

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Макс Галишников



@makcgalishnikov

Профессиональный шеф повар • Кулинарный клуб «Вместе с шефом» https://paywall.pw/culinaryclub?utm_source=TELEGRAM&utm_medium=MAKS&utm_campaign=sentyabr
Сотрудничество : mgalishnikov@ya.ru

ПОДПИСЧИКИ

81 388

+11318 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

11.0%

за сутки 5.2%

ОХВАТ/ПОСТ

8.5K

рекл. охват 4.2K/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 81 388 —	👁️ охват подписчиков 10.39% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 8.5K медиана 8.8K · 29 дней	📅 постов/нед. 14.4 за период
📈 тренд 7д -6.9% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 72.4 всего 4 414 реакц., 6 111 реп., 0 комм.	📄 длина поста 775 зн. медиана 852 · 29 дней	★ постов в анализе 61 29 дней
📈 рекл. охват 4.2K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +11318 за последний месяц	📄 цитируемость 5 индекс цитирования · 19 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 4 месяца создан 26.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Макс Галишников» — 81 388 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 8.5K человек (10% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 14 постов в неделю (~2 в день) — регулярный режим. За неделю 6–12 июля охваты просели на -6.9% к неделе 29 июня – 5 июля — 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 61 посту за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (29/61 постов).
- 03 Средняя длина поста — 775 знаков (медиана 852).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 20:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (10.2K в среднем у топа vs 7.3K у худших) — среди 61 поста за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 21.06 · 17:20 ФОТО Суп страчателла Ингредиенты: Куриный бульон — 800 мл Яйца — 2 яйца Тертый пармезан — 45 гр Мука — 15 гр Петрушка свежая — 10 гр Соль и...	ПРОСМ. 10 583 РЕП. 196	РЕАКЦ. 97 ER 13.0%
№2 22.06 · 16:02 ВИДЕО Хачапури по-аджарски Рецепт теста Ингредиенты: Мука — 400 гр Вода тёплая — 250 гр Соль — 10 гр Сахар — 15 гр Дрожжи сухие — 6...	ПРОСМ. 10 047 РЕП. 455	РЕАКЦ. 115 ER 12.3%
№3 23.06 · 18:28 ВИДЕО 7 простых и вкусных завтраков 🍳 1 Пышный омлет по французской технологии Ингредиенты: Яйца — 5 шт Сыр — 30 гр Вода — 20 гр Соль по...	ПРОСМ. 9 886 РЕП. 294	РЕАКЦ. 104 ER 12.1%

№4 27.06 · 16:02 ФОТО «В клубе можно найти ответы на любые задачи: заготовки, базовые блюда и задачки со *» #интервью_участников_клуба Когда читаешь такие...	ПРОСМ. 9 863 РЕП. 1 РЕАКЦ. 35 ER 12.1%
№5 20.06 · 16:02 ФОТО ОДИН ДЕНЬ ЗАГОТОВОК – ЗАКРЫВАЕТ ВСЮ НЕДЕЛЮ В основе системы заготовок: — базовые бульоны и соусы — бланшированные или запечённые овощи —...	ПРОСМ. 9 837 РЕП. 5 РЕАКЦ. 42 ER 12.1%

I

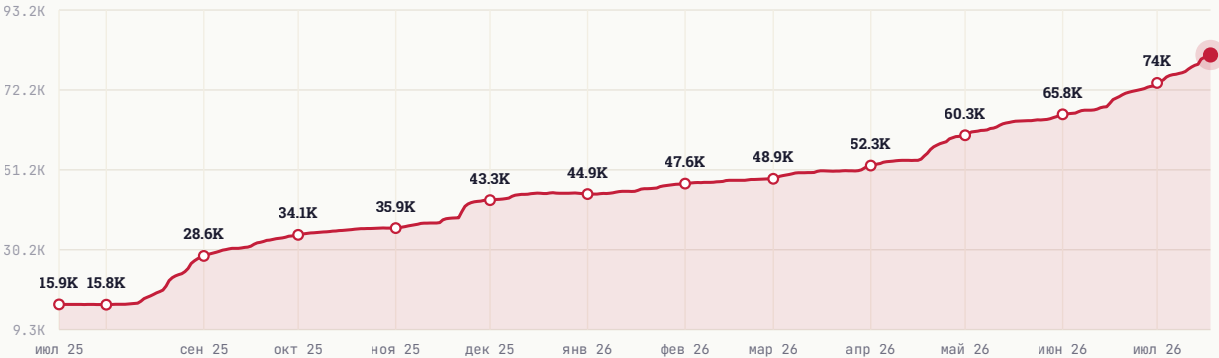
ХУДШИЕ 3

↓ 14.07 · 16:02 ВИДЕО Японское карри с удоном В пакет: Куриное бедро — 180 г Удон (варено-мороженный) — 180–200 г Морковь — 50 г Репчатый лук — 50 г Зеленый лук...	ПРОСМ. 7 534 РЕП. 143 РЕАКЦ. 85 ER 9.3%
↓ 14.07 · 07:11 ФОТО Морозилка может быть вашим личным су-шефом. В клубе «Вместе с Шефом» я разбираю такие бытовые, но важные техники: хранение, заморозку...	ПРОСМ. 7 455 РЕП. 40 РЕАКЦ. 57 ER 9.2%
↓ 15.07 · 07:01 ТЕКСТ ПОЧЕМУ ШЕФЫ ОБВАЛИВАЮТ СЫР В КРАХМАЛЕ ПЕРЕД ЖАРКОЙ #шефхаки Многие думают, что достаточно просто положить сыр на сковороду. Но через...	ПРОСМ. 6 938 РЕП. 39 РЕАКЦ. 107 ER 8.5%

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

15 893

СЕЙЧАС

81 382

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+65 489

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

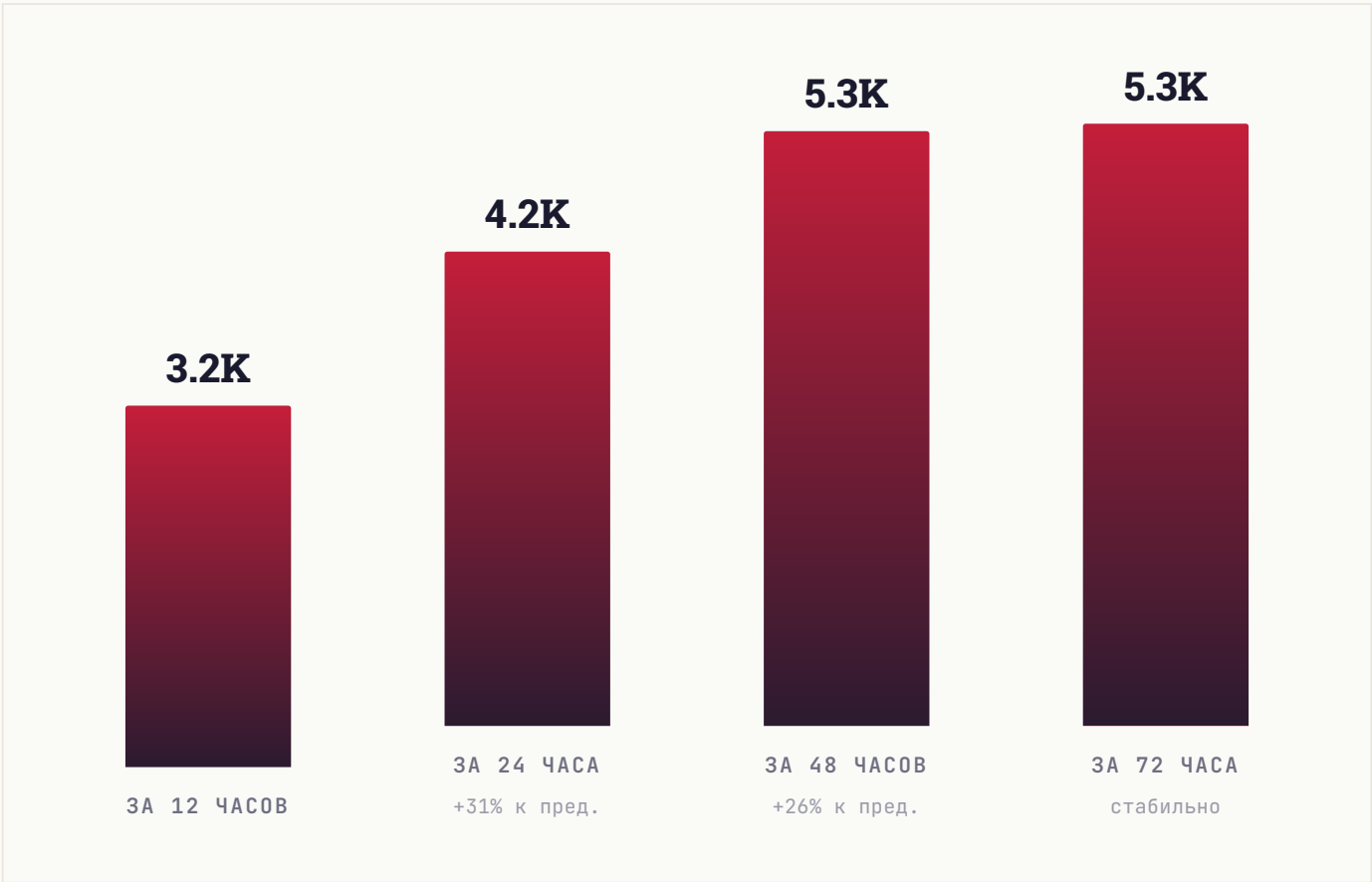
Индекс цитирования 5 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **19** разных каналов.



— 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 🍷	997.5K
ПЯ Пятёрочка	772.7K
🍰М 🍰Мамины Рецепты 😋	679.3K
A Аэрогриль Рецепты	594.4K
ПР Простые Рецепты	586.1K
KP Книга рецептов	557.9K
КН Кухня наизнанку	532.9K
ВИ Вкусно и дешево 🍪	486.4K
ЧИ ЧИЖИК	482.9K
МГ Макс Галишников ВВ	81.4K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-96 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Iwin Token (3.3M), медиана топ-96: 224.1K. Первая цель — войти в топ-96 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 **32 405** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	0	0	2 727
Декабрь 2025	0	0	2 134
Ноябрь 2025	1	1	7 387
Октябрь 2025	0	0	2 005
Сентябрь 2025	2	2	5 639
Август 2025	0	0	12 513

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
3	6	32 405

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

Главный пост недели — в воскресенье

В этот день и в 20:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

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.**

03

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

04

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**

05

Обновить описание канала под поиск Telegram

Telegram-поиск ищет по описанию. Добавьте 3-5 ключевых слов вашей ниши — это источник органического трафика.

ЭФФЕКТ

**Источник
органического
трафика**

★ 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
----	-------------------------------	---
