

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала АКАДЕМИЯ STANFOOD



@stanfoodacademy

Этот канал – твой карьерный навигатор: стратегии роста, нетворкинг с лидерами индустрии, обзор главных трендов и анонсы курсов, которые меняют твое положение на кухне и за ее пределами. Ваш...

ПОДПИСЧИКИ

5 011

-23 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

14.0%

за сутки 5.0%

ОХВАТ/ПОСТ

664

рекл. охват 252/24ч

— 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 «Курсы и гайды»

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 5 011 —	👁️ охват поста 13.26% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 664 медиана 668 · 25 дней	📅 постов/нед. 3.9 за период
📈 тренд 7д +6.0% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 8.0 всего 112 реакц., 90 реп., 2 комм.	📄 длина поста 762 зн. медиана 787 · 25 дней	★ постов в анализе 14 25 дней
📈 рекл. охват 252 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -23 за последний месяц	📄 цитируемость 22 индекс цитирования · 108 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 7 месяцев создан 05.03.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «АКАДЕМИЯ STANFOOD» — 5 011 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 664 человек (13% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 4 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 28 сентября — 4 октября охваты выросли на +6.0% к неделе 21–27 сентября — позитивная динамика.

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 14 постам за 25 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (9/14 постов).
- 03 Средняя длина поста — 762 знаков (медиана 787).
- 04 Пик активности аудитории — суббота, 08:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (878 в среднем у топа vs 551 у худших) — среди 14 постов за 25 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 19.09 · 05:23 ФОТО  ВЕНСКАЯ ВЫПЕЧКА: КАК ЭТО БЫЛО Двухдневный курс Ханса Овандо — лучшего кондитера Испании (2022) и лучшего шоколатье (2008) — прошёл в...	ПРОСМ. 974 РЕП. 1	РЕАКЦ. 11 ER 19.4%
№2 03.10 · 06:55 ФОТО  РЕЦЕПТ: Печенье с какао и миндальной мукой Осень — это время уютной выпечки! А печенье с какао — отличный вариант: ароматное, с...	ПРОСМ. 944 РЕП. 31	РЕАКЦ. 8 ER 18.8%
№3 15.09 · 11:24 ТЕКСТ  КУРСЫ НА БЛИЖАЙШЕЕ ВРЕМЯ Осенний сезон — это всегда проверка на прочность. Чтобы пройти его уверенно, стоит заранее усилить слабые...	ПРОСМ. 717 РЕП. 3	РЕАКЦ. 8 ER 14.3%

№4 24.09 · 16:10 ФОТО 🔥 ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В STANFOOD Как оставаться на плаву, когда рынок штормит, поставки срываются, цены растут, а команда выгорает? 28...	ПРОСМ. 706 РЕП. 5	РЕАКЦ. 10 ER 14.1%
№5 21.09 · 12:13 ФОТО !! ВАКАНСИЯ: бариста в кафе RIOBA Центрального офиса МЕТРО Обязанности: ♦ Готовить горячие и холодные напитки ассортимента кафе. ♦ ...	ПРОСМ. 705 РЕП. 6	РЕАКЦ. 7 ER 14.1%

|

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 29.09 · 15:23 ТЕКСТ 🔥 ПОДБОРКА КУРСОВ НА НАЧАЛО ОКТЯБРЯ Октябрь — прекрасный месяц для того, чтобы учиться 🍷 Летняя суета позади, а впереди много времени, чтобы...	ПРОСМ. 641 РЕП. —	РЕАКЦ. 3 ER 12.8%
↓ 01.10 · 07:20 ФОТО 🥞 ЧЕК-ЛИСТ: как адаптировать десертную карту на осень Осень диктует новые правила: то, что продавалось летом, теряет актуальность. Гости...	ПРОСМ. 592 РЕП. 7	РЕАКЦ. 4 ER 11.8%
↓ 06.10 · 12:13 ВИДЕО 🥞 ПОЧЕМУ БИСКВИТ ОСЕДАЕТ ИЛИ ПОДНИМАЕТСЯ ГОРКОЙ? Бисквит — основа десертов, но даже у профи он ведёт себя непредсказуемо: то оседает, то...	ПРОСМ. 420 РЕП. 4	РЕАКЦ. 7 ER 8.4%

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

4 533

СЕЙЧАС

5 011

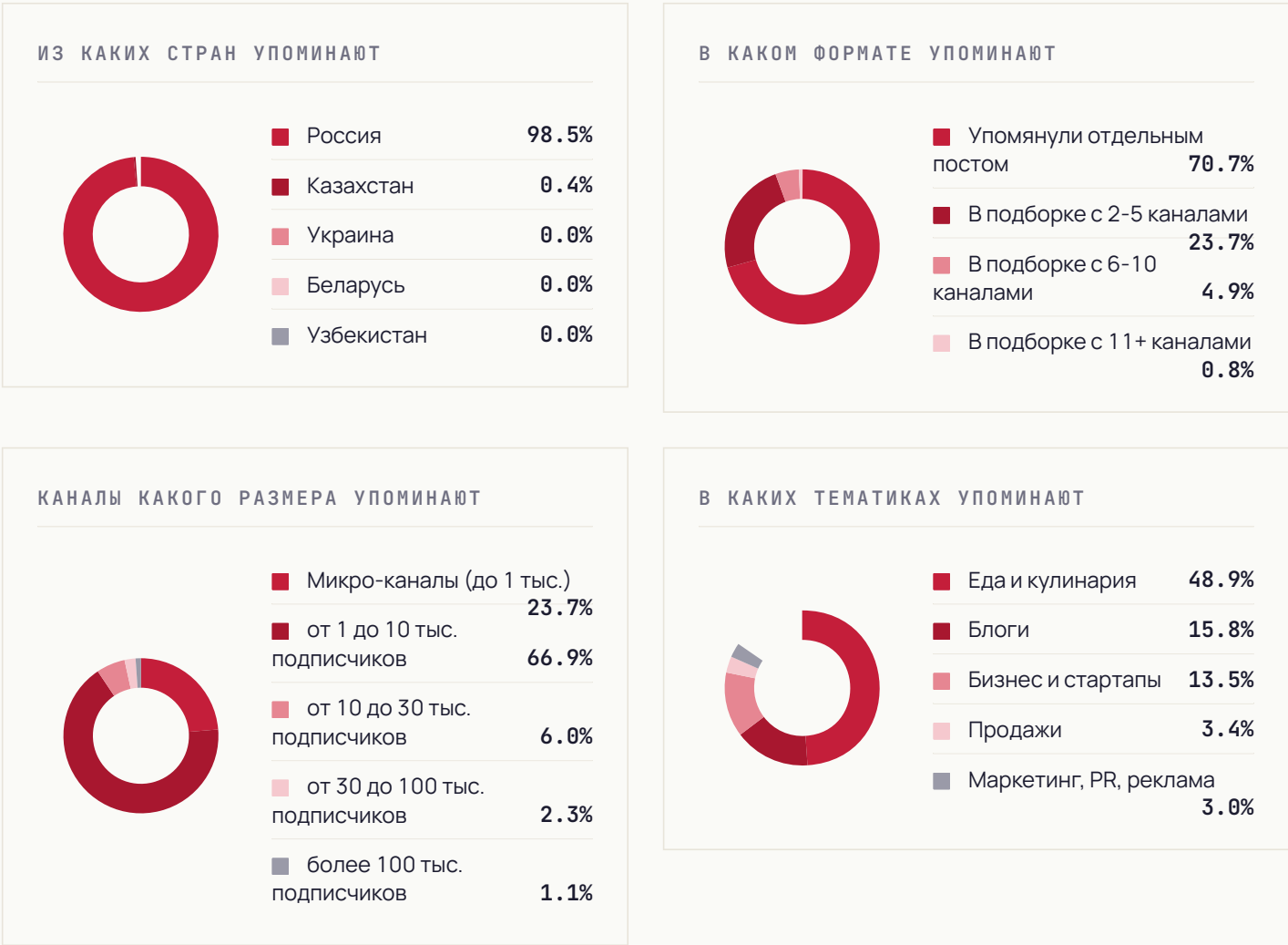
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+478

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

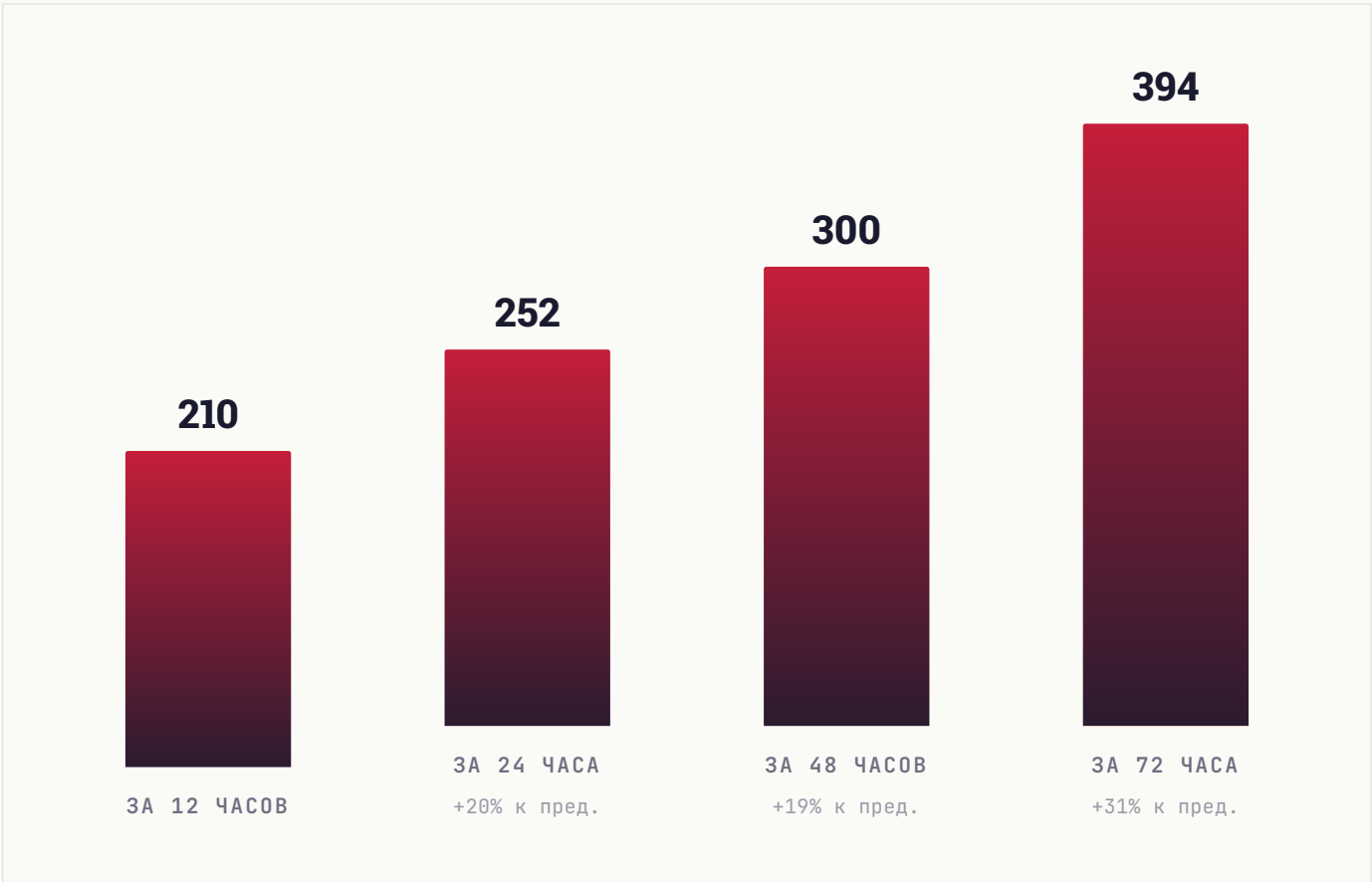
Индекс цитирования **22** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **108** разных каналов.



— 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
RE Resfood	9.1K
ZE ZEALANDIA_BUTTER	5.3K
AS АКАДЕМИЯ STANFOOD Вы	5K
MD МЕТРО ДЛЯ БИЗНЕСА	4.8K
PI PESOTSKIY ПЕСОЦКИЙ	4.1K
KO Круассаны Оксаны	4K
SP SVCH profi	3.2K
FS Food Studies	3.1K
AT Antonchef Talks	2.8K
XP ХУРМА Рекрутмент/HURMA recruitment	2.8K
UM UMAMI	863

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 11, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: Resfood, 9.1K), мельче — 8 каналов. С лидерами — платные размещения или ивенты; с остальными — взаимные размены постов на равных условиях.

— 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 **46**, а канал за это время прибавил **664** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц	
Апрель 2026	25	15	317	
Март 2026	3	3	21	
Февраль 2026	7	6	33	
Январь 2026	3	3	5	
Декабрь 2025	5	4	247	
Ноябрь 2025	3	3	41	

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
46	6	664

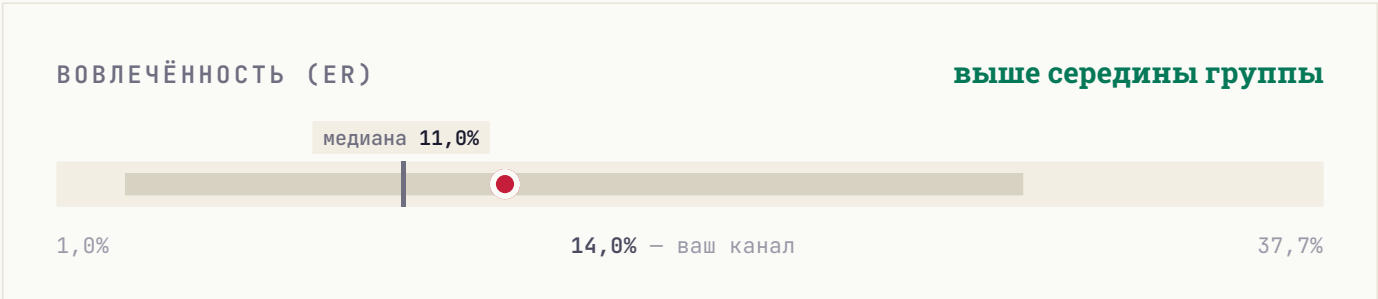
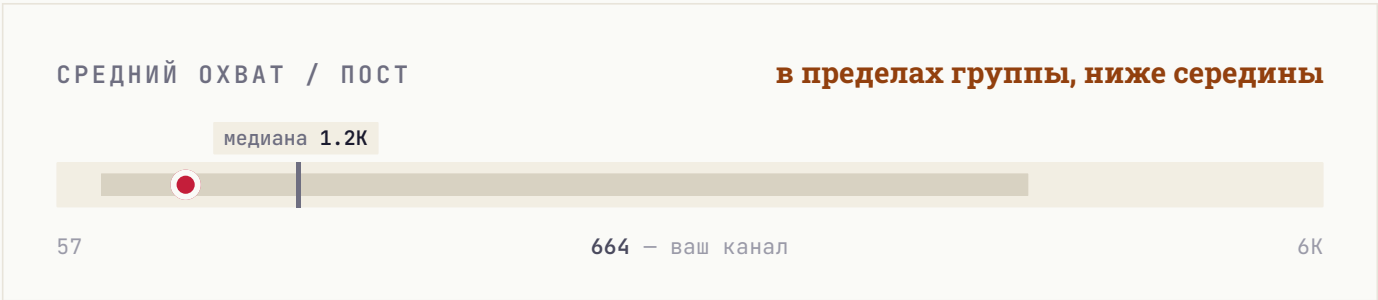
РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **41 канал** категории «Курсы и гайды» от 501 до 50 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#39 / 41

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 39 из 41 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **вовлечённость**. 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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 3.9 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в суббота

В этот день и в 08:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

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