

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Дмитрий

Гапанович -

Рецепты от

шефа



@chefgapanovich

Мастер классы, мероприятия, персональные ужины,
составление рационов - @dimonstorm Реклама: @dimonstorm I
@Railya_yu ВКонтakte: <https://vk.com/chefgapanovich>
Регистрация РКН:...

ПОДПИСЧИКИ

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

ОХВАТ/ПОСТ

66 533

-808 за месяц

25.0%

за сутки 10.7%

14.9K

рекл. охват 7.1K/24ч

— СОДЕРЖАНИЕ · 2026

Что внутри отчёта

01 Снимок канала

12 ключевых метрик · AI-резюме

02 Контент-анализ

Топ-5 постов · худшие 3 · выводы

03 Динамика подписчиков

График за год · прирост

04 Цитируемость

Кто и как упоминает канал

05 Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват

06 Конкуренты

Соседи по нише · ваше место

07 Динамика упоминаний

6 месяцев · ежемесячно

08 Сравнение с нишей

Позиция в категории «Еда и кулинария»

09 Стратегия

5 приоритетных действий

РАЗДЕЛ 01 · СНИМОК КАНАЛА

Ключевые показатели канала

Каждая карточка — отдельный индикатор здоровья канала. Подзаголовок под цифрой говорит, за какой период она посчитана.

👤 подписчики 66 533 —	👁️ охват подписчиков 22.39% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 14.9K медиана 15.5K · 23 дней	📅 постов/нед. 3.9 за период
📈 тренд 7д — нет данных за период	💖 реакц./пост 770.8 всего 10 020 реакц., 1 520 реп., 654 комм.	📄 длина поста 657 зн. медиана 767 · 23 дней	★ постов в анализе 13 23 дней
📈 рекл. охват 7.1K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -808 за последний месяц	📄 цитируемость 4 индекс цитирования · 18 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 2 года 7 месяцев создан 24.11.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Дмитрий Гапанович - Рецепты от шефа» — 66 533 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 14.9K человек (22% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 4 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации.

РАЗДЕЛ 02 · КОНТЕНТ-АНАЛИЗ

Что заходит лучше всего

Топ постов по вовлечению и аутсайдеры — чтобы было видно, что повторять, а что убрать из ротации.

ЧТО ОБЩЕГО У УСПЕШНЫХ ПОСТОВ

- 01 Анализ построен по 13 постам за 23 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (9/13 постов).
- 03 Средняя длина поста — 657 знаков (медиана 767).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 16:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (20.3K в среднем у топа vs 10.9K у худших) — среди 13 постов за 23 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 16.06 · 14:50 ВИДЕО Паста с креветками и перцем ♦ перец красный - 1 шт ♦ помидоры - 250 г ♦ соль, чили перец, паприка ♦ креветки - 100 г ♦ макароны - 80 г ♦...	ПРОСМ. 21 244 РЕП. 303	РЕАКЦ. 653 ER 31.9%
№2 17.06 · 13:32 ВИДЕО Гаспачо с черешней ♦ помидоры - 800 г ♦ огурец - 100 г ♦ перец красный - 150 г ♦ черешня без косточки - 250 г ♦ чеснок - 1 зубчик ♦...	ПРОСМ. 20 902 РЕП. 146	РЕАКЦ. 583 ER 31.4%
№3 23.06 · 15:00 ФОТО Есть вещи, о которых на кухне почему-то вспоминают в последнюю очередь. Например, клетчатка. Когда готовишь каждый день, обычно думаешь о...	ПРОСМ. 18 782 РЕП. 19	РЕАКЦ. 424 ER 28.2%

№4 16.06 · 14:58 ТЕКСТ Друзья, как проходит Ваше лето?)) Кто на работе/отдыхе, скидывайте фото, хвастайтесь) Я вот за городом, далеко, лежу 2й день с...	ПРОСМ. 18 031 РЕП. —	РЕАКЦ. 375 ER 27.1%
---	--	---

№5 22.06 · 13:04 ВИДЕО 3 лучших маринада для шашлыков Индейка: ◇ бедро индейки - 800 г ◇ соль, смесь перцев, паприка ◇ чеснок - 5 зубчиков ◇ сливки 10-20% - 70...	ПРОСМ. 17 006 РЕП. 264	РЕАКЦ. 603 ER 25.6%
---	--	---

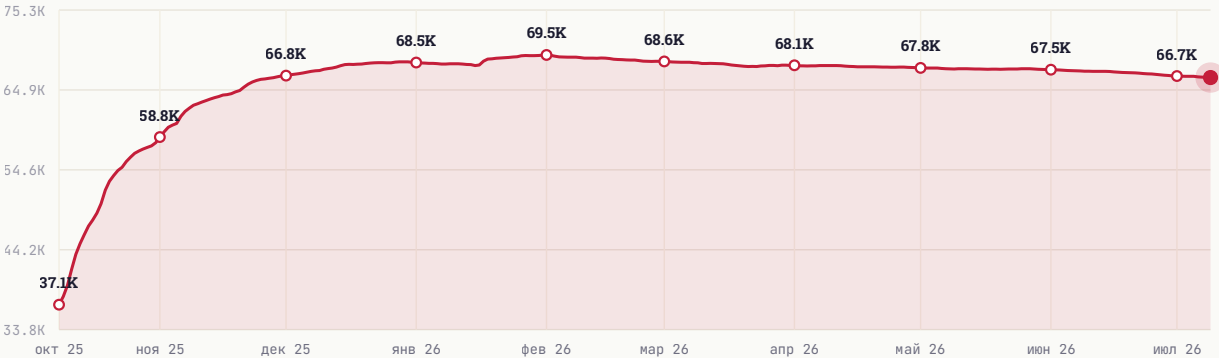
ХУДШИЕ 3

↓ 28.06 · 09:18 ВИДЕО ЭКЗОТИЧЕСКИЕ ЗАКУСКИ ◇ арбуз ◇ огурец ◇ брынза ◇ мята, базилик ◇ сок лайма, оливковое масло ◇ бальзамический крем, фисташки ◇ дыня -...	ПРОСМ. 14 005 РЕП. 146	РЕАКЦ. 768 ER 21.0%
↓ 06.07 · 16:56 ВИДЕО МИНИ ЧУРРОС ◇ мука - 130 г ◇ масло сливочное - 100 г ◇ молоко - 120 мл ◇ вода - 120 мл ◇ соль - щепотка ◇ сахар - 1 ст. ложка ◇ яйцо - 2...	ПРОСМ. 9 539 РЕП. 87	РЕАКЦ. 551 ER 14.3%
↓ 06.07 · 17:02 ТЕКСТ Добрый вечер, дорогие друзья)) До середины августа в отпуске, потом возвращаюсь, будет много рецептов и возможно рубрика с работы...	ПРОСМ. 9 298 РЕП. 1	РЕАКЦ. 677 ER 14.0%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



НАЧАЛО ПЕРИОДА

37 060

СЕЙЧАС

66 534

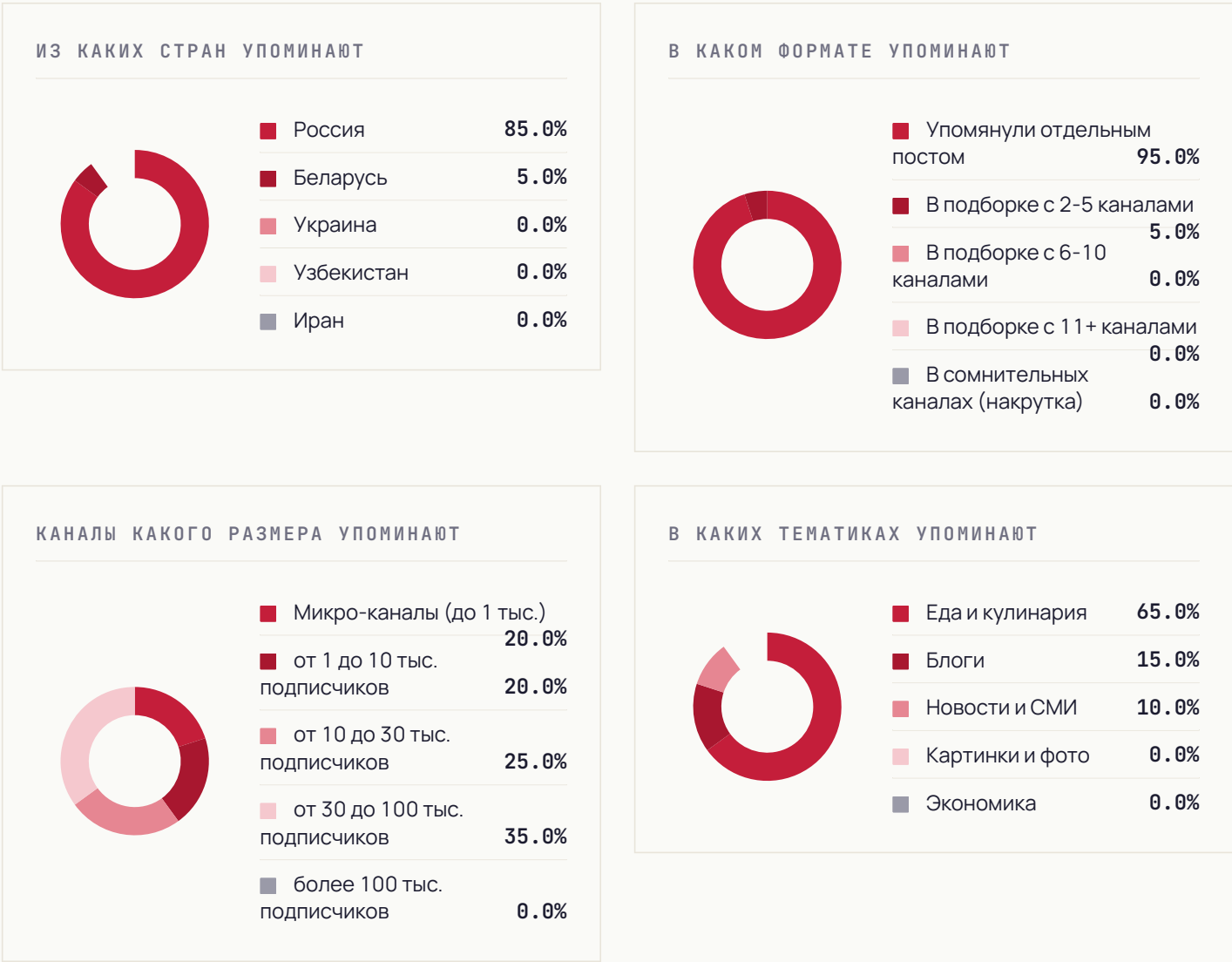
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+29 474

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

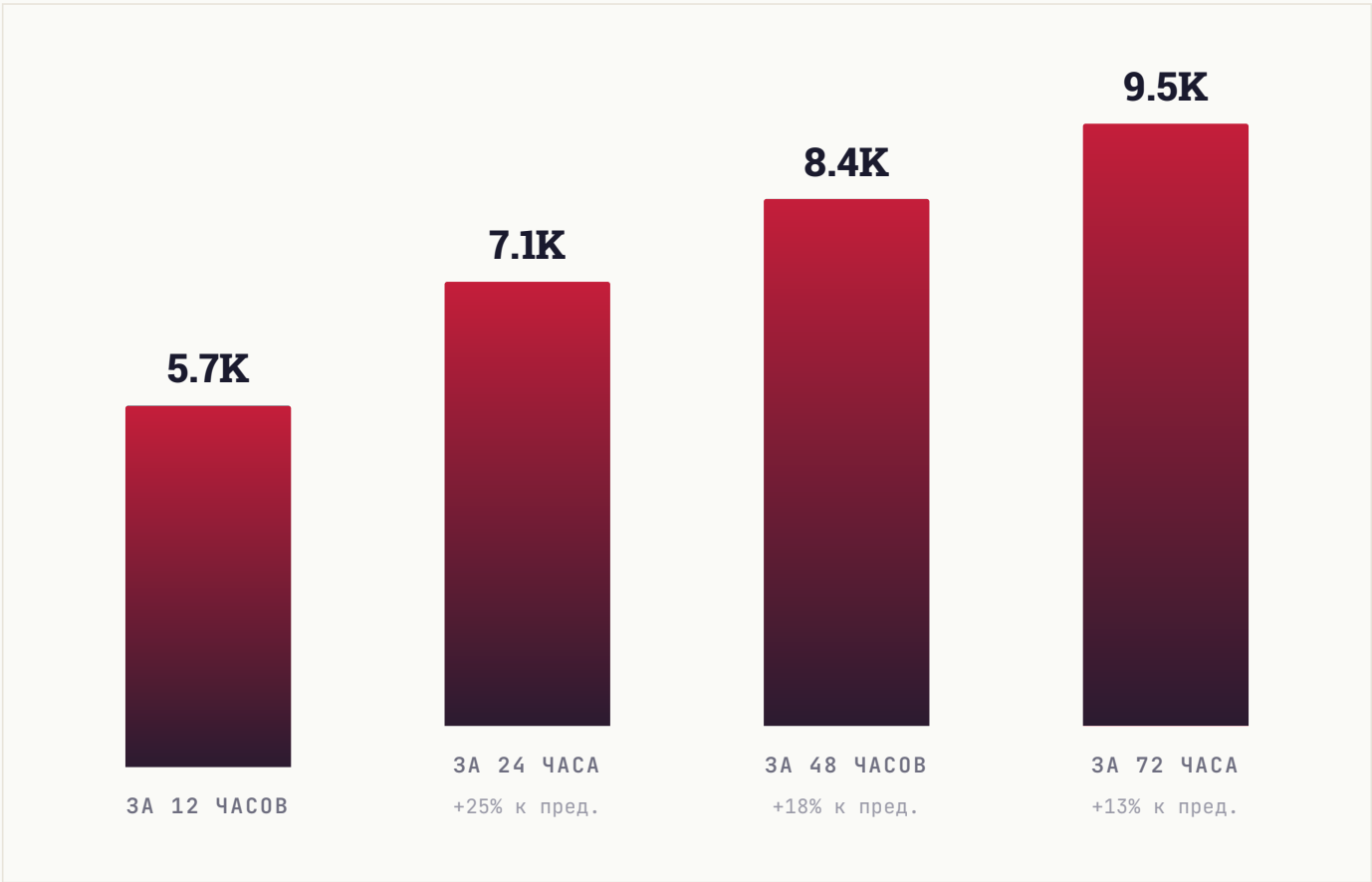
Индекс цитирования 4 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **18** разных каналов.



— РАЗДЕЛ 05 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



РАЗДЕЛ 06 · КОНКУРЕНТЫ

С кем вы конкурируете

11 ближайших каналов по тематике и аудитории. Подсветили ваш канал — видно, какое место он занимает среди соседей по нише.

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
КР Кулинария Рецепты Салаты 🧑🍳	995.6K
ПЯ Пятёрочка	776.5K
М 🍰 Мамины Рецепты 😊	680.8K
А Аэрогриль Рецепты	593.3K
ПР Простые Рецепты	586.9K
КР Книга рецептов	559K
КН Кухня наизнанку	532.5K
ВИ Вкусно и дешево 🍪	487.7K
ЧИ ЧИЖИК	485.1K
РН Рецепты на каждый день	461.5K
ДГ Дмитрий Гапанович - Рецепты от шефа ВЫ	66.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-94 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Кулинария Рецепты Салаты 🧑🍳 (995.6K), медиана топ-94: 205K. Первая цель — войти в топ-94 через системную работу с трафиком и контентом.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **3**, они привели **32 937** новых подписчиков.

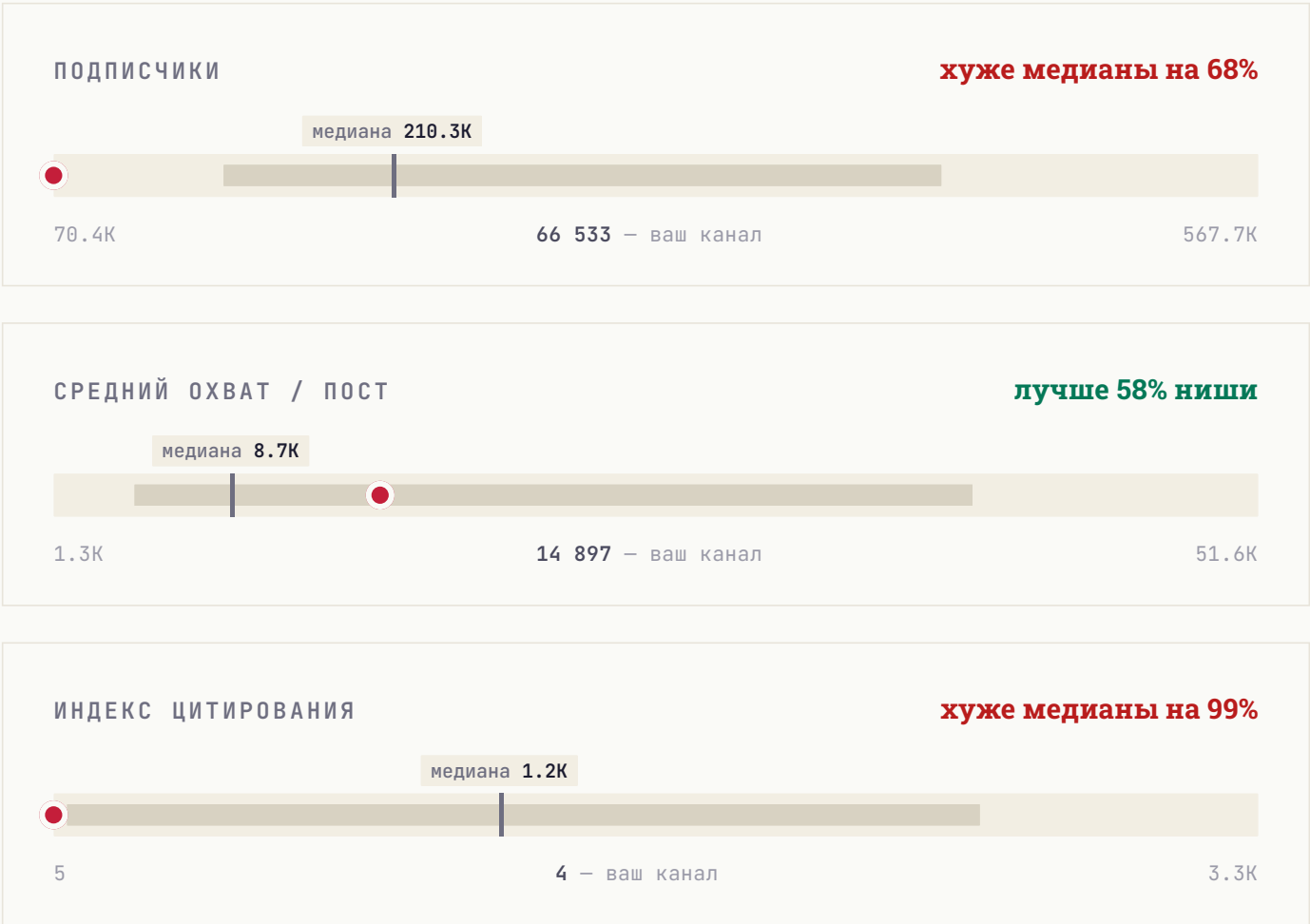
период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	0	0	1 406
Декабрь 2025	1	1	1 842
Ноябрь 2025	2	2	8 682
Октябрь 2025	0	0	21 007
Сентябрь 2025	0	0	0
Август 2025	0	0	0

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
3	6	32 937

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «Еда и кулинария» (Россия) и посмотрели, как канал выглядит на их фоне. Серая полоса — диапазон, в который попадают 80% каналов ниши (от p10 до p90). Чёрная вертикаль — медиана. Красная точка — ваш канал.



— РАЗДЕЛ 09 · СТРАТЕГИЯ

Что делать прямо сейчас

5 приоритетных действий, расставленных по ожидаемому эффекту. Можно отметить как чек-лист и вернуться к этому отчёту через месяц.

01

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 3.9 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 16:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

Системная закупка трафика

Три формата для вашего медиа: **Inhouse** (премиальные каналы), **Native** (естественные интеграции), **Premium** (целевая аудитория). PromptPress подбирает источники под нишу.

ЭФФЕКТ

**+1000-3000
подп.**

04

Тестировать опросы и интерактивные форматы

Posts с опросами/реакциями обычно дают +5-15% к ER. Один опрос в неделю на «горячую» тему — лёгкая точка роста.

ЭФФЕКТ

+5-15% ER

05

Кросс-промо с соседними каналами

Раз в квартал обмениваться постами с каналами того же сегмента. Не нужно делать каждый день — 2-3 коллабы дают релевантный прирост.

ЭФФЕКТ

**Прирост из
релевантной
аудитории**

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит — то, что мы можем сделать за несколько минут на основе публичных данных. Если хочется идти дальше — запустите рекламу через нас и закройте план роста за месяц.

01	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
