

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Вкусные Рецепты



@delicious_retsepty

✓ Заявки принимаются сразу ✓ (автоматически) Ссылка для друзей: t.me/+MJeVKwg6uY41NGly 🤝 Сотрудничество: @rockstozy Биржа: telega.in/c/delicious_retsepty @Spiral_Miya PKN: vk-cc.ru/dtmh0

ПОДПИСЧИКИ

240 800

-1032 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

5.0%

за сутки 1.3%

ОХВАТ/ПОСТ

10.3K

рекл. охват 3.2K/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 240 800 —	👁️ ОХВАТ ПОДПИСЧИКОВ 4.26% ср. % подписчиков видят пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 10.3К медиана 11.3К · 29 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 7.6 за период
📈 ТРЕНД 7Д -27.8% vs предыдущая неделя	💖 РЕАКЦ./ПОСТ 32.2 всего 1 032 реакц., 4 733 реп., 0 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 302 зн. медиана 310 · 29 дней	⭐ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 32 29 дней
📈 РЕКЛ. ОХВАТ 3.2К среднее за 24ч	💖 ОТТОК / МЕСЯЦ -1032 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 241 индекс цитирования · 261 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 4 года 19 дней создан 21.06.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Вкусные Рецепты» — 240 800 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 10.3К человек (4% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 8 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 29 июня – 5 июля охваты просели на -27.8% к неделе 22–28 июня — стоит разобрать причины.

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 32 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (30/32 постов).
- 03 Средняя длина поста — 302 знаков (медиана 310).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 11:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (13.7K в среднем у топа vs 6.5K у худших) — среди 32 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 10.06 · 08:05 ВИДЕО Вкусный паштет 🍷📋 Ингредиенты: Красная фасоль (1 банка) - 200 г Яйцо отварное - 2 шт Сырок - 2 шт Чеснок - 2 зубчика Соль - по...	ПРОСМ. 14 197 РЕП. 178	РЕАКЦ. 41 ER 5.9%
№2 13.06 · 15:05 ВИДЕО Нежнейший печеночный торт 🍷📋 Ингредиенты: куриная печень - 700 гр яйца - 4 шт молоко - 500 мл мука - 7 ст. л майонез - 350 гр чеснок - 5...	ПРОСМ. 13 407 РЕП. 228	РЕАКЦ. 53 ER 5.6%
№3 11.06 · 15:05 ВИДЕО Слойка с сыром и колбасой 🍷📋 Ингредиенты: слоеное бездрожжевое тесто - 2 пласта колбаса - 200 гр сыр - 200 гр зелень яичный желток...	ПРОСМ. 13 386 РЕП. 216	РЕАКЦ. 45 ER 5.6%

№4 15.06 · 15:05 ВИДЕО Гречка по-купечески 🍲📋 Ингредиенты: Гречка - 400 г Мясо (свинина) - 800 г Лук - 300 г Морковь - 300 г Вода - 700/800 мл Соль, перец - по...	ПРОСМ. 13 281 РЕП. 108	РЕАКЦ. 46 ER 5.5%
№5 14.06 · 15:05 ВИДЕО Мягкие и вкусные лепешки из творога 😍📋 Ингредиенты: кефир - 500 мл сода - 1 ч. л соль - 1 ч. л яйца - 2 шт творог - 250 гр зеленый лук - ...	ПРОСМ. 13 231 РЕП. 275	РЕАКЦ. 36 ER 5.5%

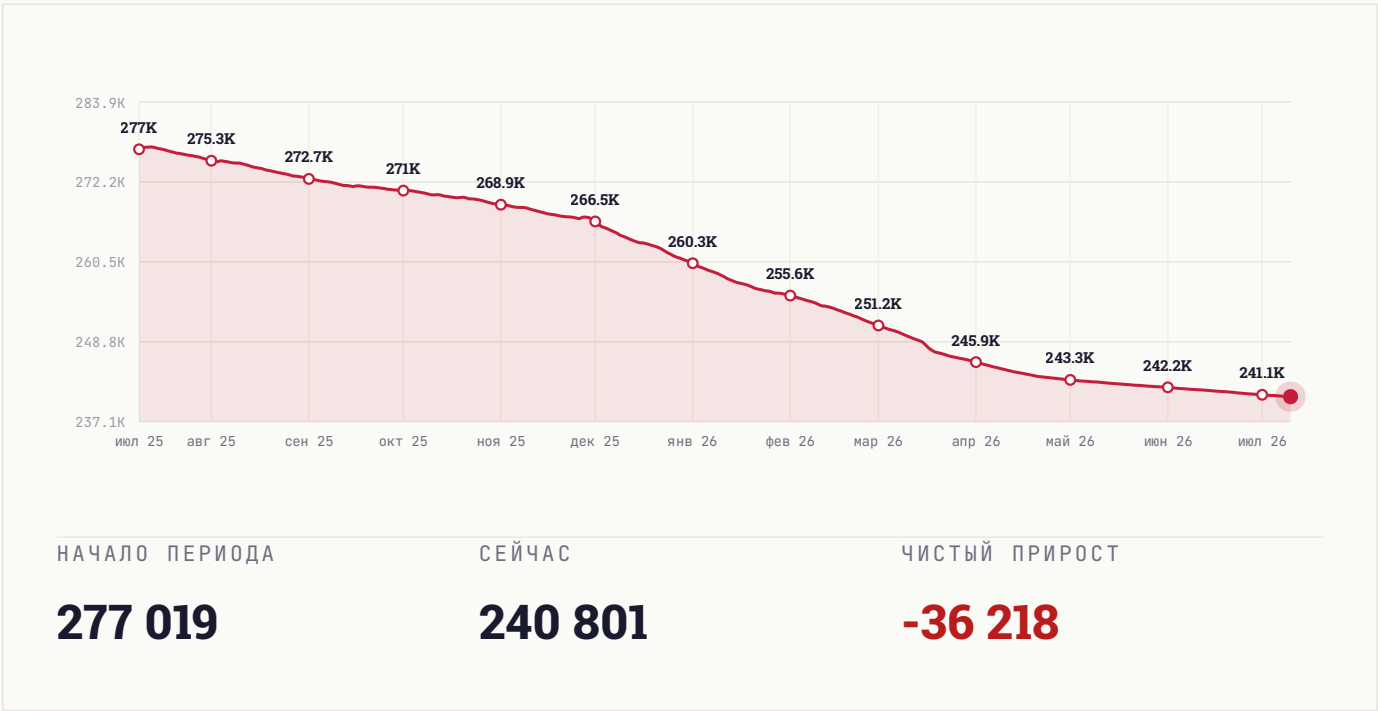
ХУДШИЕ 3

↓ 04.07 · 15:05 ВИДЕО Косичка с корицей 🍞📋 Ингредиенты (на 2 шт): Творог 5% - 360 г Яйца - 2 шт Сахар - 6 ст.л Щепотка соли Ванильный сахар - 1 пак Мука - 340...	ПРОСМ. 6 930 РЕП. 148	РЕАКЦ. 39 ER 2.9%
↓ 05.07 · 15:05 ВИДЕО Малосольная скумбрия 😍📋 Ингредиенты: Скумбрия - 1 шт Соль - 2-3 ст.л Луковица - 1 шт Лавровый лист - 1 шт Черный перец (горошком) - 3-4...	ПРОСМ. 6 608 РЕП. 113	РЕАКЦ. 24 ER 2.7%
↓ 06.07 · 15:05 ВИДЕО Пирог «12 ложек» 🍞📋 Ингредиенты: Яйцо - 3 штуки Сахар - 12 ст. ложек Соль - щепотка Молоко - 12 ст. ложек Масло подсолнечное - 12 ст...	ПРОСМ. 5 819 РЕП. 151	РЕАКЦ. 27 ER 2.4%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

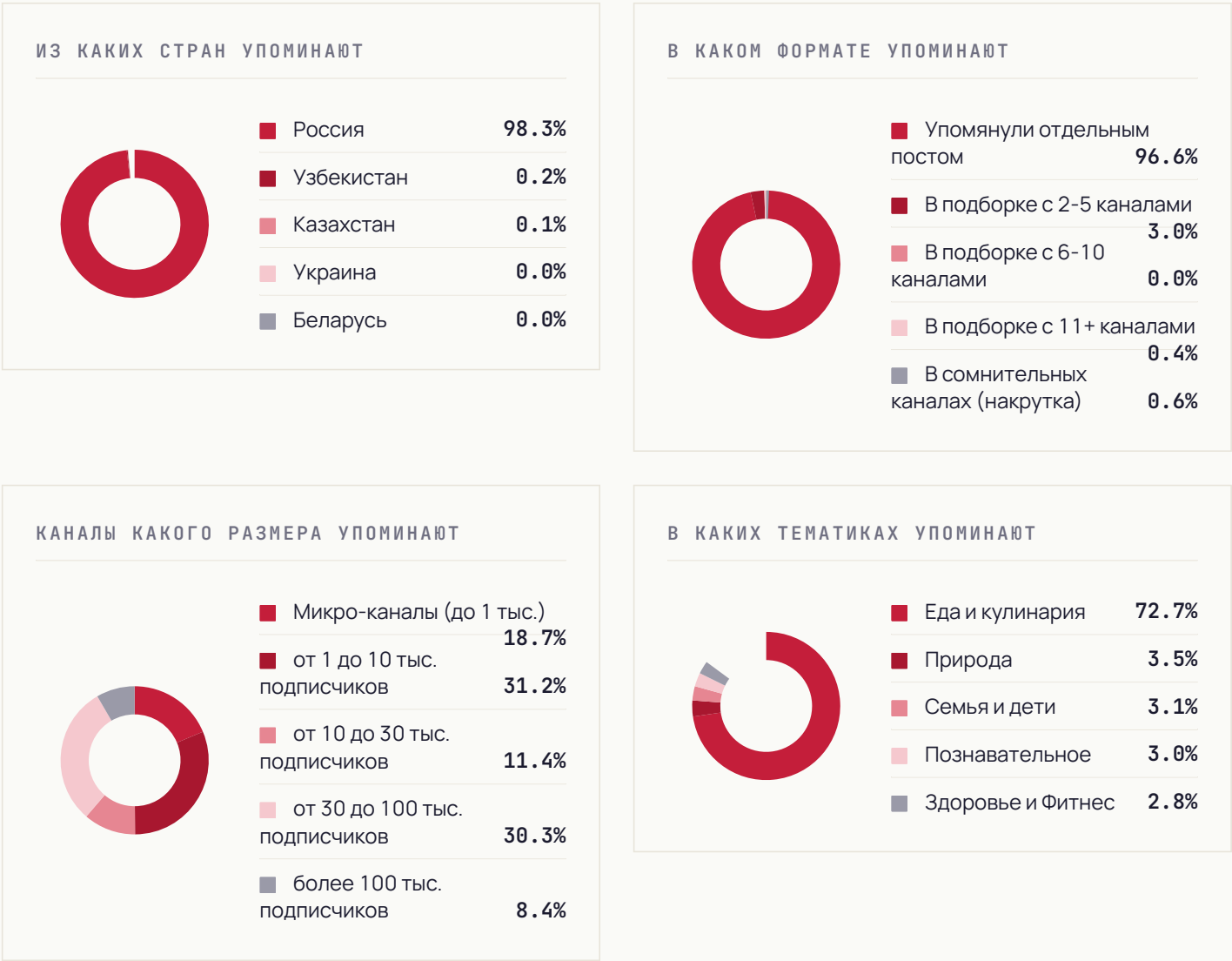
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

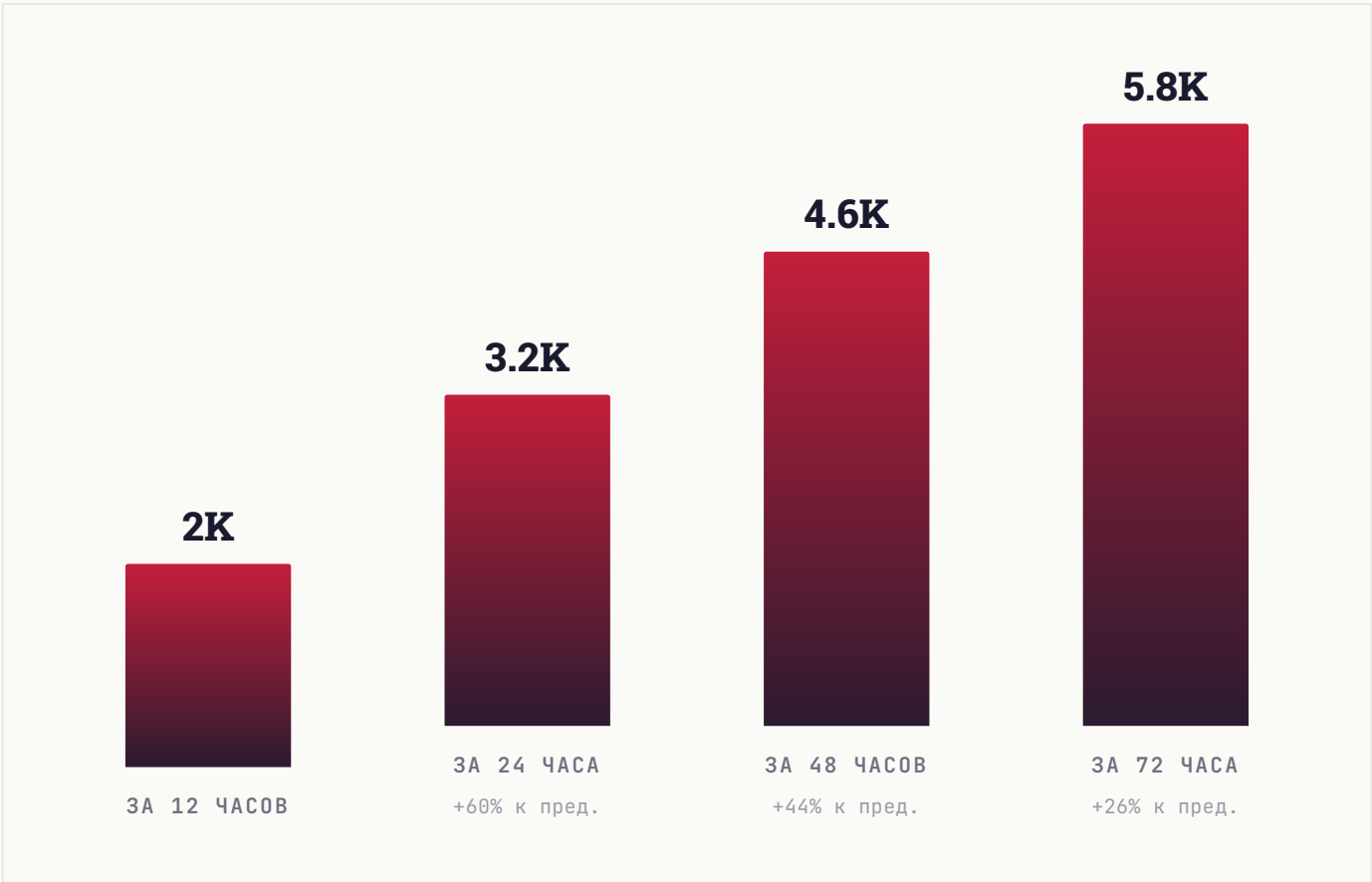
Индекс цитирования **241** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **261** разных каналов.



— 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
ВР Вкусные Рецепты ВР	240.8K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в верхней половине ниши (#41 из 94). Лидер ниши — Кулинария Рецепты Салаты 🍳 (995.6K), медиана подписчиков 205K. Можно ставить целью первую четверть — это реалистичный горизонт 6-12 месяцев.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

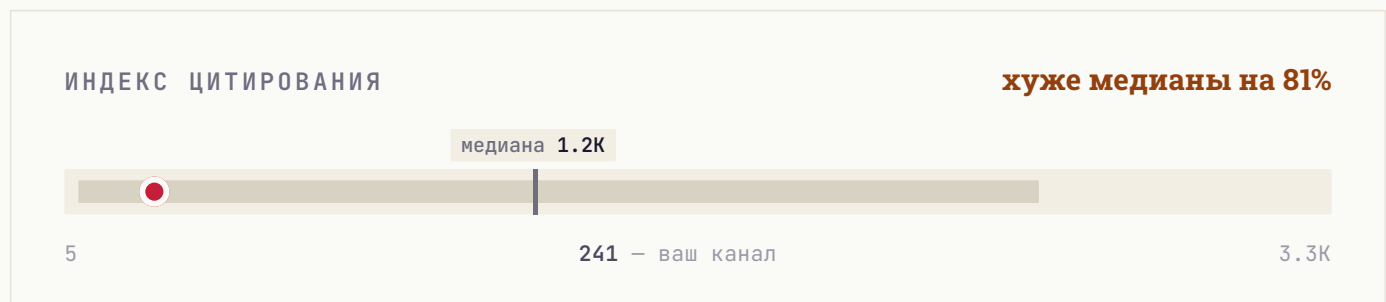
Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **88**, они привели **666** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	17	15	0
Декабрь 2025	26	24	0
Ноябрь 2025	14	14	254
Октябрь 2025	11	10	130
Сентябрь 2025	14	12	137
Август 2025	6	6	145

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
88	6	666

Где канал в своей лиге

#41 /100 ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Канал в верхней половине рейтинга



— 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

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 11:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 4.26% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+4.7пп ER

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
----	-------------------------------	---
