

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала HeРестораны



@nerestorani

Пишу про лучший стритфуд, бары, рынки и кафе, которые изменят ваше представление о еде! 🍷: @AntonFedorin

ПОДПИСЧИКИ

140 459

-1262 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

28.0%

за сутки 15.3%

ОХВАТ/ПОСТ

37.9K

рекл. охват 21.5K/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 140 459 —	👁️ охват подписчиков 26.96% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 37.9K медиана 39.6K · 29 дней	📅 постов/нед. 10.1 за период
📈 тренд 7д -2.4% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 176.4 всего 7 410 реакц., 3 081 реп., 24 комм.	📄 длина поста 813 зн. медиана 940 · 29 дней	★ постов в анализе 42 29 дней
📈 рекл. охват 21.5K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -1262 за последний месяц	📄 цитируемость 245 индекс цитирования · 582 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 2 месяца создан 17.04.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «НеРестораны» — 140 459 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 37.9K человек (27% от подписчиков), это хороший охват. Публикует 10 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 22–28 июня охваты стабильны (-2.4% к неделе 15–21 июня).

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 42 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (37/42 постов).
- 03 Средняя длина поста — 813 знаков (медиана 940).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (42.5K в среднем у топа vs 36.3K у худших) — среди 42 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 11.06 · 05:00 ФОТО Полный безлимит за 1980Р! И да, конечно же, это опять сделали китайцы! Как говорится — что бы ты ни делал, есть китаец, который делает...	ПРОСМ. 44 237 РЕП. 452	РЕАКЦ. 374 ER 31.5%
№2 10.06 · 16:00 ВИДЕО Duckstar's: всё меню по 350 Р, 3 ночи вечеринок и летняя веранда 🍸🔥 Впереди 3 выходных дня - отличный повод собраться с друзьями в...	ПРОСМ. 41 890 РЕП. 53	РЕАКЦ. 118 ER 29.8%
№3 19.06 · 11:51 ФОТО Обещания надо выполнять! Пару недель назад я обещал дойти до «Пауланера» на Олимпийском проспекте — кстати, моего самого любимого в Москве...	ПРОСМ. 41 489 РЕП. 109	РЕАКЦ. 262 ER 29.5%

№4 17.06 · 13:24 ФОТО Топовая шаурма, но и как бы не шаурма Заехал в «Sabz» попробовать их новинку – шаурму (650Р), но не с мясом с вертела, а с куриным бедром...	ПРОСМ. 41 248 РЕП. 106	РЕАКЦ. 254 ER 29.4%
№5 29.06 · 08:17 ВИДЕО Стильный бесплатный коворкинг и отличный кофе! Я в принципе не понимаю, как это место существует, но оно есть. Насколько я знаю, Hyundai...	ПРОСМ. 40 904 РЕП. 93	РЕАКЦ. 311 ER 29.1%

|

ХУДШИЕ 3

↓ 24.06 · 13:39 ФОТО Экономим время и бронируем столики через нейросеть Ага, теперь и так можно: в Алисе AI появился новый ИИ-агент «Бронирование». Я на днях...	ПРОСМ. 38 698 РЕП. 3	РЕАКЦ. 81 ER 27.6%
↓ 10.06 · 12:04 ФОТО IT-решение месяца: AI-ассистент для ресторанов Редакция Resti регулярно работает не только с ресторанами, но и с сервисами, которые...	ПРОСМ. 36 186 РЕП. 7	РЕАКЦ. 76 ER 25.8%
↓ 10.06 · 14:02 ФОТО Сладкие булочки, мы к вам с новостями! На сайте «Открытой кухни» появились тематические тесты. Планы на ближайшие дни такие: • выяснить...	ПРОСМ. 34 040 РЕП. 27	РЕАКЦ. 22 ER 24.2%

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.

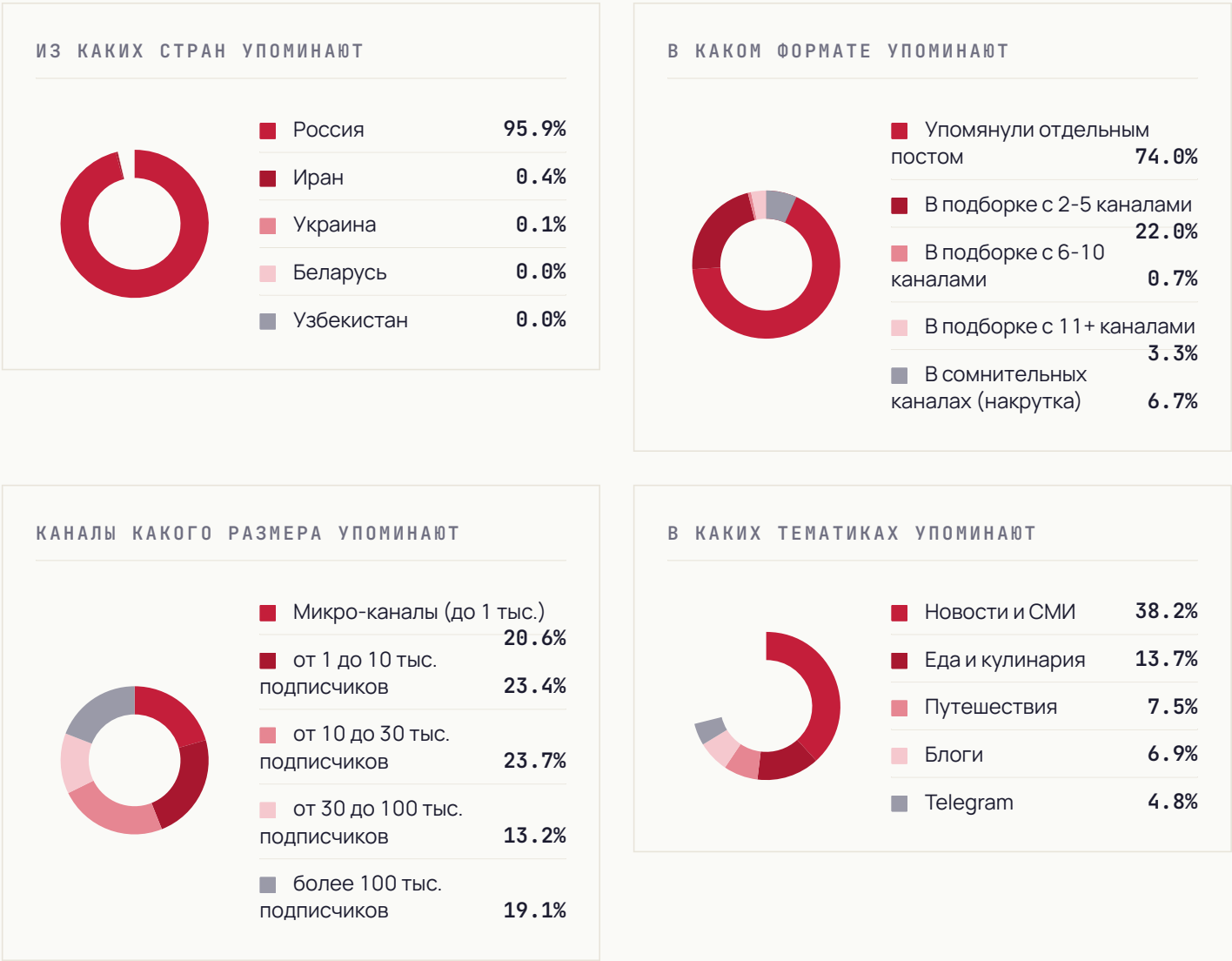


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
140 178	140 468	+290

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

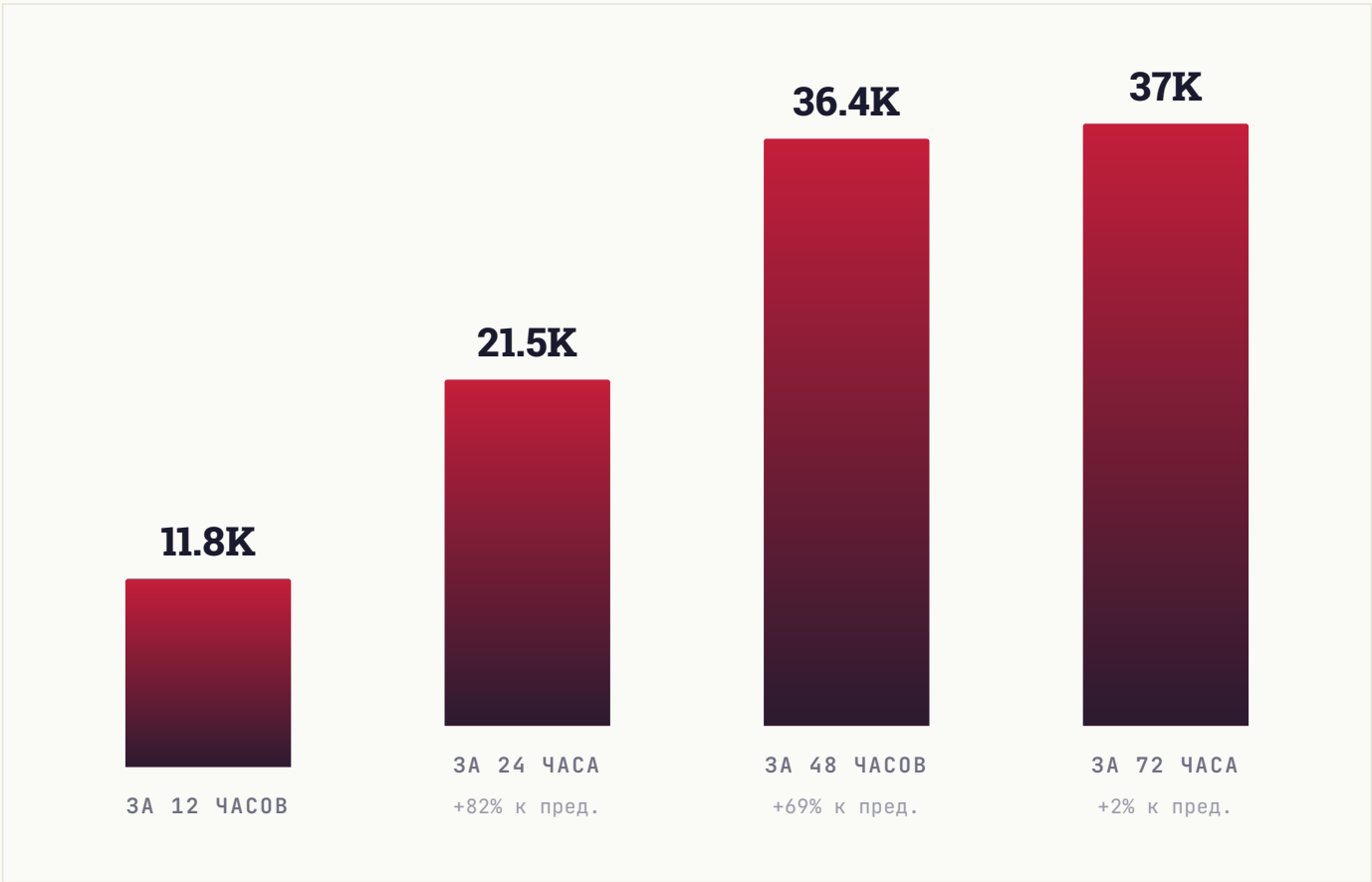
Индекс цитирования **245** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **582** разных каналов.



— 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
НЕ НеРестораны ВЫ	140.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#90 из 94). Медиана ниши — 205K подписчиков. Первый KPI роста — выйти на медиану. Лидер: Кулинария Рецепты Салаты 🍳 (995.6K).

— 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 **26**, они привели **27 671** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	6	3	3 826
Декабрь 2025	11	10	4 976
Ноябрь 2025	2	2	4 565
Октябрь 2025	5	5	8 750
Сентябрь 2025	0	0	2 986
Август 2025	2	2	2 568

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
26	6	27 671

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

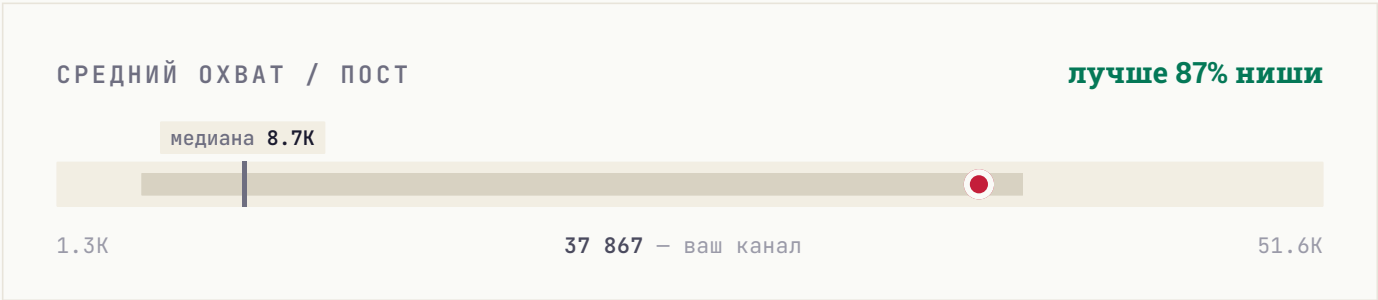
Где канал в своей лиге

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.

#90 /100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в нижней 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 пятницу

В этот день и в 14:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Увеличить долю видео-постов

Видео в Telegram удерживает аудиторию дольше и лучше воспринимается алгоритмом. Рекомендуем доводить долю до 15-25%.

ЭФФЕКТ

**Видео лучше
удерживает
аудиторию**

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