

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Салаты | Десерты



@salaty5deserty

Салаты | Десерты . Быстрые рецепты на все случаи жизни По всем вопросам: @rebarekpetr Биржа: [telega.in/c/salaty5deserty?](https://t.me/salaty5deserty) r=NHStgwzZ PKH: vk.cc/clwB4B

ПОДПИСЧИКИ

25 631

-135 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

2.0%

за сутки 1.1%

ОХВАТ/ПОСТ

486

рекл. охват 294/24ч

— 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 25 631 —	👁️ охват поста 1.9% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 486 медиана 529 · 29 дней	📅 постов/нед. 36.0 за период
📈 тренд 7д -10.5% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 1.9 всего 297 реакц., 1 245 реп., 0 комм.	📄 длина поста 425 зн. медиана 303 · 29 дней	★ постов в анализе 153 29 дней
📈 рекл. охват 294 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -135 за последний месяц	📄 цитируемость 127 индекс цитирования · 137 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 6 лет 1 день создан 01.10.2020

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Салаты | Десерты» — 25 631 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 486 человек (2% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 36 постов в неделю (~5 в день) — активный режим публикаций. За неделю 21–27 сентября охваты просели на -10.5% к неделе 14–20 сентября — 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 153 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (126/153 постов).
- 03 Средняя длина поста — 425 знаков (медиана 303).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 07:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (624 в среднем у топа vs 382 у худших) — среди 153 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 17.09 · 17:46 ВИДЕО Рецепт крема для рюшей ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ на торт 4 кг Нам понадобится: ☒Творожный сыр - 200 грамм ☒Шоколад белый - 100 грамм ☒Масло сливочное...	ПРОСМ. 644 РЕП. 8	РЕАКЦ. 3 ER 2.5%
№2 17.09 · 04:21 ВИДЕО Полезный салат из свеклы и чернослива Ингредиенты: Свёкла Грецкие орехи Чернослив Чеснок Майонез Соль Перец МЫ В МАХ 🔥 подписаться	ПРОСМ. 615 РЕП. 12	РЕАКЦ. 2 ER 2.4%
№3 19.09 · 17:17 ВИДЕО Оладьи Кефир 250 гр Сода 1/2 ч.л Яйца 2 шт Сахар 160 гр Соль щепотка Мука +-270 гр(смотрите по консистенции, как сметана) Растительное...	ПРОСМ. 613 РЕП. 16	РЕАКЦ. 3 ER 2.4%

№4 17.09 · 08:17 ВИДЕО 🥗 Тёплый салат из запечённых овощей 🍷 Ингредиенты: Перец - 3-4 шт Баклажан - 1 шт Лук красный - 1 луковица Маслины - 50 гр Петрушка или...	ПРОСМ. 604 РЕП. 5	РЕАКЦ. 2 ER 2.4%
№5 15.09 · 08:16 ВИДЕО 😋 Аджика 🍷 Ингредиенты: Перец сладкий - 1 кг Помидоры - 1 кг Чеснок - 0.5 кг Горький перец - 0.5 кг Соль - 0, 5 стакана Сахар - 0.5...	ПРОСМ. 596 РЕП. 14	РЕАКЦ. 3 ER 2.3%

|

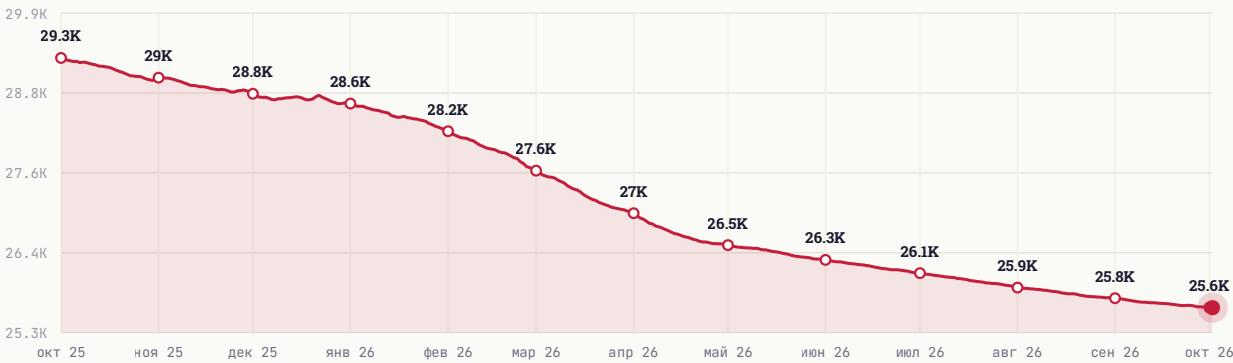
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 27.09 · 14:02 ВИДЕО Вафельные трубочки на сковороде 🍷 Получаются очень хрустящими, один в один как в детстве 😊 Сохраняй рецепт и погнали...	ПРОСМ. 396 РЕП. 13	РЕАКЦ. 1 ER 1.5%
↓ 27.09 · 12:15 ТЕКСТ СЕКРЕТ ИДЕАЛЬНЫХ ТЮЛЬПАНОВ ИЗ ЗЕФИРА! 🍷 По этому рецепту готовят сотни топовых мастеров! Он идеален для создания тех самых реалистичных...	ПРОСМ. 389 РЕП. 3	РЕАКЦ. 3 ER 1.5%
↓ 27.09 · 12:15 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 362 РЕП. 5	РЕАКЦ. — ER 1.4%

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.



НАЧАЛО ПЕРИОДА

29 279

СЕЙЧАС

25 631

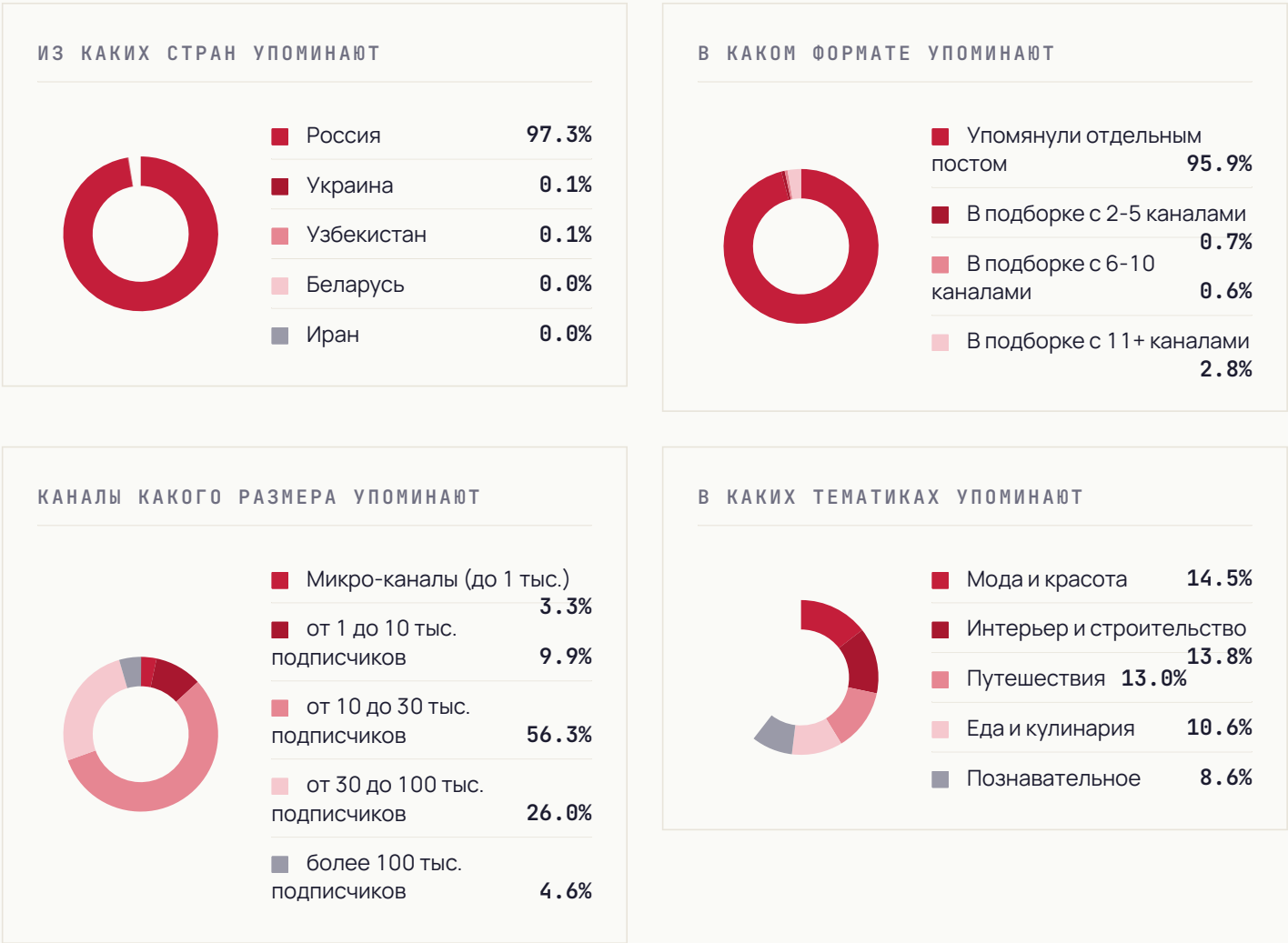
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-3 648

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

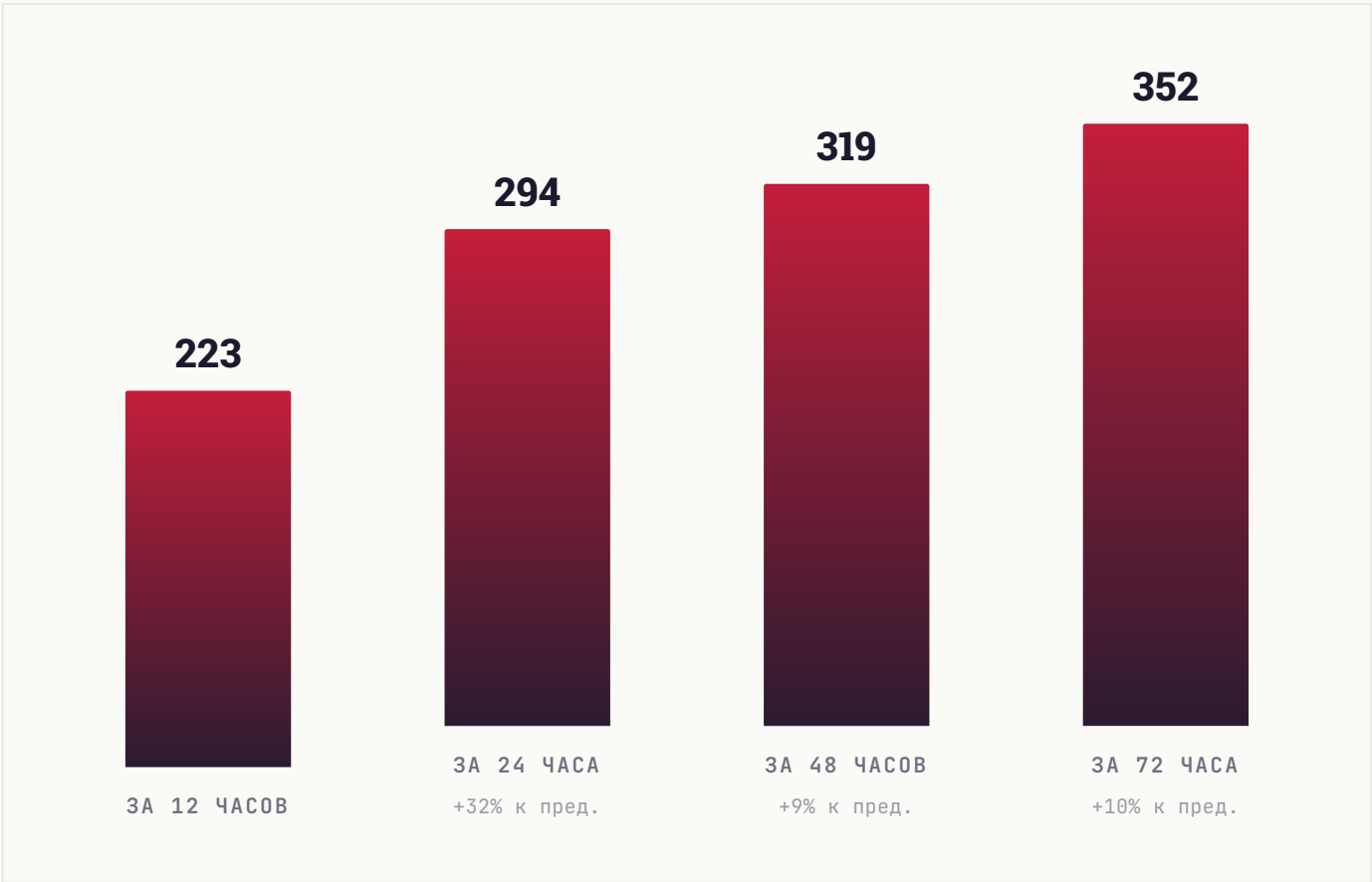
Индекс цитирования **127** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **137** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
РВ Рецепты: Вкусные Простые Домашние	39.3K
С- Соленья - Варенья - Заготовки	36.3K
ДИ Дизайн интерьера Ремонт	33.5K
ЖЛ Женские Лайфхаки: Красота	30.3K
ХД Хитрости Дизайна	26.2K
С Салаты Десерты ВЫ	25.6K
МП Модные Прически Стрижки	24.2K
К- Клумба - Растения	14.7K
СБ Сладкая булочка	3.9K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (6-е место из 9). 5 каналов крупнее, 3 — 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 **1**, а канал за это время прибавил **205** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	0	0	0
Март 2026	0	0	0
Февраль 2026	1	1	0
Январь 2026	0	0	13
Декабрь 2025	0	0	129
Ноябрь 2025	0	0	63

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
1	6	205

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **96 каналов** категории «Еда и кулинария» от 8 тыс. до 77 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#50 /96

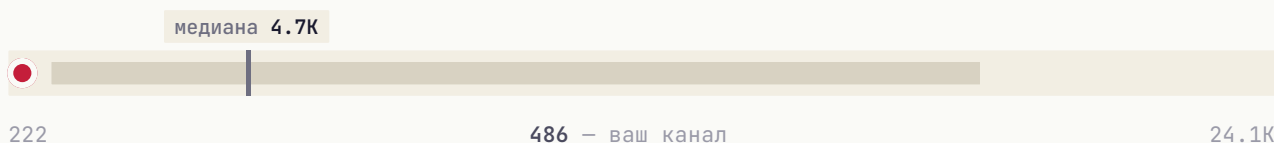
ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 50 из 96 каналов сопоставимого размера

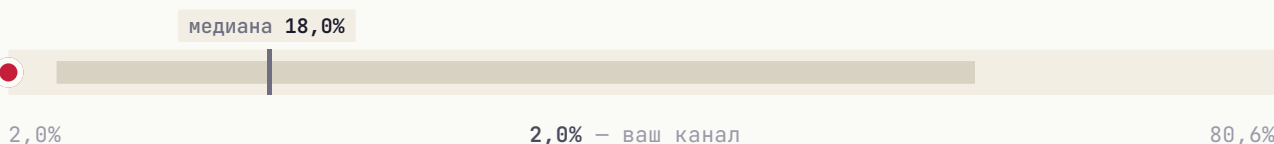
ПОДПИСЧИКИ

в пределах группы, ниже середины


СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

ниже своей группы


ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

ниже своей группы




Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **индекс цитирования**. 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 07:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 1.9% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+7.1пп 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	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
