



# Apéro

Le cocktail des Fils 18cl Gin Bombay Sapphire, jus de citron vert, basilic, limonade	8€
Le Spritz français 18cl Lillet Blanc, vin pétillant, menthe, citron vert	8€
Aperol Spritz 18cl Aperol, Prosecco, Perrier, quartier d'orange	8€
Mojito 18cl avec fraise ou passion +0.5€ Rhum Bacardi, menthe, citron vert, Perrier	8€
La Méga, Giga, Super bière des Fils à Maman 33cl Bière IPA artisanale (6°), 100% française !	6€
Thé glacé des Fils à la pêche 30cl feuilles de menthe et tranche de citron	4€

## À partager! ou pas...

Croquettes de Babybel	x2=5€ // x4=9€ // x6=12€
Croquettes de Curé Nantais au pain d'épices	x2=5€ // x4=9€ // x6=12€
Croquettes de Vache qui rit - jambon aux Cornflakes	x2=5€ // x4=9€ // x6=12€
Chiffonnade de jambon à la truffe noire du Piémont 100g	8€
Planche de cochonnailles / et fromages	12€ / 14€

## La trop géniale planche des fils

MÉGA 15€

- 3 croquettes de Babybel
- 3 croquettes Curé Nantais  
au pain d'épices
- 3 Croquettes de Vache qui rit - jambon  
aux Cornflakes

GIGA 24€

- 5 croquettes de Babybel
- 5 croquettes Curé Nantais  
au pain d'épices
- 5 croquettes de Vache qui rit - jambon  
aux Cornflakes



# Le p'tit Menu du Midi

## Le midi du lundi au vendredi

(\* hors boissons - sauf weekend et jours fériés)

Plat seul: 10,5€

Entrée + Plat ou Plat + Dessert: 14€

Entrée + Plat + Dessert: 17,5€

## Les Entrées

Entrée ou Soupe du jour (au tableau!)  
(Euf de la semaine (au tableau!))

## Les Plats

Plat du jour (au tableau!)  
Poisson du marché (au tableau!)  
Pièce du boucher, frites, mesclun

## Les Desserts

Dessert du jour (au tableau!)  
Tiramisù au Kinder  
Café gourmand: café + 3 mini-desserts +2€



## La Roue des Gourmands

Si tu finis ton assiette,  
tu as droit à un bon point.

Si tu en as 10, tu as le droit  
de tourner la roue des gourmands !

Demande vite ta carte bon point,  
hyper perso!

# Une fois par mois, c'est les Mamans en Cuisine!

Tous les premiers mardis du mois,  
les fistons reçoivent leur maman en cuisine.  
Et comme chez maman, c'est plat unique pour tout le monde!  
Et gare à ceux qui ne finissent pas leurs assiettes.

Mardi 7 mai

Mardi 3 septembre

Mardi 4 juin

Mardi 1er octobre

Mardi 2 juillet

Vous voulez proposer à votre maman de venir cuisiner ou mieux!  
Vous êtes maman et vous voulez partager vos secrets de cuisine.  
Laissez vos coordonnées aux Fils.

## Pour votre prochaine boum, privatisez Les Fils à Maman

Candy se marie, Casimir fête ses 44 ans,  
et San Goku organise le meeting annuel des super héros...  
Comme eux, pour votre anniversaire, mariage, enterrement de vie de  
garçon ou de vie de jeune fille, séminaire ...

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



# Entrées et partage

À partager! ou pas...

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

Croquettes de Curé Nantais  
au pain d'épices x2=5€ // x4=9€ // x6=12€

Croquettes de Vache qui rit - jambon  
aux Cornflakes x2=5€ // x4=9€ // x6=12€

Chiffonnade de jambon à la truffe noire du Piémont 100g 8€

Planche de cochonnailles 12€

Planche de cochonnailles et fromages 14€

## La trop géniale planche des fils

**MÉGA 15€**

3 croquettes de Babybel

3 croquettes Curé Nantais  
au pain d'épices

3 Croquettes de Vache qui rit - jambon  
aux Cornflakes

**GIGA 24€**

5 croquettes de Babybel

5 croquettes Curé Nantais  
au pain d'épices

5 croquettes de Vache qui rit - jambon  
aux Cornflakes

**Pour moi tout seul! Tu n'auras rien! C'est pour moi!**

Entrée et/ou Soupe du jour (au tableau!)

Œuf de la semaine (au tableau!)

Tartare de saumon Bœmlo\* aux agrumes 9€  
pamplemousse, citron, orange, aneth

Burratina (120g) 8€  
coulis de poivrons rouges

Toasts de pain d'épice au chèvre chaud et miel 7€

Tartine d'avocat et œuf mollet 7€

# Les Plats

## Pour les fistons carnivores

**Le Mégacheeseburger des Fils** et ses frites super bonnes 15€  
choisis ton cheese : Cheddar ou Curé Nantais. avec du bacon? +1,5€

**Shérif Burger** 15€  
Poulet pané, bacon, avocat, oignons crispy, tomates, cornichon, mayonnaise cajun - avec du Cheddar ? +1€  
et ses frites toujours super bonnes

**Côte de bœuf d'un Kilo, pour 2 fistons 55€**

(mais que Brian pourrait manger tout seul!)  
avec le fameux gratin Dauphinois

## Le gueuleton des Fils

**Cordon bleu** (celui du père Doudou) 17€  
à la poitrine fumée et Curé Nantais, sauce aux champignons  
et pommes de terre rissolées

**Suprême de poulet au citron et romarin** 16€  
rösti de pommes de terre et courgettes

**Fish and chips** (le poisson pané mais pas carré) 15€  
sauce tartare

## Challenge Côte de Bœuf

Si tu arrives à manger cette  
côte de bœuf de 1kg tout seul,  
avec le gratin et même la salade...

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

#challengecotedeboeuf



## Coquillettes, encore mieux que celles de maman!

Filet trop mignon, risotto de coquillettes 17€  
filet mignon en croûte et risotto de coquillettes au Chorizo

Coquillettes à la crème de Comté AOP affiné 8 à 12 mois. 16€  
jambon à la truffe noire du Piémont, œuf mollet coulant

## Les fistons limitent les dégâts

Plat et/ou Poisson du jour (au tableau!)

Tartare de saumon Bœmlo\* aux agrumes 19€  
pamplemousse, orange, citron, aneth

Tartines avocat et œuf mollet 15€  
légumes pickles, poêlée de courgettes

Salade Robocobb 16€  
poulet mariné aux épices, bleu d'Auvergne, poitrine fumée, avocat, œuf dur, tomates cerise, mâche

Salade Heidi 15€  
mâche, feta, radis, concombre, olives noires, oignons rouges, tomates cerise

Supplément garniture: 3€



Il nous faut un chef,  
je propose que ce soit moi!

### Pour les Petits Filous 9€

Steak haché, frites,  
ou Fish & Chips

Mister Freeze  
+ sirop à l'eau 20cl

# La recette du Tiramisù Kinder des Fils à Maman!



## INGREDIENTS

### Pour 4 personnes

- 12 Kinder Maxi
- 20 boudoirs
- 250g de Mascarpone
- 100g de Sucre
- 3 œufs
- 1 Espresso
- Cacao en poudre



## RECETTE

- Séparez les jaunes des blancs.
- Mélanger les jaunes d'œufs et 50g de sucre jusqu'à ce que ça blanchisse, ajoutez le Mascarpone.
- Montez les blancs en neige avec le reste du sucre et ajoutez-les au mélange Mascarpone - jaunes d'œufs.
- Faire fondre les Kinder au bain-marie.
- Mélangez les Kinder fondus à la préparation Mascarpone.
- Trempez les boudoirs dans le café dilué dans de l'eau et placez-les dans des ramequins puis ajoutez le mélange Kinder-Mascarpone.
- Réservez au frigo !
- Saupoudrez de cacao en poudre avant de servir !



Le Livre de recettes  
11,90€

# Les Desserts

## Maman est en haut, qui fait du gâteau

Dessert du jour (Au tableau!)

Cheesecake aux petits suisses et Spéculoos 7€  
coulis de fruits rouges

Salade d'agrumes 6.5€  
amandes effilées, langue de chat

Bananarambar 8€  
meringue, coulis de caramel au Carambar, crème mascarpone, banane

Mousse au Spéculoos 8€

## Papa est en bas, qui fait du chocolat

Moelleux au chocolat cœur Nutella 7€

Tiramisù au Kinder (sans Surprise, c'est Maxi bon !) 8€

## Et pour les indécis

Café gourmand 8.5€  
café + 3 mini-desserts

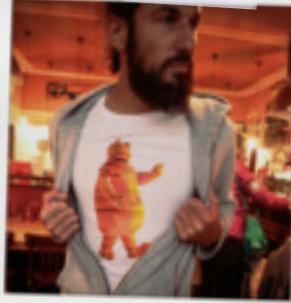
Thé gourmand 9€  
thé + 3 mini-desserts

J'ai été très vilain(e), je suis privé(e) de dessert 0€

# GOODIES



**Le tablier du Chef 18€**



**Le T-Shirt 15€**



**Le bavoir 10€**



**LE MUG 9€**



**La casquette des Fils 10€**



**Le sac (ou cape) en toile 4€**



**Le bon cadeau**

# “Brunch qui peut !!!” Le Brunch

Tous les dimanches,  
pour un brunch avec toi  
je ferais n'importe quoi!

## La Super formule Brunch 25€

Planche brunch au choix ou œufs Bénédicte des Fistons  
+  
Panier p'tit dej' (+1€) ou dessert au choix  
+  
Jus de fruits Borderline 25cl  
décalés, colorés, avec de vrais fruits  
Boisson chaude au choix (café, thé, chocolat chaud/Cappuccino +1€)  
ou Bol de céréales

“Ça Brunch pour moi, moi, moi, moi...”



## Brunch Enfant 9€

Steak haché, pommes rissolées  
ou Fish & Chips  
+  
Mister Freeze  
+  
Sirop à l'eau 20cl

“My Name is Brunch, James Brunch.”

“Ca vous Brunch ?”

# Le Brunch

## Panier p'tit dej' 9€

Pain au lait, mini-croissants,  
Cracottes (Crac-Crac...) et tartines  
Servi avec du beurre demi-sel et  
un pot entier de Pâte à Tartiner (100g)  
et confitures

PS: tu peux même repartir avec  
le pot de Pâte à Tartiner, mais chut...



2€

Le bol de céréales:  
bol de lait et tu choisies  
tes céréales Kellogg's

## Les Planches Brunch 15€

### Oncle Jesse

(Eufs au choix (brouillés, pochés, au plat), poitrine fumée, saucisse de Toulouse, pommes de terre rissolées, mâche

### Danny

(Eufs au choix (brouillés, pochés, au plat), tartare de saumon Bemlo\*, pommes de terre rissolées, mâche

### Rebecca

(Eufs au choix (brouillés, pochés, au plat), tartines d'avocat - St Môret, pommes de terre rissolées, mâche

“La vie est un long Brunch tranquille.”

## 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 : 4,5€



# Le Brunch

## À la carte

“ Besoin de rien,  
envie d'un Brunch. ”

### Plats

- Côte de bœuf d'1 Kilo pour 2 fistons 55€  
pommes de terre rissolées, mâche  
#challengecotedeboeuf
- Cordon bleu (celui du père Doudou) à la poitrine fumée et 17€  
Curé Nantais sauce aux champignons et pommes rissolées
- Le Mégacheeseburger des Fils 15€  
et ses frites super bonnes  
choisis ton cheese: Cheddar ou Curé Nantais, avec du bacon? +1,5€
- Tartare de saumon Bømlo\* aux agrumes 19€  
pamplemousse, orange, citron, aneth
- Salade Robocobb 16€  
poulet mariné aux épices, bleu d'Auvergne, poitrine fumée, avocat,  
œuf dur, tomates cerise, mâche

## Œufs Bénédicte des fistons 15€

2 œufs pochés, muffin, bacon, sauce Cheddar, pommes rissolées, salade

### Desserts

“ Tu peux bruncher mille fois avec une personne,  
mais tu ne peux pas bruncher une fois avec mille personnes. ”  
Le Brunch de la peur

- Brioche (un peu) perdue 8€  
caramel
- Fromage blanc, muesli, fruits frais 7€
- Cheesecake aux petits suisses et Spéculoos 7€  
coulis de fruits rouges
- Salade d'agrumes 6.5€  
amandes effilées, langue de chat
- Tiramisù au Kinder (sans Surprise, c'est Maxi bon!) 8€
- Mousse au Spéculoos 8€

# Deviens membre du Club des Fils!

Pour t'inscrire gratuitement au Club des Fils et recevoir notre lettre mensuelle et des cadeaux, il te suffit de remplir sur papier libre tes coordonnées (Prénom, Nom, Adresse postale, Email et Date de naissance)



et de le renvoyer à l'adresse suivante:

Club des Fils, 12 rue Martel, 75010 Paris  
Ou envoie-nous un courriel à  
[3615clubdesfils@lesfilsamaman.com](mailto:3615clubdesfils@lesfilsamaman.com)

Tous les membres du Club verront apparaître leur nom et leur date d'anniversaire dans la Petite Gazette des Fils !



*Vous l'avez trouvé ?*

Maintenant, cherchez dans votre restaurant. Nous avons caché Charlie dans un des restaurants Les Fils à Maman. Si vous trouvez LE Charlie qui se cache en France, on vous offre un bon cadeau de 50€.

# Bières, apéritifs, bulles, alcools

## Les bières pression

Heineken 25cl 3€

Heineken 50cl 5.5€

## Les bières bouteilles

Edelweiss 33cl 5€

Desperados 33cl 5.5€



La Méga Giga Super 33cl 6€  
Bière des Fils à Maman

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

## Les apéritifs

Kir 12cl 4€  
cassis, mûre, framboise, pêche...

Lillet blanc 6cl 5€

Coupe de Prosecco 12cl 6€

Martini rouge, blanc 6cl 5€

Ricard 2cl 3€

Porto rouge, 6cl 5€

## Les Bulles

Champagne Louis Constant « Brut réserve »  
Bouteille 75cl

55€

Prosecco  
Coupe 12cl / Bouteille 75cl

6€/35€

# Cocktails!

## Spritzez-vous!

- Le Spritz français** 18cl 8€  
Lillet Blanc, vin pétillant, menthe, citron vert
- Aperol Spritz** 18cl 8€  
Aperol, Prosecco, Perrier, quartier d'orange
- Hugo Spritz** 18cl 9€  
Gin Bombay Sapphire, vin pétillant, liqueur St Germain, menthe, citron vert, Perrier

## Pour les adultes

- Le cocktail des Fils** 18cl 8€  
Gin Bombay Sapphire, jus de citron vert, basilic, limonade
- Moscow mulet** 18cl 8€  
Vodka Eristoff, citron vert, Ginger Beer
- Tagada Shaker** 18cl 8€  
Vodka Eristoff, fraises Tagada, crème de pêche, jus d'orange, sirop de fraise
- Punch Malibu** (comme en Boum) 18cl 8€  
Malibu, Rhum Bacardi, jus d'orange, purée de passion
- Mojito** 18cl 8€  
Rhum Bacardi, menthe, citron vert, Perrier
- Mojito fraise ou passion** 18cl 8,5€  
Rhum Bacardi, purée de fraise ou passion, menthe, citron vert, Perrier



# Cocktails sans alcool!

## Pour les fistons de - de 18ans

Juvabien 27cl	6€
Orange, pomme, purée de fruits rouges, gingembre	
Mojito like a virgin 27cl	6€
Jus de pomme, Perrier, menthe, citron vert	
Mojito fruits, like a virgin 27cl	6.5€
Jus de pomme, Perrier, purée de fraise ou passion, menthe, citron vert	

## Digestifs & Cie

### Liqueurs (4cl)

Get 27, Manzana, Bailey's, Malibu, Menthe Pastille	7€
--	----

### Digestifs (4cl)

Poire, Armagnac VSOP, Calvados, Cognac VSOP, Cognac Amandes	8€
---	----

SHOTS (2CL): VODKA (CARAMBAR, TAGADA...), 3€  
ET AUTRES SPÉCIALITÉS!

### Les alcools 4cl

Vodka Eristoff	7€	Rhum Diplomatico	9€
Gin Bombay Sapphire	7€	Tequila Camino Real	7€
Rhum Bacardi Carta Blanca	7€	Whisky Jack Daniel's	8€
Rhum blanc Trois Rivières	7€	Whisky J&B	7€

Avec un accompagnement soft +2€

# Eaux, jus, sodas, cafés, thés...

## Les eaux

Vittel / San Pellegrino 50cl/100cl

3€/5€

## Les jus, sodas...

Thé Glacé des Fils à la pêche 30cl  
feuilles de menthe et tranche de citron

4€

Citronnade pétillante 30cl  
Citron, Perrier, menthe

4€

Pichet de 1 litre de Tang orange

7€

Coca-Cola, Coca-Cola zero 33cl

3,5€

Limonade, Orangina, Lipton Ice Tea 25cl

3,5€

Finley 20cl

3,5€

Perrier 33cl

4€

Sirop à l'eau 25cl

2€

Diabolo (sans Satanas) 25cl

4€

**Jus de fruits Borderline** 25cl **4€**

décalés, colorés, avec de vrais fruits

Dandy

poire  
rhubarbe  
cannelle

Nymphette

fraise  
goyave  
violette

Don juan

pomme  
concombre  
gingembre

Cougar

mangue  
citron vert  
verveine

## Les cafés et thés

Espresso, Décaféiné 2€

Noisette, café au lait 2,5€

Double Espresso 3€

Cappuccino 3,5€

Thé ou Infusion 3€

Les Deux Marmottes

Chocolat chaud Poulain 3€

Irish Coffee 8€

# Les Vins

## Les vins rouges

15cl 75cl

### Le Vin des Fils à Maman

Cabernet Sauvignon IGP Pays d'Oc

Le Château de ma Mère

4€

19€

### Beaujolais

Brouilly AOP - La Chapelle de Venenge

6€

27€

### Vallée de la Loire

Saint Nicolas de Bourgueil AOP

Frédéric Mabileau - Les Petits Grains

29€

### Bordeaux

Bordeaux AOP - Château Haut Mazières

5,5€

25€

Côtes de Bourg AOP - Château Peychaud

30€

Saint Emilion AOP - Château Lussac - cuvée Bellevue

34€

### Languedoc Roussillon

Saint Chinian AOP - Gérard Bertrand

27€

Pic Saint Loup AOP - Les Déeses Muettes

29€

### Vallée du Rhône

Côtes du Rhône Villages AOP

Domaine du Vallon

5€

24€

Vacqueyras AOP - Château des Hautes Ribes

32€

Crozes Hermitage AOP - Calunas

35€

### Bourgogne

Pinot Noir AOC - André Ducal

30€

# Les Vins

## Les Vins Blancs

15cl 75cl

### Languedoc Roussillon

Pays d'Oc IGP - Viognier - Albrières 5€ 24€

Pays d'Oc IGP - Terret Chardonnay - J.Moreau 5.5€ 26€

### Sud-Ouest (moelleux)

Côtes de Gascogne IGP - Plaimont - XVIIIe St Luc 6€ 27€

### Vallée de la Loire

Menetou Salon AOP - Joseph Mellot - Les Thureaux 34€

## Les Vins Rosés

15cl 75cl

### Provence

Lubéron AOP - Domaine de Champonne 5€ 24€

Côtes de Provence AOC - #Lou Peyrassol 28€

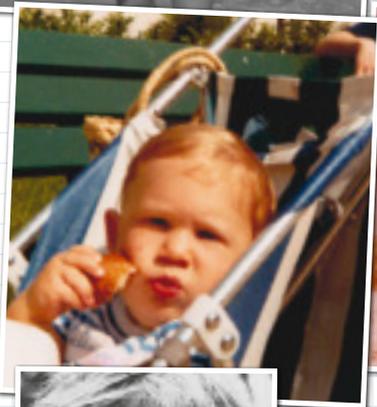
### Pichets de Vin

Verre 15cl: 3.5€ Pichet 25cl: 6.5€ Pichet 50cl: 12€

**Rouge:** Pays d'Oc IGP - Les Cayolles

**Blanc:** Pays d'Oc IGP - Les Cayolles

**Rosé:** Pays d'Oc IGP - Les Cayolles



# La Carte des Fils



## Les Fils sont sur les réseaux sociaux...

Suivez-nous sur Facebook  
[www.facebook.com/lesfilsamaman](http://www.facebook.com/lesfilsamaman)  
et Instagram @lesfilsamaman

Origine des viandes : UE (voir l'ardoise)

SARL Les Fils à Nantes, 14 Rue Beauregard, 44000 Nantes - 02 40 20 06 26  
Prix TTC - TVA 10 et 20% incluse - service compris - N° Siret 79466261700012  
Les chèques ne sont pas acceptés - Tickets restaurant le midi uniquement la semaine

# Les élèves de la classe des Fils à Maman

## Année scolaire 2018-2019



Paris Gd Boulevards - 7 bis, rue Geoffroy Marie - Léo	01 48 24 59 39
Paris Batignolles - 57, rue des Batignolles - Thomas	01 53 04 94 73
Lyon - 25, rue de l'Arbre Sec - Jordan	04 78 39 57 57
Lacanau - Yelloh Village Les Grands Pins - Pascal	05 56 03 20 77
La Baule - 16, boulevard Darlu - Pierre	02 40 24 26 47
Toulouse - Carmes I, rue Pharaon - Charles	05 62 26 40 12
Toulouse Victor Hugo - 20, place Victor Hugo - Louis	05 61 21 93 29
Bordeaux - 19, rue des Faussets - Thomas	05 56 48 20 01
Montpellier - 12, rue du Petit Saint-Jean - Marius	04 67 60 60 71
Orléans - 195, rue de Bourgogne - Pierre - Antoine	02 38 53 44 09
La Rochelle - 59, rue St-Jean du Pérot - Fabien	05 46 43 56 08
Lille - 41, rue de Gand - Thomas	03 20 21 02 33
Grenoble - 2, rue Saint Hugues - Vincent	04 76 51 38 85
Tours - 24, rue du Grand Marché - Joe	02 47 20 50 25
Nantes Bouffay - 14, rue Beauregard - Brian	02 40 20 06 26
Nantes Graslin - 4 bis, rue du Chapeau Rouge - Anthony	02 40 35 35 95
Rouen - 232-234, rue Martainville - Mathieu	02 27 08 57 45
Rennes - 11, rue du Champ Jacquet - Jonathan	02 23 30 88 03
Caen - 2, rue du Vaugueux - Guillaume	02 31 30 09 29
Dijon - 38, rue Amiral Roussin - Arthur	03 80 43 38 37
Sète - 2, quai Maximin Licciardi - Maxime	04 67 78 04 48
Aix en Provence - 42, rue de la Verrerie - Jérémie	09 81 21 20 97
Strasbourg - 5, rue des Orphelins - Mathieu	09 86 36 45 48

# EMPLOI DU TEMPS



**Lundi**

8	
9	
10	latin
11	
12	
14	
15	informatique
16	perm pensé à ramener ma disquette
17	
18	

perm

**Mardi**

8	
9	
10	education civique
11	
12	
14	Techne
15	
16	
17	
18	Diner des mamans

Diner des  
mamans

**Mercredi**

8	
9	
10	
11	
12	javelot
14	
15	
16	perm
17	
18	

conseil de  
classe

**Jeudi**

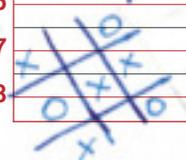
8	
9	
10	ROR à la cafet
11	
12	
14	
15	S.V.T
16	
17	
18	

**Vendredi**

8	
9	
10	
11	chorale
12	
14	
15	dessin
16	
17	
18	réunion parents prof

réunion parents  
prof

**Samedi**

8	
9	forum des métiers au CDI
10	
11	
12	
14	education civique
15	
16	
17	
18	

