



LIETUVOS  
GAMTOS  
FONDAS

TIK VEIKDAMI IŠVIEN  
GALIME IŠSAUGOTI  
BALTIJOS JŪRĄ



# KĄ ŽINOTE APIE ŽUVĮ ANT JŪSŲ STALO?

Vadovas atsakingam žuvies ir jūros gėrybių vartotojui



# KĄ ŽINOTE APIE ŽUVĮ ANT JŪSŲ STALO?

Vadovas atsakingam žuvies ir jūros gėrybių vartotojui



Vilnius, 2014



## KĄ ŽINOTE APIE ŽUVĮ ANT JŪSŲ STALO? VADOVAS ATSAKINGAM ŽUVIES IR JŪROS GĖRYBIŲ VARTOTOJUI

Autorius: Robertas Staponkus

Kalbos redaktorė: Irena Dūdėnienė

Išleido: Lietuvos gamtos fondas

Algirdo g. 22–3

LT-03218 Vilnius

Telefonas: +370 5 2310700

Faksas: +370 5 2310441

Maketavo: UAB „SAVAIP“

Parengta bendradarbiaujant:



E L F

**Pasaules  
Dabas  
Fonds**

sadarbībā ar



WWF



Nuotraukos:

Linas Sribikė, Gediminas Pempė, Jean-Francois Helias/WWF, Dan Lamont/WWF, Peter Harms-Ringdahl/WWF, Christopher Wiken/WWF, Germund Sellgren/WWF, David Moniaux/WWF, Timothy Knepp/U.S. Fish and Wildlife Service, [www.stockfreeimages.com](http://www.stockfreeimages.com), [www.wikimedia.com](http://www.wikimedia.com)

Leidinyas platinamas nemokamai

## KĄ ŽINOTE APIE ŽUVĮ ANT JŪSŲ STALO?

### Vadovas atsakingam žuvies ir jūros gėrybių vartotojui

Siekiant išsaugoti žuvies ir jūros gėrybių išteklius, didelė atsakomybė tenka mums, vartotojams. Rinkdamiesi žuvį lemiamė kur kas daugiau nei vakarienių meniu – formuojame pasaulines žvejybos tendencijas. Šis leidinys suteiks informacijos, pagal kokius kriterijus rinktis žuvį, kad šios gėrybės dar ilgai nepristigtų mūsų stalui, o pasaulio vandenynai, jūros, ežerai ir upės knibždėtų gyvybės.

### Valgykite į sveikatą! (žalia spalva)

Net ir intensyvi žvejyba šioms žuvų rūšims nekelia grėsmės išnykti, todėl ramia sąžine galite pirkti ir valgyti šiame leidinyje žalia spalva pažymėtas žuvis.

### Atsargiai – pasidomėkite ir pagalvokite! (geltona spalva)

Nors šioms žuvų rūšims dar arba jau nėra grėsmės išnykti, rekomenduojama mažiau jų pirkti ir vartoti, nes apie šių žuvų rūšių paplitimą vis dar neturima pakankamai duomenų (jų ištekliai gali būti daug skurdesni nei manoma) arba jų žvejybos būdai kenkia aplinkai.

### Atsisakykite! (raudona spalva)

Šių žuvų ir jūros gėrybių rekomenduojama nepirkti. Raudona spalva paženklintoms žuvų rūšims gresia išnykimas, o jų žvejyba kelia didelį pavojų aplinkai. Nepirkdami jų išreikšite savo požiūrį ir neskatinsite netvarios žvejybos.



Tradicinė tunų žvejyba Viduržemio jūroje

Gyvename taip, tarsi jūros ir vandenynai bei jų teikiamos gėrybės niekada neišsėks. Tačiau paskutiniaisiais dešimtmečiais, kai į jūras išplaukia vis daugiau ir vis galingesnių žvejybos laivų, žuvies išteklių smarkiai mažėja. Paradoksalu, bet didelis ir galingas žvejybos laivynas vaikosi vis mažesnius žuvų būrius.

Tokią aktyvią žvejybą skatina ne tik augantis valgytojų apetitas, bet ir skiriamos subsidijos bei parama, dėl kurios žvejai nemažina žvejybos masto net tuomet, kai jų veikla tampa nuostolinga. Žuvies išteklių naudojami netausiai ir dėl to, kad skirstant žvejybos kvotas neatsižvelgiama į mokslininkų rekomendacijas, kvotų dalijimas dažnai priklauso nuo politinės motyvacijos. Taip kova dėl galimybės aktyviai žvejoti tampa arši ir pikta, o pralaimėtojas žinomas iš anksto – žuvų išteklių.

Išaugus žvejybos intensyvumui, žuvies pagunama daugiau nei spėja užaugti. Nors žvejybą imta reguliuoti, žuvies išteklių pereinimo tai nesustabdė: 88 % Europos komercinių žuvų rūšių yra išgaudoma viršijant didžiausią tausų laimikį (angl. Maximum Sustainable Yield), kuris užtikrina stabilius žuvies išteklius. Beveik trečdalis žuvų rūšių išgaudytos tiek, kad vargu ar jų išteklių kada nors atsikurs net ir visiškai nutraukus jų žvejybą.

Situacija kituose žemynuose taip pat nedžiugina. Jungtinių Tautų maisto ir žemės ūkio organizacija (FAO) apskaičiavo, kad 52 % pasaulio žuvies išteklių yra visiškai išsekovti, dar 28 % – pereinami arba ženkliai sumažėję. Remiantis šios organizacijos inicijuotu pasaulinių žuvies išteklių tyrimu, prognozuojama, kad jei dabartinės žvejybos ir žuvies vartojimo tendencijos nepasikeis, komercinių žuvų rūšių vandenynuose neliks jau 2048 metais.

Jei norime išsaugoti tai, ką dar galima išsaugoti, kai kurių rūšių žuvų žvejybą bei vartojimą privalome laikinai sumažinti ar net visai sustabdyti, kad šių žuvų išteklių spėtų atsikurti. Manydami, kad mūsų kaip vartotojų vaidmuo nereikšmingas, klystame: keisdami savo vartojimo įpročius turime galią keisti ir žvejybos tendencijas.

Kiekviena vandenyno, jūros, marių, ežero ar upės žuvies rūšis vandens telkinyje atlieka savo vaidmenį, o sunaikinę ją ne tik nebeturėsime skanaus laimikio, bet ir suardysime ekosistemos pusiausvyrą. Taip nuskriausime ir gamtą, ir save.

## Atsakingas vartojimas ir tvari žvejyba

Žuvis – tai visų pirma vandens ekosistemų dalis, taip pat skanus ir vertingas maistas (baltymų šaltinis) bei žvejų pragyvenimo šaltinis. Nė vienas žvejys nenori, kad žuvies nebelytų. Tačiau dėl to, kad žuvies išteklių yra bendri, žvejai nejučia asmeninės atsakomybės: kiekvienas galvoja, kad yra per menkas ką nors iš esmės pakeisti ir nėra prasmės nustoti žvejoti nykstančias žuvis, nes jas vis vien sugaus kažkas kitas. Žvejybos tendencijas diktuoja produktų paklausa, tad vietoj nykstančių žuvų savo stalui rinkdamiesi tas žuvis, kurių išteklių gausūs, pamažu skatinsime ir žvejus keisti žvejybos įpročius. Šis vadovas padės Jums tapti atsakingu vartotoju ir prisidėti prie žuvies bei kitų jūros gėrybių išteklių išsaugojimo.

Aplinkosauginis ženklavimas suteikia vartotojams informacijos apie tai, kaip jų pasirinkimas veikia aplinką, ir skatina rinktis alternatyvius produktus – tokius, kurių gamyba aplinkai kenkia mažiau. Šiuo metu pasaulyje labiausiai paplitusi žuvų ir jūros gėrybių ženklavimo sistema – MSC (angl. Marine Stewardship Council). MSC ženklas nurodo, kaip ir kokioje vietoje žuvis buvo sugauta bei užtikrina, kad gaudant šią žuvį gamtai padaryta minimali žala. Vis daugiau Lietuvoje veikiančių žuvies perdirbimo įmonių ženklina savo gaminius MSC ženklu, tačiau visa ši produkcija yra eksportuojama į šalis, kur, kitaip nei Lietuvoje, vartotojai šį ženklą pažįsta ir vertina. Žuvininkystės ūkiuose auginamai žuviai, ypatingai užaugintai Pietryčių Azijoje, taikoma analogiška – ASC (angl. Aquaculture Stewardship Council) ženklavimo sistema, kuri užtikrina, kad žuvies auginimas nedaro poveikio vietinėms ekosistemoms. Lietuvos atsakingų restoranų ir tiekėjų tinklo nariai taip pat prisijungia prie šios akcijos, todėl restoranų meniu nuo šiol galite pastebėti specialų ženklą, kuris nurodo, jog pateikiama žuvis atitinka šiame leidinyje pateikiamas rekomendacijas.





## Žvejybos poveikis aplinkai

Žvejybos poveikis aplinkai priklauso nuo žvejybos metodo. Viena pagrindinių verslinės žvejybos problemų – vadinamoji priegauda (netyčia pagautos žuvis, paukščiai ar kiti gyvi organizmai), kuri išmesta atgal į jūrą dažnai nebeišgyvena. Atgal į jūrą išverčiamos žuvis, kurioms žvejybos laivas nebeturi kvotų, taip pat komerciškai mažiau vertingos ar rinkoje nepaklausios bei mažos žuvis. Nere-tai sugaunama paukščių, vandens žinduolių bei kitų komerciškai nevertingų laimikių. Priegaudos mastai jūrose didžiuliai: vien Šiaurės rytu Atlante per metus atgal į vandenį išverčiama daugiau nei milijonas tonų (1 332 000 t), arba apie 13 % visos šioje teritorijoje sugaunamos žuvis. Žuvies ištekliams mažėjant, vis didesnę laimikio dalį sudaro jaunos, dar neneršusios žuvis. Lietuvoje taip nutinka su menke – jaunų žuvų gaudymas labai sumažina žuvų neršimo mastą, taigi ir žvejybos galimybes ateityje.

Kai kurie žvejybos metodai yra ypač žalingi. Pavyzdžiui, traluojant pažeidžiamos dugno bendrijos bei jose gyvenantys organizmai. Dažnai traluojamos vietos tampa beveik dykynėmis. Žvejojant kitais metodais, mažiau veikiančiais aplinkines vandens bendrijas, pavyzdžiui, ūdomis (ilgomis virvėmis, prie kurių pririšti kabliukai su jauku), sugaunama kur kas mažiau priegaudos.

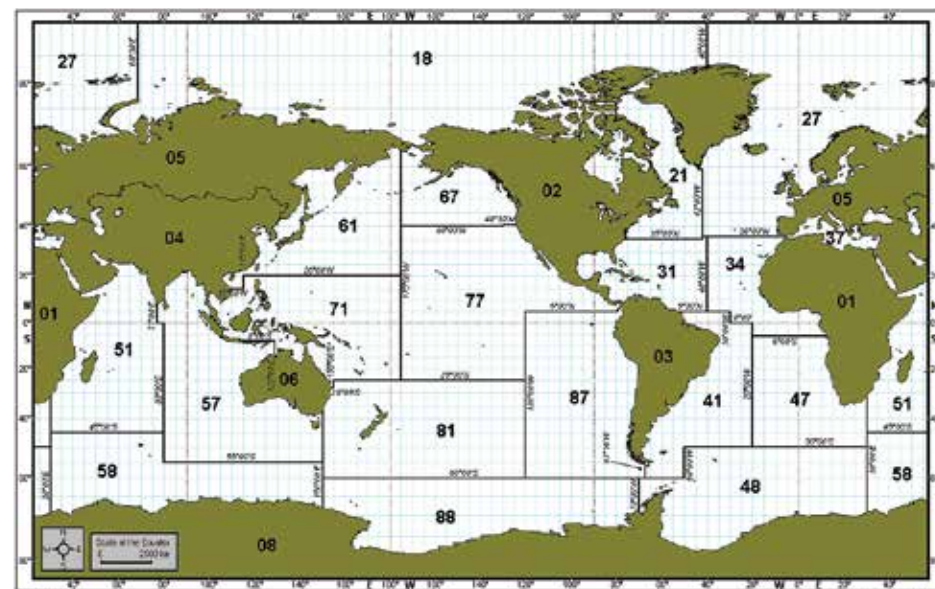
## Nelegali žvejyba

Nelegali, nedeklaruojama ir nereguluojama žvejyba yra įsišaknijusi problema ne tik Lietuvoje, bet ir beveik visoje Europoje bei daugelyje pasaulio vietų, nes dideliuose vandens plotuose yra sunku reguliuoti vykdomą veiklą ir susekti pažeidėjus. Manoma, kad apie 30 % sugaunamos žuvis pasaulyje yra sužvejojama nelegaliai. Dėl šios nelegalios veiklos bet kokie bandymai įtvirtinti tvarią žvejybą yra nesėkmingi. Kai nežinodami arba sąmoningai perkame nelegaliai sugautą žuvį, tiesiogiai prisidedame prie žuvų išteklių nykimo. Neatsakingai rinkdamiesi žuvį savo pietų stalui ne tik apgauname valstybę remdami nelegalią žvejybą, bet ir labai nuskriaudžiame save ir ateities kartas. Todėl renkantis žuvį ir kitas jūros gėrybes itin svarbu domėtis, kur ir koku būdu žuvis buvo sugauta.

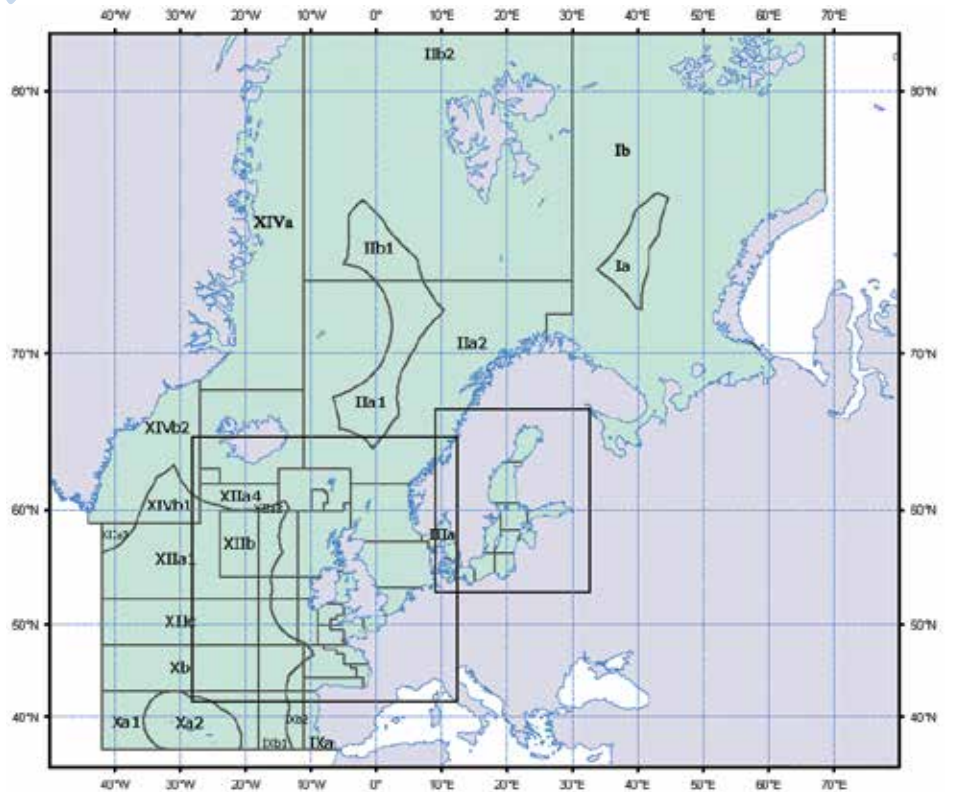
## Produkto informacija

Už parduodamos žuvis, jūros gėrybių ar jų produktų teisingą ženklimą yra atsakingas pardavėjas – jis privalo suteikti informaciją apie tai, kur žuvis buvo sugauta. Nuo 2002 m. visoje Europos Sąjungoje įsigaliojo reikalavimas ant žuvis ir jūros gėrybių produktų pakuočių nurodyti: a) žuvis rūšį, jos pavadinimą pateikiant ir moksliniu lotynišku terminu, ir įprastu vartotojui žinomu pavadinimu; b) informaciją apie žuvis sugavimo vietą – sugauta ežere, jūroje ar vandenyne, kurioje vandens telkinio vietoje; c) koku būdu žuvis auginta: tvenkinyje, kitokioje žuvis veisykloje ar ūkiuose. Deja, daugelis pardavėjų nesilaiko šio reikalavimo. Kviečiame visus domėtis ir prašyti pardavėjų pasakyti bei parodyti įrašus, kur žuvis buvo sugauta.

Žuvis produkto etiketėje turi būti nurodytas žvejybos rajonas. Gamintojas savo noru gali nurodyti abu rekvizitus, t. y. žvejybos rajono pavadinimą ir jo FAO kodą, tačiau dažniausiai nurodomas tik FAO kodas. Jį sudaro Jungtinių Tautų maisto ir žemės ūkio organizacijos angliško pavadinimo santrumpa „FAO“ ir žvejybos regiono numeris. Dažnai etiketėse galima rasti ir papildomą romėnišką skaitmenį, kuris nurodo tikslų sugautos žuvis parajonį. Tam, kad galėtumėte kritiškai įvertinti pardavėjų pateikiamą informaciją, visų pirma turite žinoti, kas už jos slypi. Šis vadovas suteiks Jums informacijos, kuria „ginkluoti“ gebėsite pasirinkti atsakingai, negrasindami retų rūšių išlikimui.

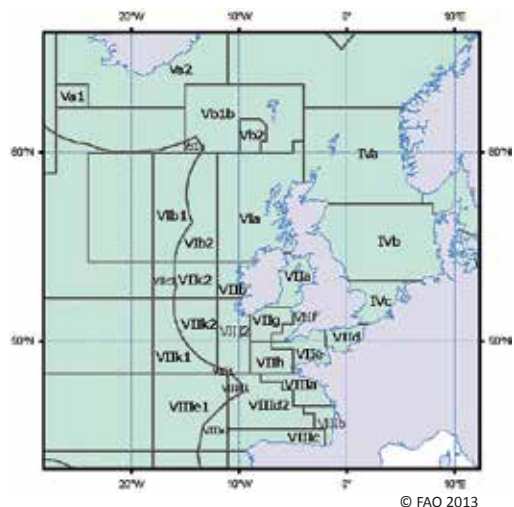


FAO pasaulio žuvininkystės regionai

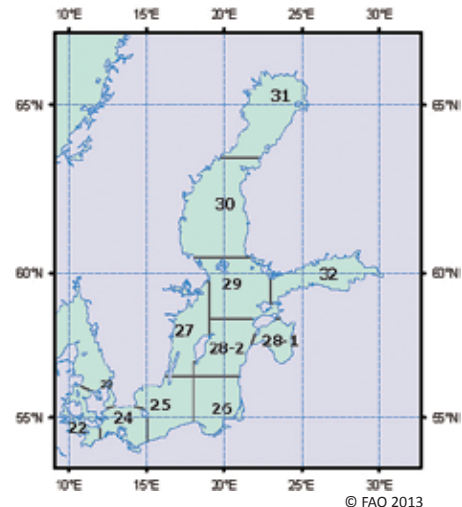


FAO 27 regionas — Šiaurės rytų Atlantas

© FAO 2013



Europos teritorinių vandenų suskirstymas



Žvejybos rajonai Baltijos jūroje

© FAO 2013

## Žalia, geltona ir raudona spalvos

Šiame vadove pateikiama informacija apie daugelį Lietuvoje parduodamų populiarių žuvų rūšių. Jos šiame leidinyje pažymėtos skirtingomis spalvomis: **žalia** reiškia „valgykite į sveikatą“, **geltona** – „atsargiai – pasidomėkite ir pagalvokite“, **raudona** – „nepirkite“. Rinkdamiesi žuvį pagal šio vadovo rekomendacijas, prisidėsite prie žuvų išteklių išsaugojimo bei skatinsite įstatymų paisančią bei išteklius tausojančią žvejybą, galėsite džiaugtis žuvies įvairove ir jūrose, ir ant stalo. Labai tikimės, kad po kelerių metų vis daugiau žuvų rūšių galėsime pažymėti žalia spalva.

## Bendri patarimai atsakingam vartotojui

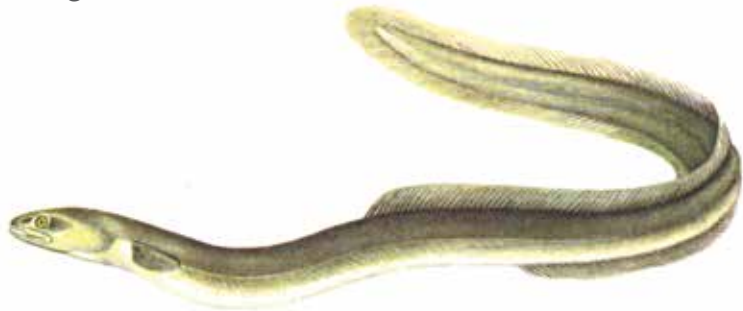
- Pasidomėkite, kur žuvis ar kitos jūros gėrybės buvo sugautos ar užaugintos.
- Nepirkite mažų žuvų. Labai svarbu leisti žuviai bent kartą išneršti prieš ją sugaunant. Jei perkate jauną, mažą žuvį, tikriausiai ji nebus dar nė karto išneršusi. Tad ieškokite žuvų, didesnių nei minimalus šiame vadove rekomenduojamas dydis.
- Pabandykite ką nors nauja. Pirkite įvairių žuvų ir taip leiskite atsikvėpti populiariausių ir labiausiai išnaudytų žuvų, pavyzdžiui tuno, populiacijoms.
- Venkite pirkti giliuose vandenyse gyvenančias žuvis. Jos auga lėtai, tad šių žuvų išteklių atsinaujinimas užtrunka ilgai, jos yra itin jautrios pergaudymui, o žvejyba menkai reguliuojama.
- Nepirkite žuvų, įtrauktų į nacionalines Raudonąsias knygas bei į IUCN (Pasaulinės gamtos apsaugos organizacijos) Tarptautinę raudonąją knygą.
- Rinkitės vietinių gausių rūšių žuvų. Taip paremsite vietos verslą, o ir žuvis bus šviežesnė ir kokybiškesnė.
- Klausinėkite pardavėjų. Net jei negausite atsakymų, Jūsų klausimai gali paskatinti žuvininkystės verslo atstovus domėtis žuvies kilme ir į parduotuves tiekti daugiau tų žuvų rūšių, kurių išlikimui negresia pavojus, o žvejyba vykdoma tvariais metodais.

## Ar žinojote, kad...

- Daugiau nei pusė Lietuvoje parduodamos žuvies yra importuojama.
- Žvejybos įmonių jūroje prarasta žvejybos įranga ir toliau „žvejoja“ – į ją įkliūva žuvis, jūros paukščiai, ruoniai. Įsipainioję į šiuos tinklus – vauduoklius žūsta daug jūros gyvūnų.
- Pasaulyje kasmet apie 7,3 milijono tonų „netyčinio“ laimikio – žuvies ir kitos jūros gyvūnijos – išmetama atgal į jūrą, taip siekiant išvengti baudų už ne laiku sugautą ar apskritai neleistiną laimikį.
- Iš maždaug ketvirtadalio pasaulyje sužvejojamos žuvies ir jūros gėrybių gaminami žuvies miltai ir žuvies aliejus, kurie daugiausia naudojami kaip gyvulių ir tvenkiniuose auginamų žuvų pašarai.

## UNGURYS

*Anguilla anguilla*



Ungurių gyvenimo ciklas yra gana neįprastas, deja, apie juos vis dar mažai žinoma. Gyvena labai ilgai, yra duomenų, jog kai kurie unguriai yra pasiekę 100 metų amžių.

Visi unguriai neršia Sargaso jūroje (skalaujančioje Karibų salas ir Šiaurės Amerikos rytinę pakrantę), o lervutės į Europą sugrįžta pasinaudodamos Golfo srove. Jos pasiekia Europą tik po 3 metų kelionės ir tuo metu jau yra vadinamos stikliniais unguriukais, nes jų kūnas būna visiškai permatomas. Patelės tuomet migruoja į vidaus vandenį, o patinėliai pasilieka jūrų priekrantėje arba upių žiotyse. Po 6–12 (ar daugiau) metų patinai pradeda migruoti atgal į Sargaso jūrą. Patelės subręsta ir palieka upes praėjus dar keleriems metams. Jos užauga didelės, dažnai būna daugiau nei 1 m ilgio, o patinai retai pasiekia 40 cm ilgį.

### PAPLITIMAS

Unguriai sutinkami Šiaurės Atlante, Baltijos bei Viduržemio jūrose, kur jie migruoja į upes ir upelius užaugti ir subręsti.

### GAUDYMO BŪDAI

Unguriai gaudomi venteriais (specialios konstrukcijos žuvų gaudyklėmis), ungurinė-

mis gaudyklėmis, ūdomis ir mėgėjiškos žūklės įrankiais. Daugelyje didesnių Lietuvos ežerų unguriai yra papildomai įveisiami. Paklausūs ir stikliniai unguriukai, kurie tiekiami ungurius auginantiems žuvininkystės ūkiams.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Unguriams iškilusi reali grėsmė išnykti. Kiekvienais metais stiklinių unguriukų, pasiekiančių Europos krantus, skaičius mažėja. Europinis unguorys yra įrašytas į IUCN Tarptautinę raudonąją knygą, o jam suteikta kategorija atitinka Lietuvos raudonosios knygos I kategoriją, kuriai priskiriami ties išnykimo riba atsidūrę gyvūnai.

### REKOMENDACIJA

Nepirkite nei laukinių, nei ūkiuose užaugintų ungurių, nes jie visi priklauso tai pačiai nykstančiai žuvų rūšiai. Pirkdami ungurį mes prisidedame prie tolimesnio jo nykimo.

## KARPIS

*Cyprinus carpio*



Karpis – tai išvesta sazano (laukinio karpio) forma, kuri mūsų krašte auginama nuo XVI – XVII a.

Lietuvoje visi turgavietėse ir parduotuvėse parduodami karpiai yra užauginti žuvininkystės ūkiuose. Dažniausiai auginama Lietuvoje išvesta Šilavoto karpio veislė, nes kitos veislės dėl nepalankaus klimato pas mus nesiveisia arba veisiasi labai sunkiai. Karpis yra dažniausiai žuvininkystės ūkiuose auginama žuvis – ir Lietuvoje, ir visame pasaulyje.

Pasaulyje kasmet užauginama apie 3 milijonai tonų karpų. Tiesa, daugelyje Europos šalių karpis maistui naudojamas nepelnytai retai, dažnai keičiamas kitų rūšių žuvimi.

### PAPLITIMAS

Laukinių karpų, arba sazanų, gyvenamas arealas yra pertrauktas. Europinis sazanas yra paplitęs pietiniuose Europos vandenyse ir Vidurinėje Azijoje (Juodąją, Kaspijos ir Aralo jūras maitinančiose upėse), o Amūro, arba azijinis sazanas, sutinkamas nuo Amūro upės iki Mianmaro.

### AUGINIMO BŪDAS

Karpiai auginami tvenkiniuose, vandens talpyklose ir privačiuose tvenkiniuose ar kūdrose. Tvenkiniai, kuriuose yra auginami karpiai, dažnai vaidina svarbų vaidmenį palaikant biologinę įvairovę, ypač jie svarbūs kai kurioms vandens paukščių rūšims. Manoma, kad visi Europoje auginami karpiai yra kilę iš Dunojaus upės, tačiau ten jų populiacijai šiuo metu yra iškilusi grėsmė.

### REKOMENDACIJA

Karpus pirkite drąsiai. Turgavietėse ir parduotuvėse rasite tik žuvininkystės ūkiuose užaugintų karpų. Auginant karpus tvenkiniuose galima efektyviai kontroliuoti visą auginimo procesą: išnaudojamas natūralus tvenkinių produktyvumas, taip pat papildomai karpiai šeriami javais.

## ERŠKETAI

Sibirinis eršketas (*Acipenser baerii*),  
rusinis eršketas (*Acipenser gueldenstaedtii*)



Sibirinis ir rusinis eršketai yra paskelbti nykstančiomis rūšimis ir įtraukti IUCN Tarptautinę raudonąją knygą ir saugomi pagal Nykstančių laukinės faunos ir floros rūšių tarptautinę prekybos konvenciją (CITES).

Lietuvoje yra auginami sibiriniai eršketai, kurių reprodukcijos ciklas yra vienas trumpiausių visoje šeimoje – vos 7–8 metai, kai kitų rūšių eršketai subręsta tik 15-siais gyvenimo metais. Šios žuvis gali būti auginamos tik gėlame vandenyje, priešingai nei kitos eršketų rūšys, kurios migruoja tarp jūros ir upių. Parduotuvėse galima rasti ir rusinių eršketų, kurie daugiausia importuojami iš Lenkijos. Eršketai gali būti parduodami gyvi, filė arba rūkyti. Tiesa, Europos gyventojai šios žuvies suvartoja dar gana nedaug. Eršketų auginimo ūkiai yra steigiami ir dėl ikryų gamybos verslo. Tai labai pelninga veikla, kuri ateityje dar sparčiau populiarės – neseniai buvo paskelbtas draudimas eksportuoti laukinių eršketų ikrus, siekiant apsaugoti šias žuvis nuo nykimo, kurį lemia pernelyg intensyvi žvejyba bei aplinkos tarša.

### AUGINIMAS

Eršketai daugiausia auginami uždaruose ūkiuose, retais atvejais ir tvenkiniuose.

Eršketai yra mėsėdžiai: jų pašaruose be augalinės kilmės sudedamųjų dalių būtini žuvų miltai ir aliejus.

#### REKOMENDACIJA

Iš tvenkinių, kuriuose auginami eršketai, į natūralius vandens telkinius gali patekti ligų sukėlėjai ir taip neigiamai paveikti aplinką.

#### REKOMENDACIJA

Drąsiai rinkitės ūkiuose užaugintus eršketus, nes iš uždarytų ūkių į aplinką patenka labai mažai medžiagų, todėl jų poveikis minimalus.

## MAŽAAKIS PANGASIJAS

*Pangasius hypophthalmus*



Oficialus šios žuvies pavadinimas yra mažaaakis pangasijas, tačiau parduotuvėse ir restoranuose ši žuvis dažnai parduodama ir patiekama kaip skorpionžuvė arba ryklinis šamukas.

Pangasijai yra tropinės gėlavandenės žuvis, kurias nesunku auginti ūkiuose. Jos yra kilusios iš Mekongo upės, o dabar auginamos daugelyje Azijos vietų. Didžioji dalis užaugintų pangasijų eksportuojama į Europą.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Mažaaakis pangasijas natūraliai sutinkamas Pietryčių Azijoje, Mekongo upės deltoje. Dėl nesudėtingo veisimo ir priežiūros šiuo metu yra auginamas daugelyje Azijos regionų. Teigiama, kad natūraliai gyvenančių pangasijų nėra daug.

### AUGINIMAS

Pangasijai tradiciškai auginami tvenkiniuose, tačiau populiarėja jų auginimas ir upėse panardintose varžose. Žuvisais ūkiai Azijoje silpnai kontroliuojami, dėl juose naudojamų cheminių medžiagų teršiamos upės ir aplinkinės teritorijos.

#### REKOMENDACIJA

Šiuo metu pangasijų ūkiuose vyksta spartūs pokyčiai. Dėl mažėjančios pangasijų paklausos išsivysčiusiose ir besivystančiose šalyse pangasijų ūkiai siekia mažinti neigiamą poveikį aplinkai bei sertifikuoti savo ūkių produkciją (ASC) sertifikatu. Rinkitės šį sertifikatą turinčius produktus.

#### REKOMENDACIJA

Šių žuvų auginimas tvenkiniuose kelia nemažai aplinkosaugos problemų: taršą organinėmis medžiagomis, ligų ir parazitų plitimą bei farmacijos ir chemijos pramonės priemonių poveikį aplinkinėms bendrijoms, todėl siūlome tokiuose ūkiuose užaugintos žuvies nesirinkti.



## TILAPIJA

*Oreochromis sp.*



Tilapijomis vadinama ne viena žuvų rūšis, o visa apie 100 rūšių žuvų grupė. Parduotuvėse dažniausiai siūloma nilinė tilapija (*Oreochromis niloticus*), auksinė tilapija (*O. aureus*), mozambikinė tilapija (*O. mossambicus*).

Tilapijos kilusios iš Afrikos, ūkiuose auginamos jau daugiau kaip 3000 metų. Tilapijos yra didelės, greitai augančios ir labai skanios žuvys. Jos kartu su karpiais ir lašišomis sudaro pirmąjį trejetuką pagal metinę produkciją pasaulyje. Jos gyvena gėlame arba apysūriame vandenyje ir yra visai saldės.

### AUGINIMAS

Tilapijos auginamos Afrikoje ir Azijos tolimuosiuose rytuose, siekiant patenkinti vietines bei smarkiai augančias užsienio rinkas. Tropinėmis sąlygomis šią rūšį auginti gana paprasta, o auginant atšiauresnėmis – vanduo turi būti šildomas, tam dažnai panaudojama ir gamyklų generuojama šiluma. Natūraliai gyvenančių tilapijų žvejyba šiuo metu nebepelninga, todėl jos dažniausiai auginamos smulkiuose žuvininkystės ūkiuose,

kur auginimo procese naudojamos farmacijos bei chemijos priemonės. Kad žuvų auginimo kaštai liktų maži, tilapijos ūkiuose veisiamos retai, reproduktoriai dažniausiai sugaunami natūraliuose vandens telkiniuose.

### REKOMENDACIJA

Drąsiai rinkitės ūkiuose su uždromis sistemomis užaugintas tilapijas, jų poveikis aplinkai yra labai nedidelis.

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti Pietryčių Azijoje (FAO 05) varžose ar tvenkiniuose užaugintas tilapijas, nes tokie auginimo būdai daro žalą vietinei gyvūnijai, didindami vandens taršą, pažeisdami buveines ir platindami ligas bei parazitus.

## LAŠIŠA

*Salmo salar*



Atlantinė lašiša gali užaugti iki 150 cm ilgio ir sverti 45 kg, bet daugiau kaip 20 kg sveriančios lašišos sugaunamos labai retai. Lašišos yra migruojančios žuvys.

Kiekvieną rudenį jos migruoja iš jūrų į upių aukštupius ir mažesnius intakus, kur ir neršia. Deja, tenkinant visuomenės poreikius, sunaikintos buveinės, todėl šiandien lašišų randama tik 7 į Baltijos jūrą įtekančiose upėse.

Lašišos gyvena Šiaurės Atlante, Baltijos jūroje, kai kuriuose Šiaurės Europos ežeruose ir daugelyje didelių ežerų Šiaurės Amerikos rytinėje dalyje.

Baltijos jūroje lašišų išteklių labai skurdūs, tačiau uždraudus žvejybą dreifuojančiais tinklaičiais kai kuriose vietose lašišų išteklių pamažu atsikuria.

Lašišų žvejyba dreifuojančiais tinklaičiais Baltijos jūroje buvo uždrausta nuo 2008 m. sausio 1 d. Nuo to laiko lašišų žvejyba statomais tinklais Baltijos jūroje persikėlė arčiau krantų.

### AUGINIMAS

Lašišos Europoje yra viena iš dažniausiai ūkiuose auginamų žuvų, daugiausia išauginama Skandinavijoje. Jos auginamos specialiose jūroje panardintose varžose.

### REKOMENDACIJA

Pirkite MSC ženklą sertifikuotas lašišas. Jos gaudomos tausojančiais metodais regionuose, kur šių žuvų išteklių gausūs.

### REKOMENDACIJA

Susimąstykite prieš pirkdami ūkiuose užaugintas lašišas, nes jų pašarui sunaudojama daug kitos rūšies žuvų. Dėl šios priežasties daug kur mažų ir menkaverčių žuvų išteklių taip pat yra pereinami.

### REKOMENDACIJA

Nepirkite lašišų, sugautų laisvėje, kur šių žuvų išteklių negausūs.

## KUPRĖ IR KETA

*Oncorhynchus gorbuscha* ir *Oncorhynchus keta*



Kuprė ir keta, kaip ir lašiša, yra žuvys „praeivės“, kurių gyvenimo ciklas trunka tik 2 metus.

Kuprė vidutiniškai užauga iki 45 cm, o keta – iki 55 cm. Upėse išsiritusios šių žuvų lervutės iškart keliauja į jūrą, ten subręsta ir atgal į upes grįžta po 1,5 metų.

### PAPLITIMAS

Abiejų rūšių arealai labai panašūs, jos paplitusios šiaurinėje Ramiojo vandenyno dalyje bei prie rytinių ir vakarinių krantų. Vakaruose – nuo Šiaurės Korėjos iki Lenos upės Rusijos Sibire. Rytinėje pusėje – nuo Makenzio upės Kanadoje iki Kalifornijos JAV.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Šiuo metu gamtoje augančioms kuprėms ir ketoms, kaip ir kitoms Ramiojo vandenyno lašišoms, klimato sąlygos yra palankios, o jų ištekliams nėra pavojaus.

Kuprė yra gausiausia iš Ramiajame vandenyne gyvenančių lašių.

### REKOMENDACIJA

Kuprių ir ketų žvejyba Aliaskoje (FAO 67) vertinama kaip tvari: daugelis žvejybos bendrovių turi MSC sertifikatą. Lietuvos perdirbėjai šiuo ženklu žymi tik eksportui skirtą produkciją.

### REKOMENDACIJA

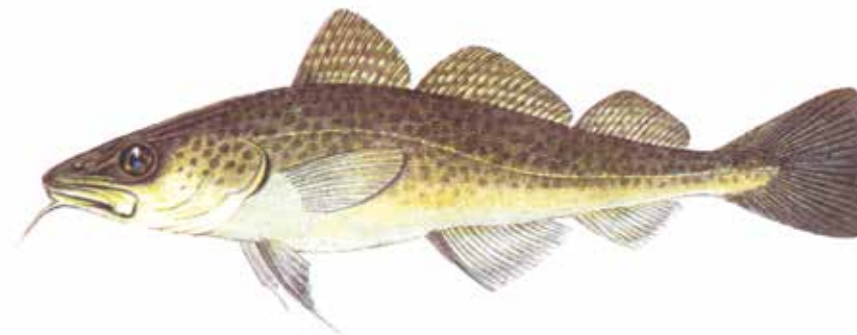
Kanadoje (FAO 67) šių lašišinių žuvų žvejyba labai intensyvi, tai turės ilgalaikį poveikį visai ekosistemai, todėl šiame regione sugautų žuvų siūloma atsisakyti.

### REKOMENDACIJA

Šiaurės vakarų Ramiajame vandenyne (FAO 61), Rusijos vandenyse sugautų kuprių ir ketų verčiau nesirinkti, kadangi apie jų žvejybą ir išteklius žinoma mažai, didelė žala kitoms rūšims dėl priegaudos.

## ATLANTO MENKĖ IR BALTIJOS MENKĖ

*Gadus morhua morhua* ir *Gadus morhua callarias*



Baltijos menkė yra Atlanto menkės porūšis, prisitaikęs prie ypatingų Baltijos jūros sąlygų.

Menkė yra viena svarbiausių komercinių žuvų rūšių Lietuvoje ir daugelyje Europos šalių. Menkės gaudomos Šiaurės rytų Atlante nuo Barenco jūros iki Prancūzijos vakarinės pakrantės, taip pat ir Baltijos jūroje. Nerštui subręsta pasiekusios 40–60 cm ilgi.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Baltijos jūroje, į rytus ir vakarus nuo Bornholmo salos, sutinkamos dvi menkių populiacijos, kurios neršia skirtingu metu. Rytų Baltijos menkių ištekliams nuo 2006 m. padidėjo triskart dėl įgyvendinamų išteklių valdymo planų, kurie subalansuoja esamus žuvies kiekius su žvejybos pajėgumais. Vakarų Baltijos menkių ištekliams šiuo metu yra vis dar ženkliai sumažėję, tačiau stabilūs. O Šiaurės jūroje menkių populiacijai yra iškilusi grėsmė. Barenco jūroje šiaurės rytinės dalies ištekliams neviršija saugių biologinių ribų, tačiau prie Norvegijos krantų menkės yra pergaudytos.

### REKOMENDACIJA

Rinkitės menkes, sugautas prie Lietuvos krantų ir likusioje Rytų Baltijos jūroje (FAO 27 III d pakv. 26, 28 29, 32). Taip pat drąsiai rinkitės Barenco ir Norvegijos jūrose (FAO 27 I ir II) sugautą ir MSC sertifikatą turinčią produkciją.

### REKOMENDACIJA

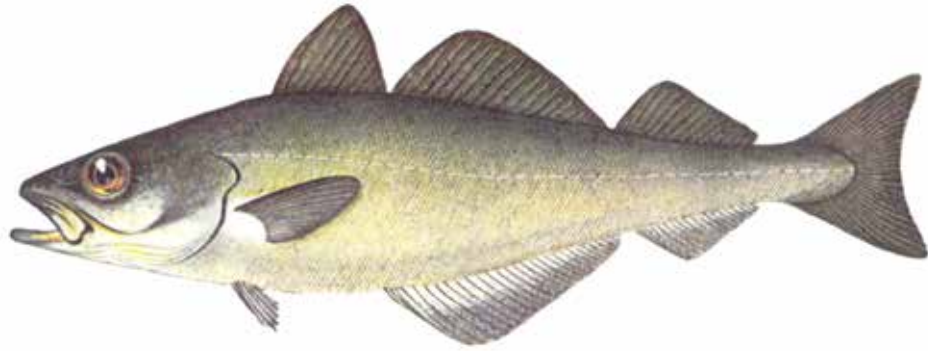
Gerai pasvarstykite prieš pirkdami Vakarų Baltijoje sugautas menkes (FAO 27 III d pakv. 24, 25, 27), kurių ištekliams dėl ilgai trukusio pergaudyto atsikuria žymiai lėčiau.

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti menkes, sugautas Šiaurės Atlante. Jų ištekliams yra išseiktoti, o šio regiono menkės yra įtrauktos į IUCN Tarptautinę raudonąją knygą. Venkite pirkti mažas žuvis, kurių ilgis mažesnis nei 40 cm ar filė išpjovos ilgis mažesnis nei 30 cm.

## LEDJŪRIO MENKĒ (AMERIKINIS POLAKAS)

*Pollachius virens*



Ledjūrio menkės gali užaugti iki 130 cm. Tai ilgaamžė žuvis gebanti išgyventi iki 25 ir daugiau metų.

Skirtingai nuo Atlanto menkių, ledjūrio menkės gyvena būriais paviršiniuose vandens sluoksniuose.

### PAPLITIMAS

Gausiausi ledjūrio menkių, taip pat kaip ir juodadėmių, ištekliai yra Šiaurės, Barenco jūrose ir aplink Islandiją. Jos sutinkamos ir Vakarų Atlante nuo Hudsono sąsiaurio iki Šiaurės Karolinos valstijos (JAV).

### GAUDYMO BŪDAI

Ledjūrio menkės žvejojamos gaubiamaisiais tinklais, tralais (dugniniais ir pelagininiais), ūdomis, o taip pat dideli kiekiai gali būti sugaunami velkiaužant (gaudant dirbtiniu masalu).

### REKOMENDACIJA

Pirkite tik prie Islandijos (FAO 27 V) krantų tinklais ir ūdomis sugautą žuvį, kuri yra ne mažesnė nei 40 cm ilgio, arba filė ne mažesnė nei 30 cm ilgio, nes tokios žuvys jau veikiausiai bus spėjusios bent kartą išneršti.

### REKOMENDACIJA

Manoma, kad likusioje Atlanto vandenyno dalyje ledjūrio menkių išteklių padėtis taip pat yra gera, tačiau žvejyba traukiamaisiais dugniniais tinklais žaloja ekosistemą. Vietoje šios menkės patariame rinktis vietinę Baltijos menkę.

### REKOMENDACIJA

Nepirkite ledjūrio menkės, traukiamaisiais tinklais sugautos Farerų ir Islandijos vandenynse (FAO 27 I, II ir Vb), čia jų ištekliai valdomi netinkamai.

## ALIASKINĖ RUDAGALVĖ MENKĒ

*Theragra chalcogramma*



Menkių šeimos žuvis, kuri veisiasi sekliuose vandenyse iki 200 m gylio. Dienos metu jai būdinga migracija tarp priedugnio ir paviršinių vandens sluoksnių, kur gausu smulkesnių žuvų ir bestuburių.

Tai palyginti greitai auganti žuvis, natūraliai gebanti išgyventi iki 17 m. amžiaus. Aliaskinė rudagalvė menkė yra viena svarbiausių pasaulio komercinių žuvų. Daugiausia jų sugauna Japonija, Korėja, JAV ir Rusija. Šios žuvys gaudomos tralais. Aliaskinių rudagalvių menkių patelės dažnai gaudomos neršto metu dėl jų ikry. Mėsa naudojama žuvies piršteliams, filė ir greito maisto bei krabų lazdelių gamybai.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĒ

Šios menkės paplitusios ir žvejojamos Šiaurės Ramiajame vandenyne, nuo Šiaurės Amerikos vakarinės pakrantės iki Kamčiatkos ir Japonijos.

Tik Ramiojo vandenyno šiaurėje rudagalvių menkių ištekliai yra stabilūs –

dalis čia menkes gaudančių įmonių turi MSC sertifikatą.

### REKOMENDACIJA

Rinkitės Šiaurės Ramiajame vandenyne (FAO 67) sugautą aliaskinę rudagalvę menkę, geriausiai MSC sertifikuotus žuvies produktus.

### REKOMENDACIJA

Patariame nesirinkti Ramiojo vandenyno šiaurės vakarinėje dalyje (FAO 61): Ochotsko jūroje ir Beringo jūros šiaurėje sugautų žuvų. Ten šių žuvų išteklių valdymas negalimas dėl duomenų trūkumo, todėl jie gali būti pereikvoti.

## SILKĖ IR STRIMELĖ (BALTIJOS SILKĖ)

*Clupea harengus harengus* ir *Clupea harengus membras*



Skirtingose vietose silkių augimo greitis, migracijos pobūdis ir neršto laikas skiriasi. Silkė yra viena populiariausių žuvų Lietuvoje ir Skandinavijos šalyse. Didelė dalis silkių laimikio sunaudojama žuvų miltų, pašarų ar žuvų taukų gamybai.

### PAPLITIMAS

Svarbiausi silkių išteklių yra Norvegijos, Islandijos vandenyse, Šiaurės ir Baltijos jūrose.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Šiaurės jūroje ir Šiaurės Atlante silkių išteklių yra gana gausūs. Pergaudytos silkės yra tik prie Škotijos ir Airijos krantų. Tuo tarpu strimelių (Baltijos silkių)

centrinėje Baltijoje, Botnijos ir Suomijos įlankose šiuo metu mažėja.

### REKOMENDACIJA

Silkę pirkite drąsiai. Geriausia vartoti pačią žuvį, o ne naudoti ją naminių gyvulių pašarų gamybai.

### AR ŽINOTE, KAD...

Norvegijos silkių išteklių praėjusio amžiaus septintajame ir aštuntajame dešimtmėčiuose buvo itin smarkiai pergaudyti jų pavasarinio neršto metu, kai žuvys migruodavo į fiordus. Silkių

žvejyba tose teritorijose buvo žlugusi. Prireikė daugiau kaip 20 metų, kol išteklių atsikūrė. Šiaurės jūroje silkės taip pat buvo pergaudytos ir 1977 metais jų žvejyba buvo uždrausta. Išteklių atsikūrimas truko 10 metų.

## BALTIJOS ŠPROTAS, BRETILINGIS

*Sprattus sprattus balticus*



Subrendęs šprotas gana panašus į silkę ar strimelę, tik šiek tiek mažesnis. Baltijos šprotų populiacija nesimaišo su Šiaurės jūros ar Skagerako, Kategato šprotais. Kaip ir silkių, šprotų išteklių dydis gali labai svyruoti.

Baltijos šprotas savo skoniu ir mažesniu riebalų kiekiu skiriasi nuo kitų sugaunamų šprotų rūšių. Šios savybės nulemia jų panaudojimą. Šprotai Baltijos jūroje gaudomi labai intensyviai, tačiau tik kelios Baltijos jūros valstybės, t. y. Lietuva, Latvija, Estija bei Švedija, šią žuvį vartoja maistui. Dauguma sugautų šprotų sunaudojama gaminant žuvų aliejų ir žuvų pašarus.

Baltijos pakrantėje šprotų žvejyboje naudojama šviesa. Jei šviesa naudojama vietovėse, kur gylis nesiekia 50 m, ji pritraukia daug kitų rūšių žuvų ir yra didelės priegaudos priežastis.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Šprotų išteklių Baltijos jūroje yra gana dideli, o paskutiniiais dešimtmečiais dėl mažėjančios menkių populiacijos jų net daugėjo.

### PAPLITIMAS

Šprotas Baltijos jūroje yra gana dažna žuvis, sutinkama iki pat Alandų salų. Kartkartėmis pasirodo ir Botnijos įlankoje. Bretlingį taip pat galima sutikti Viduržemio ir Juodojoje jūroje.

### ŽVEJYBOS BŪDAI

Vakarų pakrantėje šprotai gaudomi tralais arba gaubiamaisiais tinklais, Lietuvos vandenyse – pelaginiaisiais tralais. Vakariniėje

### REKOMENDACIJA

Valgykite šprotus nedvejodami, jie nuo seno yra tapę tradiciniu mūsų stalo atributu. Kadangi jie taip pat naudojami gaminant žuvų pašarus, rinkdamiesi šprotus prisidedame prie racionalių išteklių panaudojimo.

## SKUMBRĖ

*Scomber scombrus*



Skumbrės – greitos ir ištvermingos plaukikės. Jos plaukioja netoli vandens paviršiaus, gaudydamos zooplanktoną ir mažas žuvis, pavyzdžiui, šprotus ir silkes.

Ieškodamos maisto skumbrės plaukioja ja guotais. Visas guotas plaukioja sinchroniškai – žuvis plaukia vienodu greičiu ir tuo pat metu keičia kryptį. Kadangi skumbrės neturi plaukiojamosios pūslės, jos gali staugiai panerti gilyn arba kilti aukštyn. Žiemą gyvena prie dugno, 150–250 m gylyje. Skumbrės subręsta būdamos 3–4 metų, kai pasiekia apie 30 cm ilgį.

### PAPLITIMAS

Paplitusios visoje Šiaurės jūroje iki Viduržemio jūros bei pietinės Juodosios jūros dalies, taip pat aplink Islandiją ir prie Niufaundlando krantų. Vasaros laikotarpiu kartais pasiekia net Lietuvos krantus.

### ŽVEJYBOS BŪDAI

Šiaurės rytų Atlante skumbrių žvejyba selektyvia įranga ilgai buvo vertinama

kaip tvari, tačiau sukurto ilgalaikio išteklių valdymo plano nesilaikoma, o skumbrių pagaunama daugiau nei leidžiama nustatytomis kvotomis.

### REKOMENDACIJA

Skumbrės Šiaurės rytų Atlante (FAO 27 ir 21) šiuo metu gaudomos nesilaikant tarptautinių įsipareigojimų, todėl kyla grėsmė, kad jų ištekliai bus pereikvoti.

### REKOMENDACIJA

Stenkitės nesirinkti skumbrės, sugautos Viduržemio jūroje (FAO 37), nes ten jų žvejyba nekontroliuojama, o laimikis kasmet labai skiriasi – tai byloja apie pernelyg intensyvią žvejybą.

## TUNAS IR JAM GIMINGOS RŪŠYS

*Thunnus sp.*



Tunas – viena populiariausių žuvų mūsų parduotuvėse. Šios rūšies žuvis gyvena nemažais guotais, nuo 50 iki 1000 žuvų viename.

Tunai – greiti ir ištvermingi plaukikai, todėl labai daug laiko praleidžia ieškodami mažesnių žuvų ir kalmarų būrių. Didžiausi užauga paprastieji tunai (*T. thynnus*), didžiausias sugautas svėrė 700 kg ir buvo 5 m ilgio. Deja, šiandien tokie milžinai – retenybė.

### PAPLITIMAS

Įvairios tunų rūšys yra paplitusios Atlanto vandenynė, Viduržemio jūroje, taip pat Indijos ir Ramiajame vandenynuose.

### ŽVEJYBOS BŪDAI

Tunai gaudomi gaubiamaisiais ir dreifuojančiais tinklais, ūdomis ir specialiai jų žūklei pritaikytomis meškerėmis.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Paprastasis tunas vis dar intensyviai žvejojamas, nors jo ištekliai jau senokai pergaudyti kaip ir kitų didelių tunų rūšys.

### REKOMENDACIJA

Pirkite tik MSC ženklų pažymėtą tuną.

### REKOMENDACIJA

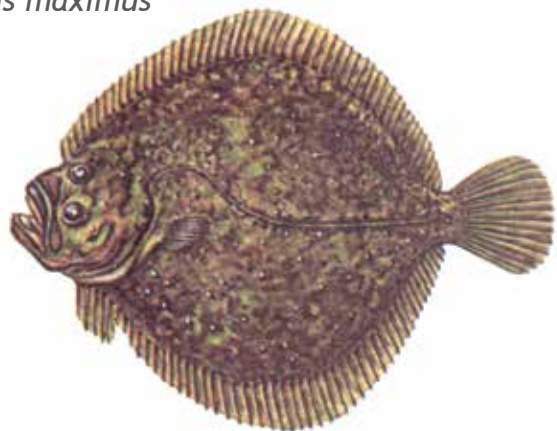
Jei jau perkate tuną, stenkitės rinktis dryžąjį (*Katsuwonus pelamis*), sugautą Indijos vandenynė (FAO 57) ar Ramiojo vandenyno rytuose (FAO 77, 81, 87). Šių tunų išteklių būklė yra kiek geresnė, o priegauda priklauso nuo žvejybos metodo.

### REKOMENDACIJA

Nepirkite paprastojo tuno, (FAO 37), arba jam giminingų rūšių: gelsvauodegių ir didžiausių tunų, taip pat durklažuvių (*Xiphias gladius*) ir marlinų (*Istiompax indica*, *Makaira nigricans*), šios žuvis žvejojamos pernelyg intensyviai arba net legaliai ir joms gresia išnykimas.

## OTAS

*Scophthalmus maximus*



Otai gyvena prie dugno ant smėlio ir žvirgždo, 20–70 m gylyje. Subrendęs otas gali būti 1 m ilgio ir sverti 25 kg.

Otų niekur neaptinkama gausiai, tačiau tai labai vertinama žuvis, dažnai gaudoma neršto metu. Minimalus leidžiamų sugauti otų ilgis turi būti bent 30 cm. Patinai retai užauga tokio ilgio, todėl 9 iš 10 sugautų otų – patelės. Neršiančius otus Lietuvoje draudžiama gaudyti nuo 2005 metų.

Otai dažniausiai gaudomi tinklais, dažnai sugaunami kaip priegauda žvejojant tralais, taip pat auginami ūkiuose, ypač Ispanijoje.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Otų Šiaurės jūroje ir Vakariniuose Europos vandenyse (FAO 27 IV, Vb, VI, VII VIII, IX ir X) yra sumažėję dėl per intensyvios žvejybos ir neefektyvaus išteklių valdymo.

Būklė Baltijoje kiek geresnė – kai kuriuose regionuose otų ištekliai iš lėto atsikuria. Lietuvos priekrantėje didelių otų nebesugaunama, čia vyrauja 30–35 cm ilgio žuvis.

### REKOMENDACIJA

Rinkitės žuvininkystės ūkiuose Europoje užaugintą otą.

### REKOMENDACIJA

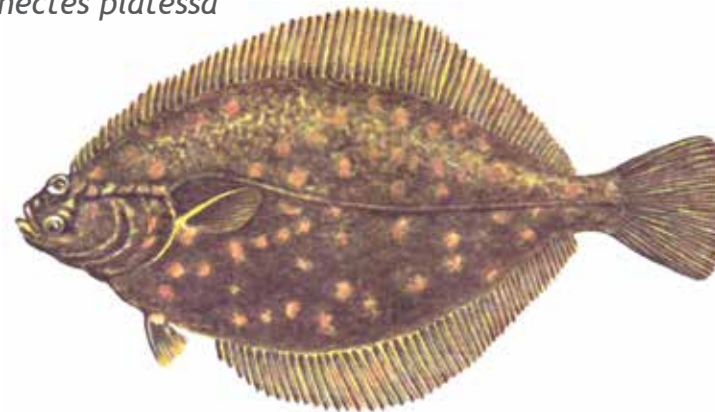
Lietuvos priekrantėje sugautais otais patariame mėgautis rečiau – šių žuvų ištekliai praeityje buvo pereikvoti. Šiaurės jūroje ir vakariniuose Europos vandenyse (FAO 27 IV, Vb, VI, VII VIII, IX ir X) otų taip pat yra sumažėję dėl per intensyvios žvejybos ir neefektyvaus išteklių valdymo.

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti Šiaurės jūroje ir vakariniuose Europos vandenyse (FAO 27 IV, Vb, VI, VII VIII, IX ir X) traukiamaisiais dugniniais tinklais sugautas žuvis. Šis žvejybos būdas itin kenkia dugno gyvūnijai.

## JŪRINĖ PLEKŠNĖ

*Pleuronectes platessa*



Plekšnė yra tipinė pakrantės žuvis, gyvenanti ant smėlingo ir molingo dugno, nuo pakrantės iki 200 m gylio.

Plekšnės dažniausiai minta moliuskais, vėžiagyviais ir daugiašerėmis kirmėlėmis. Aktyvios jos būna naktį ir anksti ryte, o likusią dienos dalį praleidžia įsirausios į smėlį. Jūrinės plekšnės gali išgyventi iki 50 m., tačiau dauguma jų yra sugaunamos daug anksčiau. Dėl eutrofikacijos ir taršos IX–X dešimtmečiais smarkiai sumažėjo plekšnėms tinkamų buveinių.

### PAPLITIMAS

Jūrinės plekšnės aptinkamos Skagerako ir Kategato sąsiauriuose bei Baltijos jūroje iki Gotlando salos, taip pat aplink Islandiją ir ties vakarine Europos pakrante. Svarbiausios nerštavietės – prie Olandijos ir Belgijos krantų.

Šiaurės jūroje jūrinių plekšnių ištekliai pamažu atsikuria, Baltijoje – juos lemia migracija pro Danų sąsiaurius (Zundo,

Didįjį ir Mažąjį Beltų sąsiaurius). Lietuvių žvejai šios žuvies sugauna labai nedaug.

### REKOMENDACIJA

Pirkite tik Šiaurės jūroje (FAO 27 IV) statomaisiais ir gaubiamaisiais tinklais sugautas plekšnes.

### REKOMENDACIJA

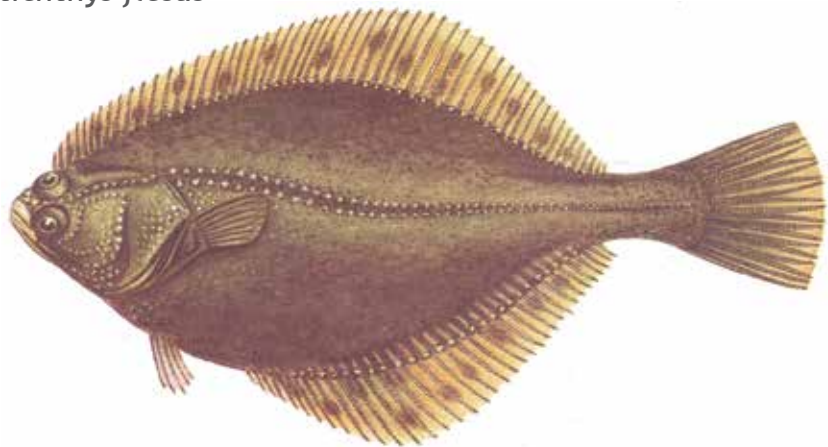
Nepirkite mažesnių nei 30 cm ilgio žuvų – veikiausiai jos sugautos dar nespėjusios išneršti. Specializuota plekšnių žvejybos įranga veikia ekosistemas, kenksmingiausia – žvejyba dugniniais tralais.

### REKOMENDACIJA

Venkite plekšnių, sugautų Šiaurės jūroje (FAO 27 IV) – ten jos gaudomos dugniniais tralais, o ištekliai eksploatuojami pernelyg intensyviai.

## UPINĖ PLEKŠNĖ

*Platichthys flesus*



Plekšnės dažnai aptinkamos tarpiniuose apysūriuose vandenyse. Upinės plekšnės gyvena pakrantėse: nuo kranto iki 100 m gylio, ant smėlėto ir dumblėto dugno.

Šios žuvis yra aktyvios naktį, o dieną įsikasa į dugną. Minta smulkiais vėžiagyviais, moliuskais, žieduotomis kirmėlėmis. Žiemą upinės plekšnės beveik visai nustoja maitintis ir migruoja į gilesnius ir sūresnius vandenius.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Upinės plekšnės aptinkamos aplink Europos krantus iki pat Barenco ir Baltosios jūrų. Jų yra ir Baltijos jūroje, ypač dažnos ties upių žiotimis.

Lietuvoje jos telkiasi jūros priekrantėje, Kuršių marių šiaurinėje dalyje, upių, įtekančių į marias ir jūrą, deltose. Santykinai didelis Lietuvos vandenyse sugautų upinių plekšnių vidutinis amžius leidžia manyti, kad šios žuvis čia nėra pergaudytos.

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti mažesnes nei 21 cm ilgio plekšnes. Plekšnės dažniausiai pagamos kaip priegauda menkių žvejybos metu, šioms žuvims netaikoma jokia išteklių valdymo sistema.

### REKOMENDACIJA

Šiaurės jūroje ir Skagerako, Kategorijoje sąsiauriuose (FAO 27 IIIa ir IV) šios plekšnės gaudomos tralais. Tralais dažnai pagunama ir daug kitų neverslininių žuvų, kurios yra išmetamos per bortą, o pats gaudymo būdas kenkia jūros dugnui ir dugno bendrijoms.

## PALTUSAS IR JUODASIS PALTUSAS

*Hippoglossus hippoglossus, Reinhardtius hippoglossoides*



Paltusas – itin plėšri žuvis, mintanti menkėmis ir kitomis žuvimis. Paltusai savo dydžiu išsiskiria iš visų plekšninių žuvų – gali užaugti iki 3–4 m ilgio ir sverti 300 kg.

Paltusai sutinkami ties Norvegijos, Škotijos, Airijos, Grendlandijos, Niufaundlo krantais ir Barenco jūroje. Taip pat auginami ūkiuose Norvegijoje ir Ispanijoje.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Paltusai yra smarkiai pergaudyti. Dėl lėto augimo ir vėlyvos brandos jie ypač jautrūs intensyviai žvejybai. Daugumai paltusų populiacijų yra iškilusi grėsmė išnykti. Mūsų parduotuvėse dažniausias – juodasis paltusas. ES įstatymai užtikrina Jums galimybę etiketėje rasti informaciją apie žuvies kilmę. Remdamiesi šia informacija galite išvengti laisvėje sugautų

### REKOMENDACIJA

Iš visų paltusų geriausia rinktis sistemose su pratekančiu vandeniu užaugintą Atlantinį paltusą.

žuvų – natūraliai paltusų populiacijai gresia išnykimas.

### REKOMENDACIJA

Ties vakariniais Grenlandijos krantais (FAO 21) ar Šiaurės rytų Arktyje ir Norvegijos jūroje (FAO 27 I, II) sugautas juodasis paltusas taip pat nėra geras pasirinkimas, nes tenykščiai paltusų išteklių kenčia nuo per intensyvios žvejybos, o kai kur jų žvejyba net uždrausta.

### REKOMENDACIJA

Nepirkite laisvėje sugauto Atlantinio paltuso – šiai rūšiai gresia išnykimas. Taip pat nesirinkite juodojo paltuso, sugauto kituose Šiaurės vakarų Atlanto regionuose (FAO 21), Rytų Grenlandijos, Islandijos ar Farerų salų vandenyse (FAO 27 V, VI, XII, ir XIV), bei Beringo jūroje ar Aleutų salų regione (FAO 67).

## JŪROS LYDEKA

*Merluccius genticus*



Jūros lydekos yra giminingos menkėms. Tai dugninės žuvis, gyvenančios 50–1000 m gylyje. Jos užauga truputį ilgesnės negu 1 m ir gali sverti apie 15 kg.

Po bendru jūros lydekos pavadinimu slepiasi šios rūšys: europinė paprastoji jūrinė lydeka (*Merluccius merluccius*), argentininė jūrinė lydeka (*Merluccius hubbsi*), ilgoji jūrinė lydeka (*Merluccius productus*). Šios žuvis dažnai yra naudojamos gaminant žuvies pirštelių ar krabų lazdeles.

### PAPLITIMAS

Jūros lydekos paplitusios Šiaurės bei Pietų Atlante. Jūros lydekos, priklausomai nuo rūšies, randamos kontinentinio šelfo ir jo šlaitų zonose Šiaurės ir Pietų Atlante bei Ramiajame vandenyne.

### ŽVEJYBOS BŪDAI

Gaudomos dugniniais traukiamaisiais tinklais bei ūdomis (ilgomis virvėmis, prie kurių pririšti kabliukai su jauku).

### REKOMENDACIJA

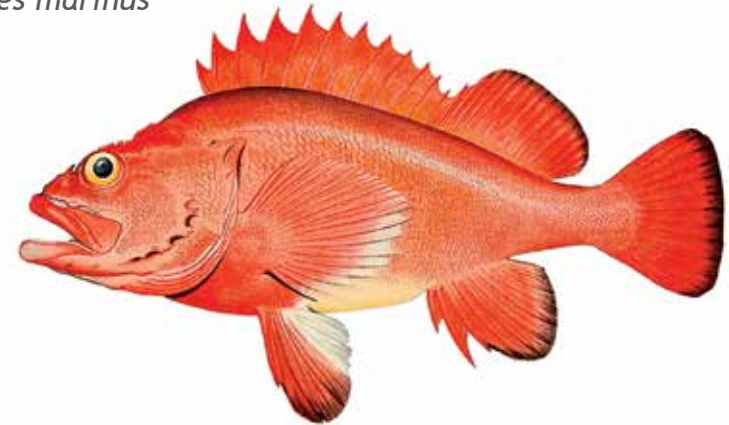
Nepirkite dažnai paprastosios jūros lydekos (*M. merluccius*), sugautos Šiaurės rytų Atlanto vandenyne (FAO 27) ir afrikinių giliavandenių lydeku, sugautų Pietryčių Atlante (FAO 47), Namibijos vandenyse – ten jų išteklių buvo pereikvoti, o šiuo metu lėtai atsistato.

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti visas kitas jūros lydekas – jų išteklių naudojami per intensyviai, žvejojant tralais daug prieгаudos išmetama atgal į jūrą ir žūsta.

## JŪROS EŠERYS

*Sebastes marinus*



Tai giliose vandenyse gyvenančios žuvis, sutinkamos iki 1000 m gylyje, kur dažnai plaukioja dideliais guotais.

Jūros ešerius galima atpažinti iš raudonos spalvos, taip pat išsiskiria didelės akys ir į priekį išsišovusi apatinė žiočių dalis. Jie panašūs į gėlavandenių ešerius, bet priklauso kitam – skorpionžuvų būriui. Jūros ešerius gali užaugti iki metro ilgio ir sverti iki 15 kg. Ši žuvis subręsta tik 10–12 gyvenimo metais, kai užauga iki 30–40 cm ilgio.

### PAPLITIMAS

Gyvena daugiausiai Šiaurės Atlante nuo Špicbergeno salos iki Šiaurės Amerikos pakrantės. Taip pat sugaunama Skagerako sąsiauryje, ties Švedijos krantais.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Jūros ešeriai žvejojami traluojuojant priedugninius sluoksnius, taip pat sugaunami kaip prieгаuda tralais gaudant kitų rūšių žuvis.

Ši žuvis dar neįrašyta į saugomų rūšių sąrašus, tačiau intensyvėjanti žvejyba giliose vandenyse gali dar labiau paveikti pereikvotus jų išteklius.

### REKOMENDACIJA

Stenkitės savo stalui rinktis kitą žuvį, nes jūrinių ešerių išteklių pagrindinėse žvejybos vietovėse (Šiaurės Rytų Atlante (FAO 27 V, VI, XII, XIV) atsistato lėtai – žuvis ilgai auga ir lėtai bręsta.

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti Šiaurės Atlante (FAO 21 ir 27), Grenlandijos ir Islandijos vandenyse sugautus jūrinius ešerius – ten jų išteklių pereikvoti, o valdymas neefektyvus.



## JŪRŲ VELNIAS

*Lophius piscatorius*



Tai lėta ir vangiai judanti dugninė žuvis, plaukiojanti 20–1000 m gylyje. Visiškai užaugusi gali pasiekti 2 m ilgį.

Pirmieji trys nugarinio peleko spinduliai su odos skiaute viršuje yra virtę savotiška „meškere“, kurią virpindamas virš savo didžiulės burnos jūrų velnias vilioja grobį: žuvis, vėžiagyvius ir kitus didesnius jūrinius gyvūnus. Retkarčiais jūrų velnio skrandyje randama net paukščių. Ši žuvis dėl tokios medžioklės strategijos daugelyje kalbų vadinama „žuvimi meškerioja“.

### PAPLITIMAS

Jūrų velnias paplitęs visose Atlanto vandenyno pakrantėse, Viduržemio ir Juodojoje jūroje. Taip pat Baltijos jūros pietvakarinėje dalyje, Skagerako, Kategato ir Orezundo sąsiauriuose. Jūrų velniai dažniausiai sugaunami kaip priegauda tralais gaudant žuvis ir krevetes, tačiau pastaruoju metu jūrų velnius imta tikslingai žvejoti.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĖ

Kol kas žinios apie jūros velnių išteklius ir geografinį jų paplitimą yra ribotos. Dėl plačios kūno formos dažnai sužvejojami pernelyg jauni, lytiškai subręsti dar nespėję jūrų velniai.

Gaudant jūrų velnius dažnai sugaunama retų rūšių ryklių, kurie įrašyti į IUCN Tarptautinę raudonąją knygą.

### REKOMENDACIJA

Jūrų velniai auga lėtai, o lytinę brandą pasiekia gana vėlai, todėl yra ypač jautrūs žvejybos poveikiui. Derėtų atsakyti pirkti šią žuvį, o vietoje jos rinktis gerai pažįstamas žuvis, kurių ištekliai yra gerokai gausesni.

## PAPRASTASIS VILKEŠERIS

*Dicentrarchus labrax*



Vilkešeriai užauga iki 1 m ilgio ir 15 kg svorio. Gyvena pakrantėse ir upių žiotyse, kuriose yra daug mikroorganizmų.

Žuvims įplaukus į lagūnas ir įrengtas talpyklas, užtviriamas kelias, kad jos negalėtų išplaukti. Taip uždaryti paprastieji vilkešeriai maitinasi natūraliai, kol juos sužvejoja. Tačiau toks vilkešerių auginimas turi ir trūkumų: besimaitindamos žuvis ištuština visą lagūnos ekosistemą, todėl talpyklas tenka pripildyti vietinių žvejų sugautu mailiumi. Pastaruoju metu vilkešerius imta intensyviai auginti jūroje panardintose varžose.

### PAPLITIMAS

Paplitę rytinėje Atlanto pakrantėje nuo Maroko iki Norvegijos, taip pat sugaunami Viduržemio bei Juodojoje jūrose. Baltijos jūroje vilkešeris – retas svečias. 2009 m. ties Lietuvos krantais buvo sugauta pirma ir kol kas vienintelė žuvis.

Natūralių išteklių būklė nežinoma.

### REKOMENDACIJA

Jei renkatės vilkešerius, ieškokite tinklais ir ūdomis sugautų Šiaurės rytų Atlante (FAO 27) ir Viduržemio jūroje (FAO 34).

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti kitais būdais Viduržemio jūroje, Šiaurės rytų ir centrinėje Rytų Atlanto dalyje (FAO 34, 27 ir 37) sugautus vilkešerius, nes dauguma atskirų populiacijų yra pergaudyta, taip pat tralais pagausa daug kitų gyvūnų, pavyzdžiui, delfinų. Viduržemio jūroje auginama žuvis nėra alternatyva, nes vilkešeris yra plėšri žuvis, jam reikia daug baltymingo, iš kitų žuvų gaminamo, pašaro. Auginant varžose kyla nemažai problemų: eutrofikacija, vandenyje ištirpusio deguonies sumažėjimas bei tarša farmacijos produktais.

## AUKSASPALVIS SPARAS (DORADA)

*Sparus auratus*



Ši žuvis taip vadinama dėl švytinčios galvos spalvos. Sparas yra viena pagrindinių Europos ūkiuose auginamų žuvų rūšių.

Jau nuo seno sparai ekstensyviais metodais buvo auginami pakrančių lagūnose ir sūraus vandens tvenkiniuose Italijoje ir Pietų Ispanijoje. Nuo devintojo dešimtmečio pradėtos taikyti intensyvios auginimo technologijos. Pagrindinė sparų prekybos rinka yra Pietų Europoje, tačiau vis labiau skverbiasi ir į šiaurę. Paprastai sparai prekybai tinkamą dydį (400–600 g), pasiekia per pusantų metų. Kiek neįprastas sparų numarinimas: žuvis sudedamos į ledinio vandens pripildytas talpyklas, kur jos patiria temperatūrinį smūgį. Taip sutrumpinamas jų kančios laikas ir žuvis iš karto atšaldomos. Pagrindinės sparų eksportuotojos pasaulyje – Graikija, Italija, Turkija.

### PAPLITIMAS

Auksaspalviai sparai paplitę visoje Viduržemio jūroje, dar jų sužvejojama Šiaurės Atlanto rytinėje pakrantėje.

### AUGINIMAS

Viduržemio ir Kanarų salų regionuose sparai auginami jūroje panardintose varžose.

### REKOMENDACIJA

Nerekomenduojama pirkti Šiaurės rytų Atlante ar Viduržemio jūroje (FAO 27 ir 37) sugautų sparų, jų žvejybos metu sugaunama daug ne tokios vertingos žuvies, kuri negyva per bortą išmetama atgal į jūrą. Nesirinkite varžose auginamos žuvies – tai kenkia vietinėms ekosistemoms.

## EUROPINĖ SARDINĖ

*Sardina pilchardus*



Sardinės – pelaginės (gyvenančios vandens storumėje) žuvis, priklausančios tai pačiai šeimai kaip ir silkės.

Tai nedidelė žuvis, kuri gali pasiekti apie 25 cm ilgį ir išgyventi net iki 15 metų. Sardinės galima sutikti įvairiuose vandens sluoksniuose, bet dažniausiai paviršiniuose – iki 100 m gylio, kur maitinasi zooplanktonu. Maistui sardinės naudojamos dažnai, ypač Viduržemio jūros regionuose, kur jos ruošiamos įvairiais būdais, pavyzdžiui, skrudinamos, sūdomos, rūkomos ar konservuojamos. Sardinė yra puiki žuvis, bet, deja, labai dažnai naudojama žuvų ir naminių gyvūnų ūkiuose pašarams.

### PAPLITIMAS

Sardinės sutinkamos Atlante nuo Senegalo krantų iki centrinės Norvegijos bei Viduržemio ir Juodojoje jūroje.

### ŽVEJYBOS BŪDAI

Daugiausia sardinės gaudomos pelaginėmis (vandens storumėje gaudyti pritaikytomis) traukiamaisiais tinklais.

### REKOMENDACIJA

Sardinės yra pergaudomos Šiaurės rytų Atlante (FAO 27) ir Maroko – Mauritanijos vandenyse (FAO 34). Tai greitai augančios žuvis, kurių išteklių gana sparčiai atsiuria. Tačiau daugelyje regionų jos žvejojamos pernelyg intensyviai.

### REKOMENDACIJA

Apie sardinių būklę Viduržemio jūroje (FAO 37) surinkta labai mažai mokslinių duomenų, jų nepakanka, kad būtų galima užtikrinti efektyvų išteklių valdymą.

## RYKLIAI

*Elasmobranchii*



Didžiausi pavojai ryklių ištekliams – tai jų pergaudymas ir gaudymas dėl pelekų, be to, milijonai ryklių žūva kaip priegauda, įstrigę tinkluose, skirtuose gaudyti kitas žuvis.

Gaudant ryklius tropiniuose vandenyse netyčia sugaunami ir sužalojami vėžliai, paukščiai ir jūros žinduoliai.

Rykliai jaunikius veda vėlai, jau subrendę, kiekvienais metais – tik po kelis jaunikius. Dėl to net neintensyvi žvejyba gali greitai sumažinti ryklių kiekį, o po populiacijų sunykimą jų ištekliams atsistato kur kas lečiau nei žuvų. Šiaurės jūroje daugelis anksčiau dažnų rūšių dabar sugaunamos labai retai.

### ŽVEJYBOS BŪDAI

Ryklių žvejyba dėl pelekų yra viena labiausiai niokojančių žvejybos veiklų. Ši žvejyba tai pat yra gana žiauri, kadangi iš ryklių yra paimami tik pelekai, o patys rykliai dažnai dar gyvi yra išmetami atgal per bortą, kur negalėdami plaukioti uždūsta

arba būna suėdami. Tokia žvejyba vyksta visame pasaulyje (taip pat ir Europoje), kad būtų patenkinamas vis didėjantis ryklių pelekų sriubos poreikis.

### PAPLITIMAS

Ryklių esama visuose vandenyuose. Kai kurios rūšys gyvena ir gėlame vandenyje.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĒ

Apie ryklių išteklius žinoma labai mažai. Žinomiausių rūšių ištekliams pastaraisiais metais ženkliai sumažėjo.

### REKOMENDACIJA

Venkite pirkti ryklių mėsą, nes šių žuvų ištekliams visame pasaulyje yra smarkiai sumažėję.

## PAPRASTOJI ŠIAURINĖ KREKETĒ

*Pandalus borealis*



Paprastoji šiaurinė krevetė gyvena ant minkšto dugno 50–500 m gylyje. Poruojasi rudenį, patelė apvaisintus kiaušinėlius tarp savo galinių kojų nešiojasi visą žiemą. Užaugusi krevetė gali pasiekti 16–17 cm ilgį.

### PAPLITIMAS

Sutinkama Šiaurės, Barenco jūrose, Atlanto vandenyne, regionuose aplink Islandiją, Grenlandiją ir Niufundlandą bei šiaurinėje Ramiojo vandenyno dalyje.

### ŽVEJYBOS BŪDAI

Žvejojamos dugniniais tralais, kurie pažeidžia šaltų jūrų giliavandenių koralų bendrijas. Šiais tralais sugaunama didelė priegauda, pasitelkus modernią žvejybos įrangą būtų galima to išvengti.

### IŠTEKLIŲ BŪKLĒ

Šių krevetėlių ištekliams Skagerako sąsiauryje ir Šiaurės jūroje yra gana stabilūs.

### REKOMENDACIJA

Barenco ir Norvegijos jūrose (FAO 27 i ir II) šios krevetės yra labai intensyviai gaudomos, o gaudymo būdai kenkia jautrioms dugno bendrijoms.

### REKOMENDACIJA

Nepirkite krevetėlių, sugautų likusiame Šiaurės Atlante (FAO 21 ir 27). Krevetės šiame regione gaudomos nepaisant saugios biologinės ribos, kuri užtikrina išteklių išlikimą. Pati žvejyba ir naudojama įranga naikina dugno bendrijas.

### AR ŽINOTE, KAD...

Šios krevetės vienu metu yra ir patelės, ir patinėliai. Kol krevetės jaunos, jos

būna patinėliai, o vėliau jų lytinė sistema persitvarko ir patinėliai virsta patelėmis.

## TROPINĖS KREKETĖS

*Penaeus* sp., *Metapenaeus* sp. ir *Macrobrachium* sp.



Parduotuvių lentynose galima rasti daugybę rūšių didelių tropinių krevečių. Lietuviškai jos dažniausiai vadinamos tigrinėmis, baltakojėmis ar tiesiog didžiosiomis krevetėmis.

Krevetės gaudomos tralais, kurie pažeidžia dugno bendrijas, kenkia koralams ir kitiems dugno gyvūnams. Į tralus kaip priegauda pakliūva vėžliai ir daug kitų rūšių organizmų.

### AUGINIMAS

Specializuotos krevečių fermos yra viena pagrindinių grėsmių ir taip mažėjantiems mangrovių miškams. Mangrovių miškai kertami, kad krevečių ūkiai turėtų vietos plėstis. Tokia ūkių plėtra yra trumparegiška, dažniausiai nemąstoma apie ilgalaikes perspektyvas, o juolab apie aplinkai daromą žalą. Informacijos apie tai, koku būdu

krevetės užaugintos, ant produktų pakuočių dažniausiai nerasime.

Ir auginant ūkiuose, ir gaudant specializuotais įrankiais kenkiama gamtai.

### REKOMENDACIJA

Venkite *Penaeidae* šeimai priskiriamų tropinių krevečių: *Penaeus monodon*, *P. vannamei*, *P. chinensis*, *P. merguensis*, *Metapenaeus* sp. ir *Macrobrachium rosenbergii*, išaugintų intensyviais būdais ir sugautų laisvėje, nes jų išteklių smarkiai pereikvotį, o ūkiai daro žalą Pietryčių Azijos gamtai.

## MIDIJOS

*Mitylus edulis*



Midijos gyvena jūroje ant uolų ir akmenuoto dugno, ypač kur vyrauja stiprios srovės. Baltijos jūroje dažniausiai sutinkamos nuo vandens mūšos zonų iki 10 m gylio, tačiau kai kur gali augti net 50 m gylyje.

Midijos užauga iki 10 cm ilgio. Baltijos jūroje jų gausu, tačiau verslinės reikšmės jos neturi, kadangi yra nedidelės. Vis dėlto midijos yra svarbus daugelio žuvų ir paukščių maisto šaltinis. Auginti midijas gana paprasta: jos maitinasi iš vandens filtruodamos planktoną. Tokiu būdu ši rūšis prisideda prie vandens žydėjimo mažinimo bei jūrų ir vandenynų apšalymo.

### PAPLITIMAS

Valgomosios midijos aptinkamos Atlanto pakrantėje, taip pat vakarinėje Baltijos jūros dalyje prie Švedijos pakrantės, nuo Skagerako sąsiaurio pietuose iki Botnijos įlankos šiaurėje. Midijų randama ir Lietuvos pakrantėje.

### GAUDYMO BŪDAI

Laukinės midijos yra gaudomos grem-

žiant dugną, taigi, šis procesas naikina jūrų dugno bendrijas bei gyvūnus, nespėjusius laiku pasprukti.

### AUGINIMAS

Midijos auginamos įvairiais būdais, pavyzdžiui, naudojant specialius tinklus aptrauktus rėmus, ant vandenyje panardintų virvių bei potvynio ir atoslūgio zonoje įkaltų stulpų.

### REKOMENDACIJA

Pirkite midijas, užaugintas specialiuose auginimo ūkiuose. Jų auginimas ne tik nekenkia, bet ir prisideda prie jūrų būklės gerinimo. Venkite gaudomų laukinių midijų, nes naudojama įranga nuo dugno nugremžia ne tik midijas, bet sunaikina ir natūralias dugno bendrijas.

# AUSTRĖS

*Ostreidae*



Austrės – dvigeldžiai moliuskai, kurie yra laikomi delikatesu ir dažniausiai valgomi gyvi.

## PAPLITIMAS

Europoje austrės sutinkamos nuo Viduržemio jūros iki centrinės Norvegijos.

## AUGINIMAS

Austrės intensyviai auginamos Viduržemio jūroje. Jų auginimui nereikalingi jokie pašarai ar cheminės priemonės, todėl jūrinei aplinkai nedaroma jokio poveikio.

## REKOMENDACIJA

Rinkitės Europoje užaugintas arba rankomis surinktas austrės.

## REKOMENDACIJA

Venkite pirkti visais kitais būdais sugautas austrės, nes jų gaudymas naikina vietines bendrijas.

## AR ŽINOTE, KAD...

Austrės yra laikomos stipriu afrodisiaku.

Patariame atsisakyti šių žuvų:



ungurių



tunų



jūrų velnių



auksaspalvių sparų (doradų)



tropinių krevečių



pangasijų



tilapijų



ryklių

## Turinys

Aliaskinė rudagalvė menkė .....	19
Atlanto menkė ir Baltijos menkė .....	17
Auksaspalvis sparas (Dorada).....	32
Austrės .....	38
Baltijos šprotas, bretlingis .....	21
Eršketai .....	12
Europinė sardinė .....	33
Jūrinė plekšnė .....	25
Jūros ešerys .....	29
Jūros lydeka .....	28
Jūrų velnias .....	30
Karpis .....	11
Kuprė ir keta .....	16
Lašiša .....	15
Ledjūrio menkė (Amerikinis polakas) .....	18
Mažaakis pangasijas .....	13
Midijos .....	37
Otas .....	24
Paltusas ir juodasis paltusas .....	27
Paprastasis vilkešeris .....	31
Paprastoji šiaurinė krevetė .....	35
Rykliai .....	34
Silkė ir strimelė (Baltijos silkė) .....	20
Skumbrė .....	22
Tilapija .....	14
Tropinės krevetės .....	36
Tunas ir jam giminingos rūšys .....	23
Ungurys .....	10
Upinė plekšnė .....	26

**Lietuvos gamtos fondas** – visuomeninė gamtos saugos organizacija, kuri rūpinasi Lietuvos gamtos įvairovės išsaugojimu ir atkūrimu bei siekia, kad gamtos išteklių būtų naudojami tvariai.

