	
<b>Cookie de Maman, crème fouettée</b>	5,5€
<b>J'ai été vilain, je suis privé de dessert</b>	0€

## LES CAFÉS GOURMANDS

<b>Café, cookie de Maman</b>	7€
<b>Café ou Thé gourmand, 3 mini desserts</b>	10€
Mini tiramisù Kinder®. crème Mascarpone et fraises. biscuit façon palmito. pain perdu à la pâte à tartiner	

# la carte des **MÔMES** ★

(Presque comme les grands, jusqu'à 10 ans)

## LES PLATS

Crêpes jambon - Vache qui rit® 7,5€

Bâtonnets de poulet panés aux corn flakes 8€

Croque toasté jambon - Emmental 10€

Steak haché de bœuf 10€

Accompagnement au choix :

Frites ou coquillettes ou courgettes grillées ou salade

## LES DESSERTS

Cookie de Maman 5,5€  
crème fouettée

Mini tiramisù au Kinder® 3€  
ou celui des adultes 8,5€

Mini pain perdu roulé à la pâte à tartiner 4€  
crème fouettée

## LES BOISSONS

Fuze Tea 25cl 4,2€ / Sirop à l'eau 25cl 2,5€

Diabolo menthe ou grenadine 27cl 3,8€

# LES VINS

## au verre

### Vins rouges

12,5cl

Cévennes IGP - Cevanna n°3 - Vignobles Boissier 5€

Pinot noir - Ropiteau 6€

Côtes du Rhône Villages Plan de Dieu AOP 6€  
Domaine du Vallon

Brouilly AOP - La Chapelle de Venenge 7€

### Vins blancs

12,5cl

Pays d'Oc IGP - Infini « Viognier » 5,5€

Coteaux de Béziers IGP 6€  
Domaine Lasserre « Chardonnay »

Bourgogne Aligoté AOC - Domaine Rochebin 7€

### Vins rosés

12,5cl

Île de Beauté IGP - Costa Serena 5€

Côtes de Provence AOP 7€  
« Nathalie » - Domaine Saint Victorin Bio

# LES VINS

## à la bouteille

### Vins rouges

75cl

Cévennes IGP - Cevanna n°3 - Vignobles Boissier	27€
Côtes du Rhône Villages Plan de Dieu AOP Domaine du Vallon	32€
Bordeaux AOP - Château Haut-Mazières	32€
Pinot noir - Ropiteau	32€
Saint Nicolas de Bourgueil AOP - Les Javeaux	35€
Brouilly AOP - La Chapelle de Venenge	38€
Pic Saint Loup AOP - Les Déesses Muettes	39€
Bourgogne Hautes Côtes de Nuits AOC Coup de foudre - Domaine Bonnardot	43€
Coteaux Bourguignons AOC « Prestige » Bio Domaine Mathias	49€



# LES VINS

## à la bouteille

### Vins blancs

75cl

<b>Pays d'Oc IGP</b> - Infini « Viognier »	29€
<b>IGP Coteaux de Béziers</b> - Domaine Lasserre « Chardonnay »	32€
<b>Bourgogne Aligoté AOC</b> - Domaine Rochebin	36€
<b>St Veran</b> - Croix de Montceau Terres Secrètes	41€
<b>Bourgogne Hautes Côtes de Nuits AOC</b> Domaine Bonnardot	41€
<b>Chablis AOC</b> - St Claire Bio - Brocard	46€

### Vins rosés

75cl

<b>Île de Beauté IGP</b> - Costa Serena	27€
<b>Côtes de Provence AOP</b> « Nathalie » - Domaine Saint Victorin Bio	36€

### Vins pétillants

12cl 75cl

<b>Crémant de Bourgogne Brut</b> « Grande Cuvée » Charles de Fère	6,5€	36€
<b>Prosecco Martini</b>	7,5€	40€

# DIGESTIFS & Cie 4cl

Get 27	7,5€
Eau-de-vie de poire, Calvados	8,5€
Armagnac	9€
Rhum Diplomatico	12€

# LES ALCOOLS 4cl

Vodka Eristoff	9€	Gin Bombay Sapphire	9,5€
Whiskey Jack Daniel's	9,5€	Rhum Bacardi Carta Oro	9€
Whisky Monkey Shoulder	10,5€	Rhum blanc Trois Rivières	8,5€

Avec un accompagnement soft +2€

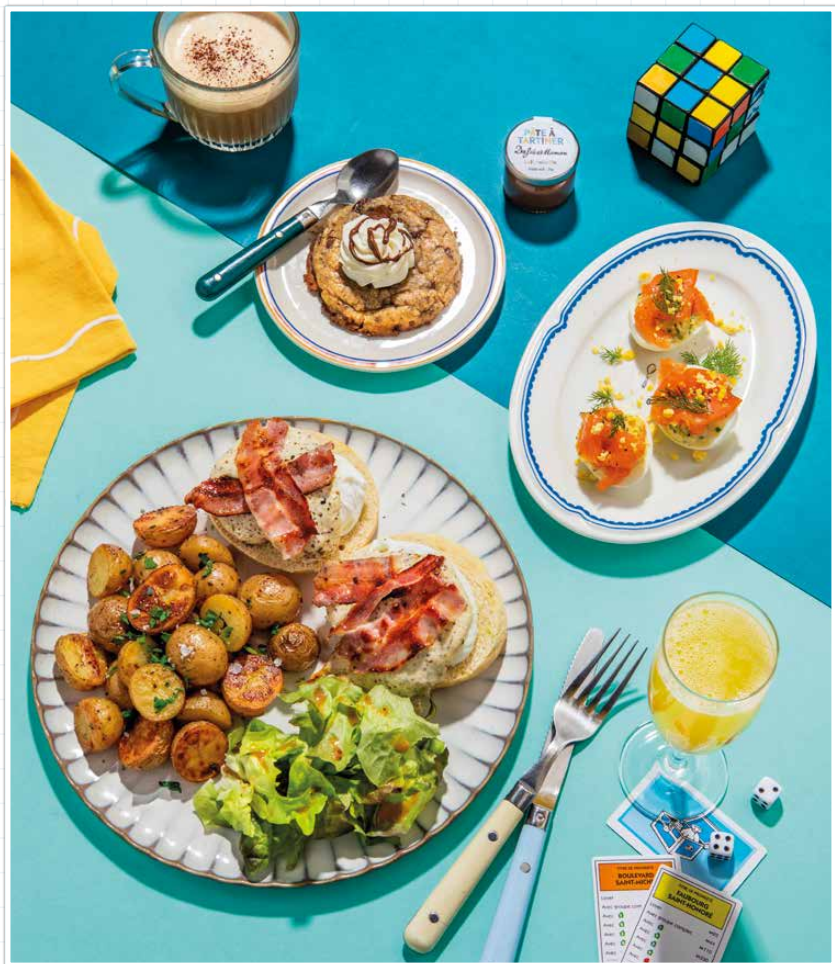
# CAFÉS, THÉ & Cie

Espresso, décaféiné	2,4€	Cappuccino	3,9€
Double Espresso	3,4€	Thé, Infusion	3,4€
Noisette	2,9€	Chocolat chaud	3,6€
Café au lait	3,2€		

# On va bruncher ?

TOUS LES  
DIMANCHES MIDI

29,5€



photos non contractuelles - Crédit photo Rina Nurra

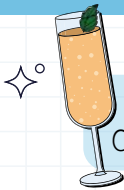
Tous les plats et boissons peuvent aussi  
être commandés à la carte

# Menu Brunch

29,5€\*

1 boisson chaude **ou** fraîche au choix  
+ 1 petit dej' sucré ou salé au choix  
+ 1 plat du dimanche au choix + 1 dessert au choix

\*prix hors suppléments indiqués sur carte



+ 5€ avec un cocktail Bellini 12cl  
Crème de pêche. purée de pêche. Prosecco

## Boissons chaudes

Café ou café allongé	2,4€
Cappuccino	3,9€
Thé	3,4€
Chocolat chaud	3,6€

## Boissons fraîches 25cl

Jus d'orange	5€
Thé glacé des Fils	4,5€
Citronnade pétillante	4,5€
Fleur de sureau - gingembre	

## P'tit Dej' salé ou sucré

Pancakes	8€
Fraises. chocolat fondu	
Fromage blanc, granola. fraises. miel	6,5€
Œufs mimosa au saumon gravlax	8€
Bâtonnets de poulet panés aux corn flakes	8€
Sauce des Fistons	

## Plats du dimanche

<b>Tartine œuf poché, bacon et avocat</b>	17€
Fromage frais aux herbes. pickles d'oignons rouges. pommes grenaille. salade	
<b>Tartine saumon gravlax, avocat</b>	17€
Fromage frais aux herbes. pickles d'oignons rouges. pommes grenaille. salade	
<b>Œufs Bénédicte</b> , pommes grenaille. salade	17€
2 œufs pochés. bacon. muffin. sauce hollandaise - du saumon gravlax à la place du bacon ? +2€	
<b>Croque toasté jambon - Emmental</b>	17,5€
Jambon blanc. béchamel à l'Emmental. frites. salade	
<b>Salade de Maman (végé)</b>	16€
Fromage de chèvre Selles-sur-Cher. œuf au plat. tagliatelles de courgettes. pickles d'oignons rouges. pommes grenaille. tomates cerise. salade	
<b>Cheeseburger des Fistons</b>	17,5€
Steak haché de bœuf français. pickles d'oignons rouges. crème de Saint-Nectaire. tomate. salade. sauce des Fistons. frites. salade - avec bacon +2€	

## Desserts

<b>Pain perdu roulé à la pâte à tartiner</b> , crème fouettée	8€
<b>Tiramisù au Kinder</b> <sup>®</sup> (sans surprise. c'est maxi bon !)	8,5€
<b>Tiramisù framboise-pistache</b>	8€
Crème au mascarpone et chocolat blanc. framboises. pistaches	
<b>Cookie de Maman</b> , crème fouettée	5,5€

# le brunch des **MÔMES** ☆

(Presque comme les grands, jusqu'à 10 ans)

## Boissons

Chocolat chaud	3,6€
Sirop à l'eau 25cl	2,5€
Citronnade pétillante 25cl	4,5€
Thé glacé des Fils 25cl	4,5€

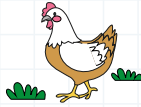
## Plats

Croque toasté jambon - Emmental	10€
Bâtonnets de poulet panés aux corn flakes	8€
Steak haché de bœuf	10€

Accompagnement au choix :  
Frites ou Pommes grenaille ou Salade

## Desserts

Pancakes, fraises, chocolat fondu	4€
Cookie de Maman, crème fouettée	5,5€
Mini pain perdu roulé à la pâte à tartiner Ou celui des adultes 8€	4€



Nos œufs sont issus de poules élevées en plein air.



Notre pain est livré chaque jour par notre artisan boulanger.

# ORIGINE DE NOS PRODUITS

*Tout beau,  
tout frais!*



Nous privilégions les fruits & légumes frais et de saison. Ils sont livrés chaque semaine dans nos restaurants.



Nos viandes sont sélectionnées par Nadaud-Delahaye, artisan boucher-charcutier à Rungis.

## Origine de nos viandes

Poulet, origine France  
Poitrine fumée tranchée, porc origine France  
Gros chorizo, porc origine Espagne  
Jambon blanc, porc origine France  
Rillettes de porc, porc origine France  
Fuet, porc origine Espagne  
Chair à saucisse, porc origine France  
Filet mignon de porc, porc origine Royaume-Uni  
Viande hachée, bœuf origine France  
Tartare de bœuf, bœuf origine France  
Cœur de basse côte de bœuf Angus  
bœuf origine Royaume-Uni

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

## Aix-en-Provence

42 rue de la Verrerie - 09 81 21 20 97

## Angers

4 place du Pilon - 02 44 85 20 67

## Bordeaux

19 rue des Faussets - 05 56 48 20 01

## Caen

2 rue du Vagueux - 02 31 30 09 29

## Dijon

16 bis rue Quentin - 03 80 30 58 92

## La Baule

16 boulevard Darlu - 02 40 24 26 47

## La Rochelle

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

## Lille

41 rue de Gand - 03 20 21 02 33

## Lyon

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

## 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

## Paris

7 bis rue Geoffroy Marie - 01 48 24 59 39

## Rennes

11 rue du Champ Jacquet - 02 23 30 88 03

## Rouen

232-234 rue Martainville - 02 27 08 57 45


## Saint-Herblain

8 Rue Victor Schoelcher  
- 02 52 59 72 10

## Val d'Isère

232 rue du Parc des Sports  
- 04 79 08 01 62



 [facebook.com/lesfilsamaman](https://facebook.com/lesfilsamaman)  
 Instagram : @lesfilsamaman  
 Tiktok : @lesfilsamaman\_



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)