

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

# Аудит канала Едим Дома



@edimdomaru

♦ Расскажем, как готовить просто и вкусно ♦ Рецепты <https://edimdoma.taplink.ws> По рекламе: [adv@edimdoma.ru](mailto:adv@edimdoma.ru) Канал зарегистрирован в Роскомнадзоре. <https://gosuslugi.ru/snet/69d7b036807b0ba5beb0c0e3>

ПОДПИСЧИКИ

**99 473**

-461 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

**4.0%**

за сутки **2.1%**

ОХВАТ/ПОСТ

**3K**

рекл. охват **2.1K/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.

|                                                                                  |                                                                                                         |                                                                                                                      |                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>👤</div>подписчики</div> <div>99 473</div> <div>—</div>                 | <div><div>👁️</div>охват поста</div> <div>3.01%</div> <div>ср. % подписчиков видят один пост</div>       | <div><div>👁️</div>просмотры/пост</div> <div>3К</div> <div>медиана 3.1К · 29 дней</div>                               | <div><div>📅</div>постов/день</div> <div>7.4</div> <div>~52 в неделю</div>                 |
| <div><div>📈</div>тренд 7д</div> <div>-0.2%</div> <div>vs предыдущая неделя</div> | <div><div>💖</div>реакц./пост</div> <div>23.8</div> <div>всего 5 261 реакц., 8 104 реп., 391 комм.</div> | <div><div>📄</div>длина поста</div> <div>736 зн.</div> <div>медиана 986 · 29 дней</div>                               | <div><div>☆</div>постов в анализе</div> <div>221</div> <div>29 дней</div>                 |
| <div><div>📈</div>рекл. охват</div> <div>2.1К</div> <div>среднее за 24ч</div>     | <div><div>💖</div>отток / месяц</div> <div>-461</div> <div>за последний месяц</div>                      | <div><div>📄</div>цитируемость</div> <div>23</div> <div>индекс цитирования · 203 каналов упомянули за всё время</div> | <div><div>📅</div>возраст канала</div> <div>9 лет 3 дня</div> <div>создан 23.09.2017</div> |

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Едим Дома» — 99 473 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 3К человек (3% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 52 постов в неделю (~7 в день) — активный режим публикаций. За неделю 14–20 сентября охваты стабильны (-0.2% к неделе 7–13 сентября).

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 221 посту за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (182/221 постов).
- 03 Средняя длина поста — 736 знаков (медиана 986).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 21:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (4.1K в среднем у топа vs 2.4K у худших) — среди 221 поста за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                    |                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <div><div>№1</div><div>31.08 · 18:38</div><div>ФОТО</div></div> <div>#Галярекомендует Ресторан в ГУМе, бар в особняке и пита-шоп: 10 лучших открытий лета по версии "Едим Дома" Ресторан в ГУМе, ужин в саду...</div>                                                                                    | <div>ПРОСМ.<br/>4 706</div> <div>РЕП.<br/>32</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>33</div> <div>ER<br/>4.7%</div> |
| <div><div>№2</div><div>04.09 · 16:42</div><div>ФОТО</div></div> <div> Шеф-повар делится секретом: почему паэлья у него получается рассыпчатой и ароматной, а дома часто выходит просто рис с морепродуктами?...</div> | <div>ПРОСМ.<br/>3 854</div> <div>РЕП.<br/>34</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>24</div> <div>ER<br/>3.9%</div> |
| <div><div>№3</div><div>29.08 · 19:13</div><div>ВИДЕО</div></div> <div>Что делать, если ягоды собраны, но сил ими «заниматься» не осталось? Правилами, которые сохраняют свежесть ягод, поделился Иван...</div>                                                                                           | <div>ПРОСМ.<br/>3 767</div> <div>РЕП.<br/>7</div>  | <div>РЕАКЦ.<br/>29</div> <div>ER<br/>3.8%</div> |

|                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                    |                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <div><div>№4</div><div>05.09 · 17:15</div><div>ВИДЕО</div></div> <div><div>☀️</div><div>Легкий плов 😊😊😊😊😊😊🍖 баранина с жирком — 500 г 🍚 рис для плова — 350 г 🧅 крупная луковица — 1 шт. 🥕 морковь — 2 шт. 🧄 чеснок — 2...</div></div>                | <div>ПРОСМ.<br/>3 728</div> <div>РЕП.<br/>50</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>33</div> <div>ER<br/>3.7%</div> |
| <div><div>№5</div><div>05.09 · 20:04</div><div>ВИДЕО</div></div> <div><div>Берете красивый огурец, откусываете, а он горький? 🥒</div><div>Это маленькая месть природы за недостаток полива 💧</div><div>Как спасти огурец? Рассказывает...</div></div> | <div>ПРОСМ.<br/>3 724</div> <div>РЕП.<br/>8</div>  | <div>РЕАКЦ.<br/>18</div> <div>ER<br/>3.7%</div> |

|

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

|                                                                                                                                                                                                                                               |                                                   |                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <div><div>↓</div><div>21.09 · 14:20</div><div>ОПРОС</div></div> <div><div>🎬</div><div>У сериала пока нет названия — зато есть вы! Помогите нам решить, как его назвать. Какой вариант звучит так, будто вы уже готовы включить...</div></div> | <div>ПРОСМ.<br/>2 444</div> <div>РЕП.<br/>—</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>11</div> <div>ER<br/>2.5%</div> |
| <div><div>↓</div><div>21.09 · 16:52</div><div>ФОТО</div></div> <div><div>Сколько видов мяса вы ели за последний месяц? По опросу «Едим Дома» у 32% за месяц набирается один вид мяса, и у 63% из них это курица...</div></div>                | <div>ПРОСМ.<br/>2 427</div> <div>РЕП.<br/>2</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>11</div> <div>ER<br/>2.4%</div> |
| <div><div>↓</div><div>22.09 · 11:12</div><div>ФОТО</div></div> <div><div>❓</div><div>Это блюдо родом из Кореи, его ферментируют, то есть оставляют «кваситься» на несколько дней. Подают как закуску к рису и другим блюдам. О...</div></div> | <div>ПРОСМ.<br/>2 418</div> <div>РЕП.<br/>2</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>13</div> <div>ER<br/>2.4%</div> |

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

# Как канал рос за год

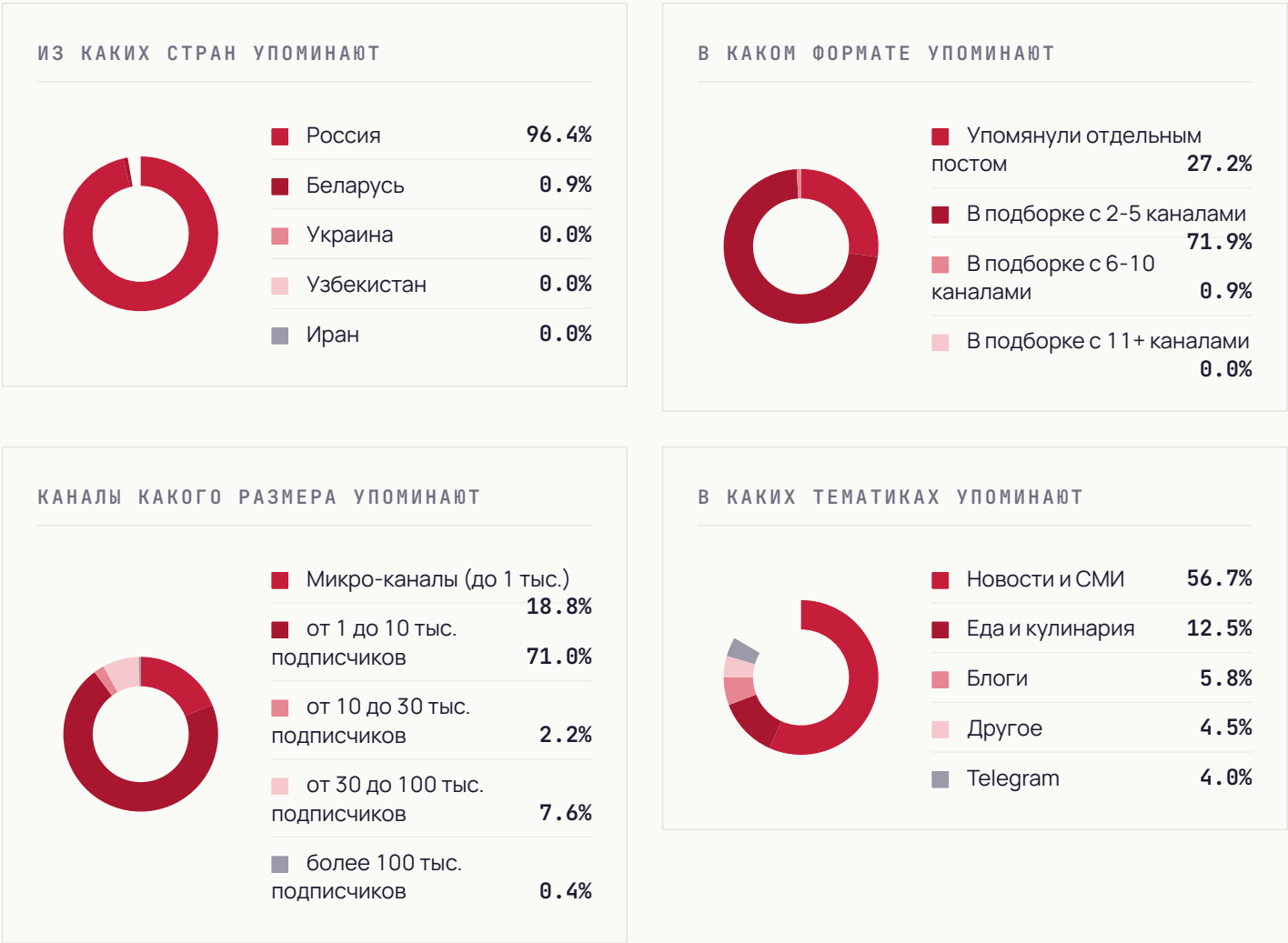
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

# Кто и как упоминает канал

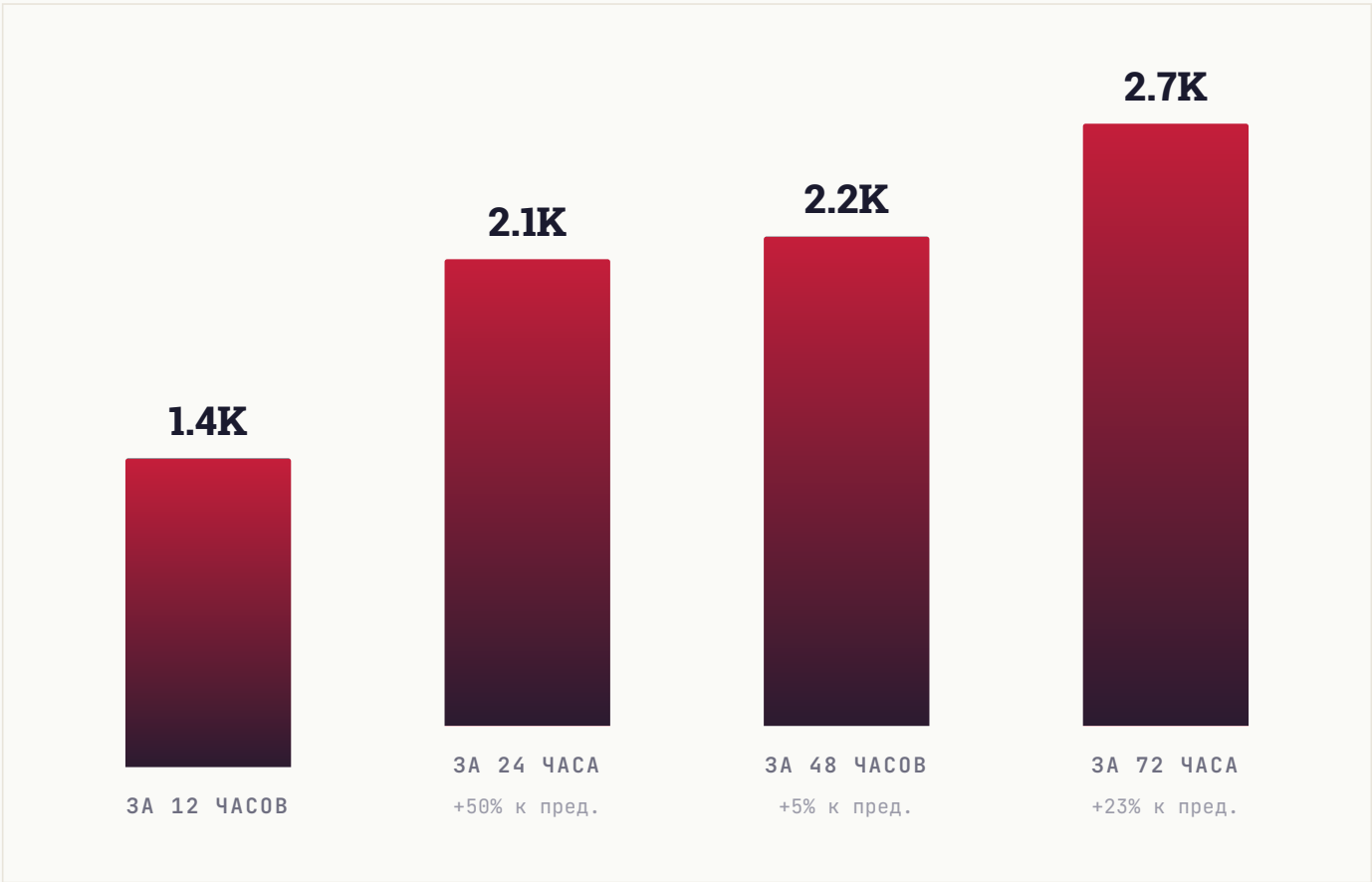
Индекс цитирования **23** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **203** разных каналов.



— 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

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

| КАНАЛ                                                       | ПОДПИСЧИКИ |
|-------------------------------------------------------------|------------|
| <div>ЮМ</div> ЮЛИЯ МЕНЬШОВА                                 | 358.1K     |
| <div>F</div> Food.ru   Рецепты и советы                     | 151.2K     |
| <div>КО</div> Коте Оганезов                                 | 133.4K     |
| <div>РБ</div> Рецепты Бельковича                            | 124.4K     |
| <div>ЕД</div> Едим Дома <div>ВЫ</div>                       | 99.5K      |
| <div>ЮВ</div> Юлия Высоцкая Official                        | 62.3K      |
| <div>РЛ</div> Рецепты Лайфхакера                            | 38.7K      |
| <div>СВ</div> С Высоцкой по пути... или жить в 50 как в 30! | 26.8K      |
| <div>ГА</div> ГАСТРОНОМ.РУ                                  | 15.2K      |
| <div>СО</div> Сочетайзер                                    | 11.8K      |

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (5-е место из 10). 4 канала крупнее, 5 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны:   
наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

— 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 **159**, а канал за это время прибавил **28 955** подписчиков из всех источников.

| период       | упоминаний | каналов | прирост за месяц              |
|--------------|------------|---------|-------------------------------|
| Март 2026    | 6          | 5       | 1 072 <div><div></div></div>  |
| Февраль 2026 | 6          | 6       | 1 803 <div><div></div></div>  |
| Январь 2026  | 4          | 3       | 15 289 <div><div></div></div> |
| Декабрь 2025 | 134        | 125     | 4 211 <div><div></div></div>  |
| Ноябрь 2025  | 8          | 8       | 4 228 <div><div></div></div>  |
| Октябрь 2025 | 1          | 1       | 2 352 <div><div></div></div>  |

|                  |                  |                       |
|------------------|------------------|-----------------------|
| ВСЕГО УПОМИНАНИЙ | МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ | ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ |
| 159              | 6                | 28 955                |

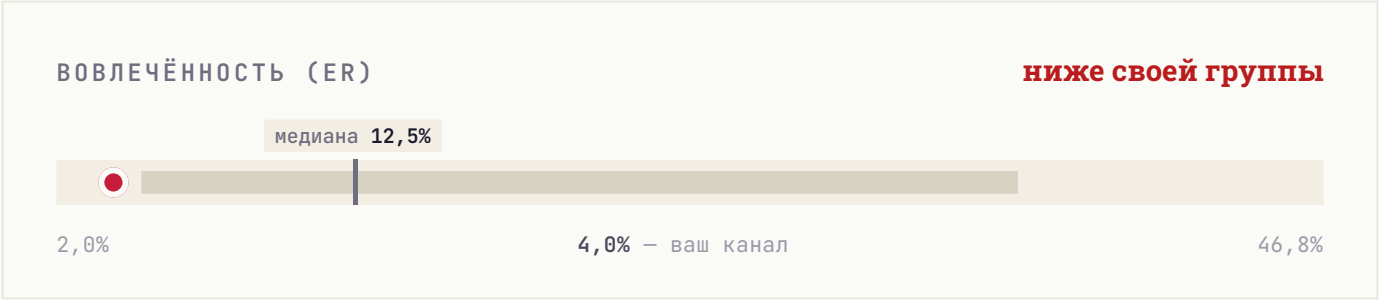
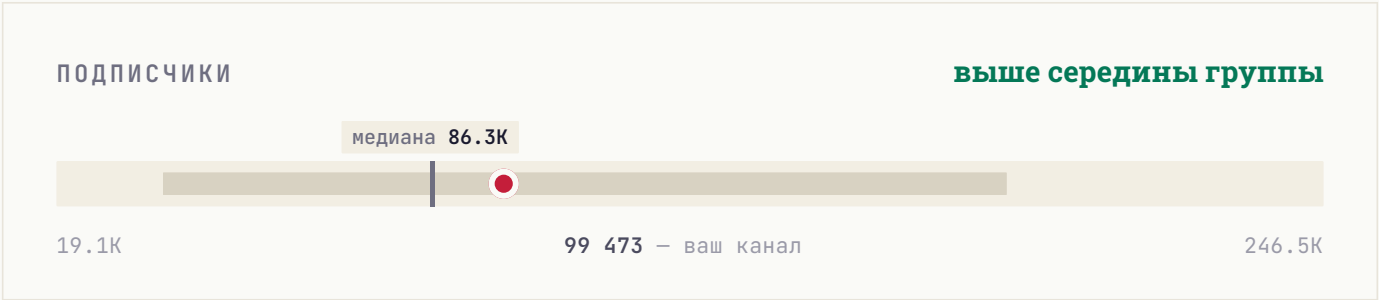
РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

# Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **92 канала** категории «Еда и кулинария» от 33 тыс. до 298 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#39 /92

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ  
Место 39 из 92 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **подписчики**. Это то, на чём стоит строить рост.

— 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 понедельник

В этот день и в 21:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно  
для важного  
поста**

02

## ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 3.01% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

**+6.0пп 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

**объём под  
задачу**

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 мы сделали за несколько минут на основе публичных данных. Если хочется идти дальше, запустите рекламу через нас и закройте план роста за месяц.

---

|    |                                             |                                                                                             |
|----|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01 | <b>Запустить<br/>рекламу в<br/>Telegram</b> | <a href="https://panel.promptpress.com/register">https://panel.promptpress.com/register</a> |
|----|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|

---

|    |                               |                                                                         |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 02 | <b>Связаться с менеджером</b> | <a href="https://t.me/PromptPress_manager">t.me/PromptPress_manager</a> |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|

---