

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Мультиварочка

| Рецепты



@kuhnya_recepti_kulinariaa

✓ Заявки принимаются моментально Обратная связь:
@trader_admTG

ПОДПИСЧИКИ

113 026

-785 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

4.0%

за сутки 2.5%

ОХВАТ/ПОСТ

4.2K

рекл. охват 2.8K/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	Сравнение с нишей Позиция в категории «Еда и кулинария»
08	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 113 026 —	👁️ охват подписчиков 3.73% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 4.2K медиана 4.3K · 29 дней	📅 постов/нед. 37.8 за период
📈 тренд 7д -7.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 20.9 всего 3 364 реакц., 8 776 реп., 0 комм.	📄 длина поста 247 зн. медиана 222 · 29 дней	★ постов в анализе 161 29 дней
📈 рекл. охват 2.8K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -785 за последний месяц	📄 цитируемость 800 индекс цитирования · 752 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 5 месяцев создан 20.01.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Мультиварочка | Рецепты» — 113 026 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 4.2K человек (4% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 38 постов в неделю (~5 в день) — активный режим публикаций. За неделю 29 июня – 5 июля охваты просели на -7.1% 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 161 посту за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (155/161 постов).
- 03 Средняя длина поста — 247 знаков (медиана 222).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 22:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (5.4K в среднем у топа vs 3.1K у худших) — среди 161 поста за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 14.06 · 20:15 ВИДЕО Безумно вкусные "Ленивые голубцы" с пекинской капусты Ингредиенты ↕ ♦ Рис - 130 гр ♦ Лук - 1 шт ♦ Пекинская капуста - 300 гр ♦ Мясной фарш -...	ПРОСМ. 5 688 РЕП. 170	РЕАКЦ. 33 ER 5.0%
№2 14.06 · 15:00 ВИДЕО Рис с курочкой в рукаве Ингредиенты ↕ ♦ Куриные ножки – 1 кг ♦ Рис – 1 стакан ♦ Морковь – 1 шт ♦ Лук – 1 шт ♦ Соль ♦ Куркума – 1 ч.л ♦ Вода – 2...	ПРОСМ. 5 326 РЕП. 128	РЕАКЦ. 26 ER 4.7%
№3 20.06 · 20:15 ВИДЕО Забытый рецепт из детства Ингредиенты ↕ ♦ Сосиски - 400 гр ♦ Лук репчатый - 1 шт ♦ Морковь - 1 шт ♦ Мука - 1 ст.л ♦ Томатная паста - 1...	ПРОСМ. 5 310 РЕП. 82	РЕАКЦ. 28 ER 4.7%

№4 15.06 · 20:15 ВИДЕО Свинная вырезка в мультиварке Ингредиенты ↻ ♦ Свинная вырезка 1 кг ♦ Вода 1 чашка ♦ Красное вино 3/4 чашки ♦ Измельченный чеснок 3 ст...	ПРОСМ. 5 252 РЕП. 31	РЕАКЦ. 16 ER 4.6%
№5 17.06 · 19:45 ВИДЕО Курица с гречкой в соевом соусе в мультиварке Ингредиенты ↻ ♦ Куриная голень 750 гр ♦ Гречневая крупа 280 гр ♦ Вода 640 мл...	ПРОСМ. 5 246 РЕП. 91	РЕАКЦ. 22 ER 4.6%

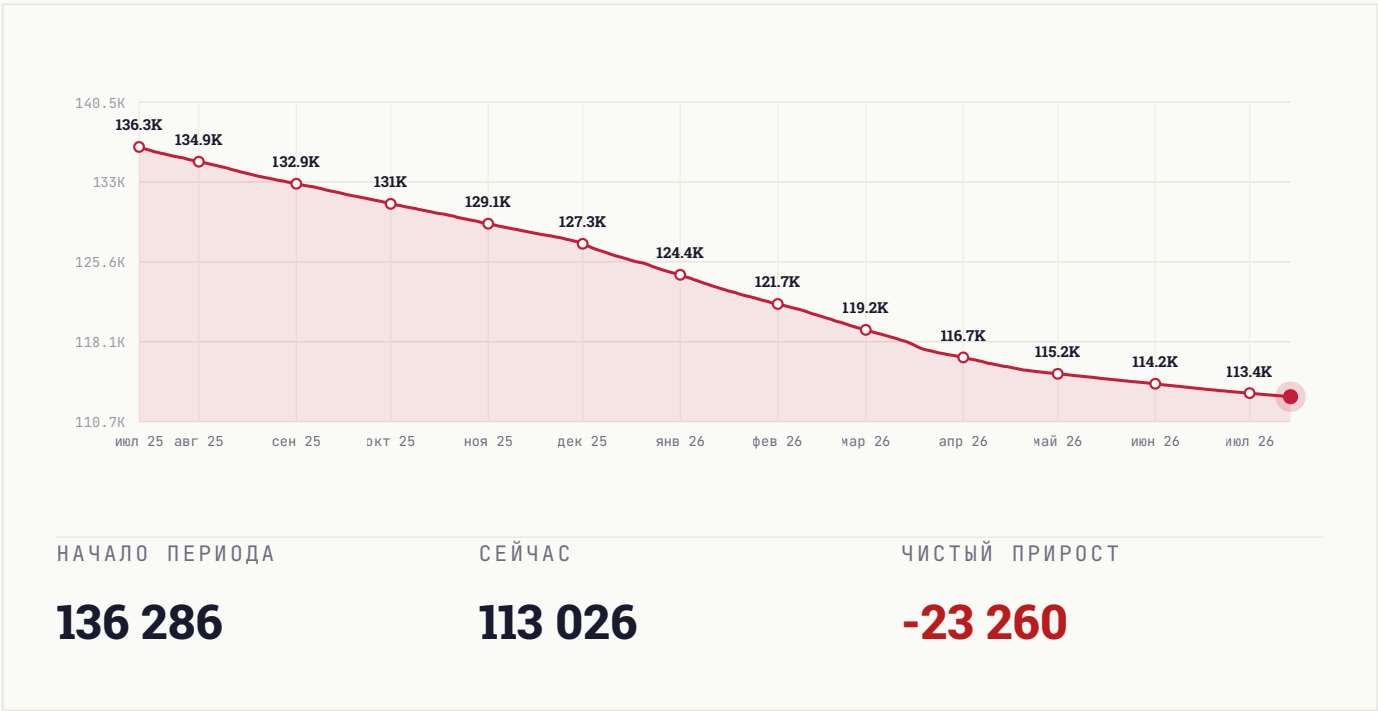
ХУДШИЕ 3

↓ 11.07 · 07:00 ФОТО Омлет "крабовый" Ингредиенты ↻ ♦ Яйца - 6 шт. ♦ Крабовые палочки - 200 гр ♦ Молоко - 90 мл ♦ Зелень укропа - 1 ст. л. ♦ Сыр - 40 гр ♦ Соль...	ПРОСМ. 3 332 РЕП. 33	РЕАКЦ. 16 ER 2.9%
↓ 10.07 · 13:40 ВИДЕО Закуска из кабачков с сыром и помидорами Ингредиенты ↻ ♦ Кабачок – 1 шт ♦ Яйца – 3 шт ♦ Панировочные сухари – для обваливания ♦ Мука – для...	ПРОСМ. 3 038 РЕП. 58	РЕАКЦ. 16 ER 2.7%
↓ 10.07 · 12:15 ВИДЕО Суп с креветками и сыром в мультиварке Ингредиенты ↻ ♦ Креветки - 200 гр ♦ Плавленный сыр - 150 гр ♦ Сливочное масло - 20 гр ♦ Картошка...	ПРОСМ. 2 962 РЕП. 36	РЕАКЦ. 15 ER 2.6%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

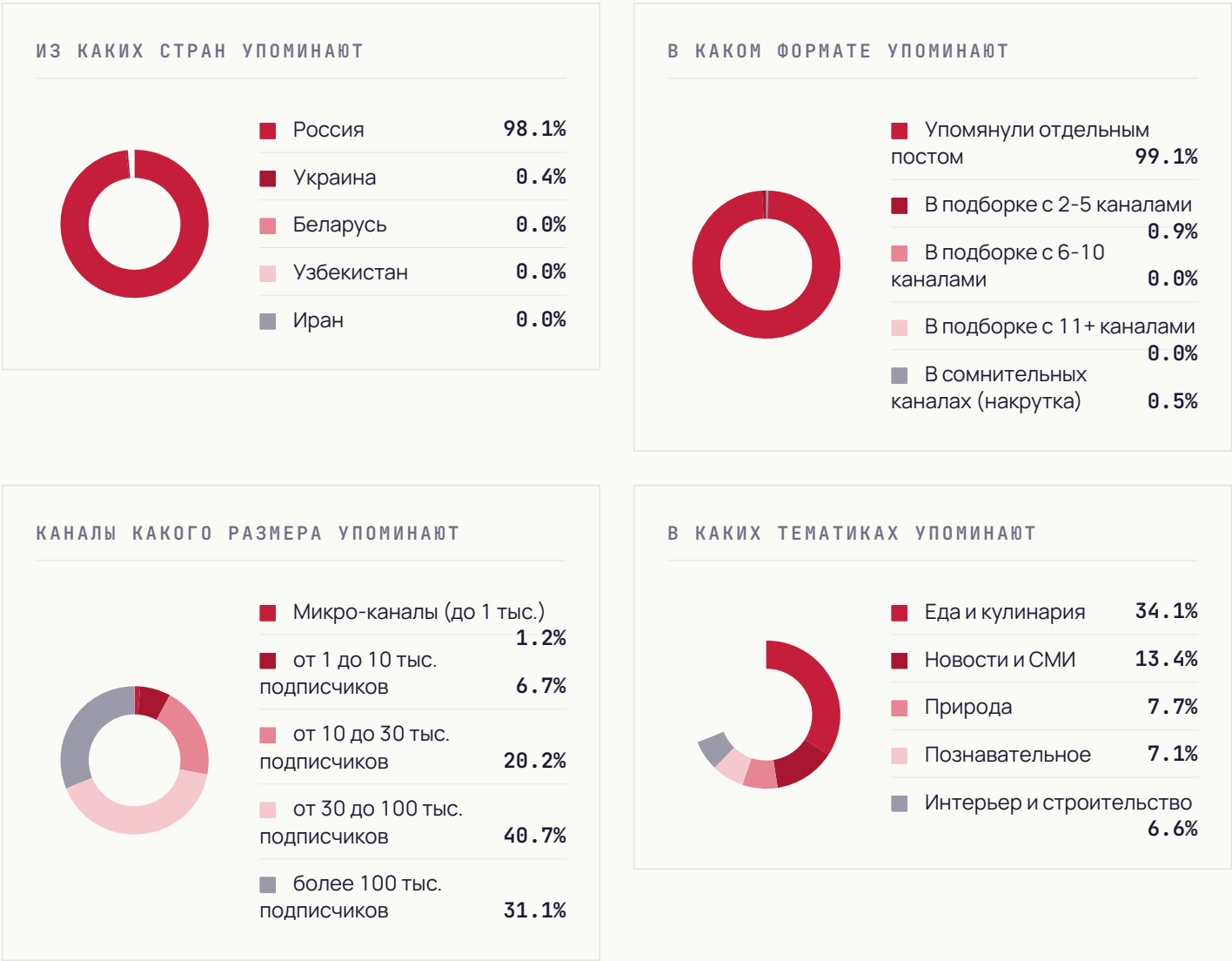
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

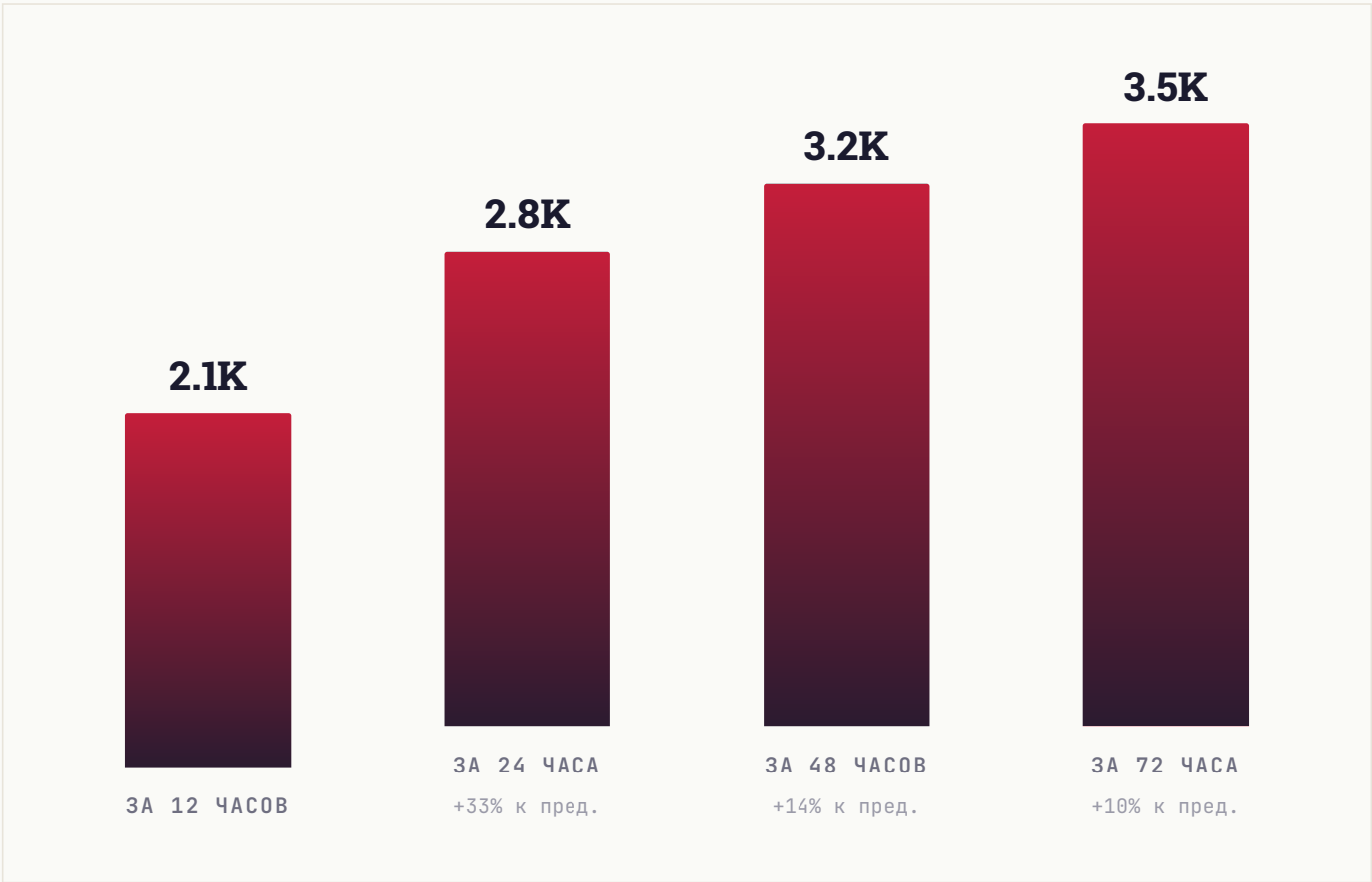
Индекс цитирования **800** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **752** разных каналов.



— 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
IT Iwin Token	3.3M
KP Кулинария Рецепты Салаты 🍴	997K
ПЯ Пятёрочка	775.4K
М 🍰 Мамины Рецепты 😊	679.9K
A Аэрогриль Рецепты	594K
ПР Простые Рецепты	586.5K
KP Книга рецептов	558.3K
КН Кухня наизнанку	532.8K
ВИ Вкусно и дешево 🍪	487.1K
ЧИ ЧИЖИК	483.8K
М Мультиварочка Рецепты ВР	113K

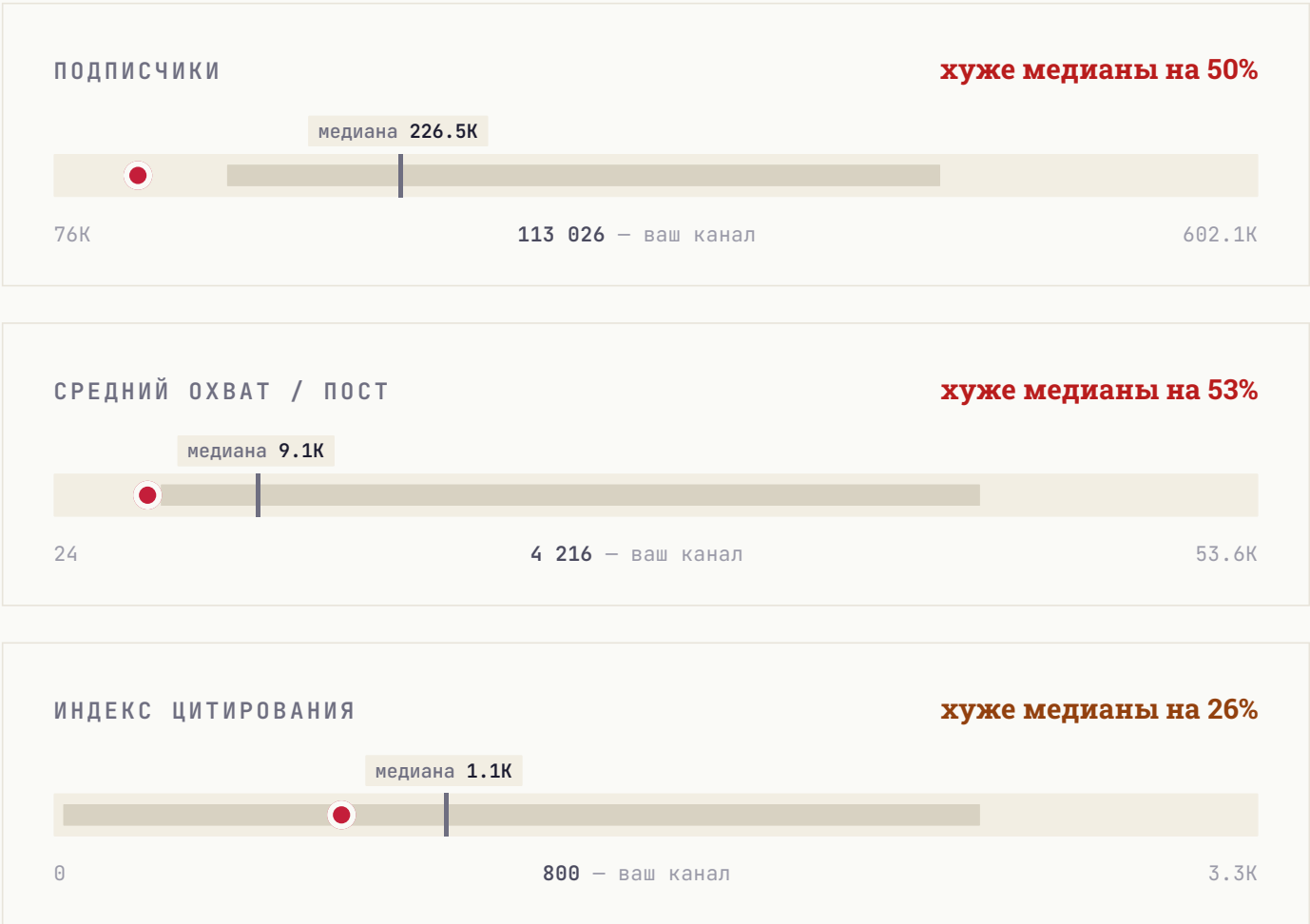
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-96 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Iwin Token (3.3M), медиана топ-96: 223.1K. Первая цель — войти в топ-96 через системную работу с трафиком и контентом.

РАЗДЕЛ 07 · 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 08 · 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 22:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 3.73% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+5.3пп 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
----	-------------------------------	---
