

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Рецепты

Каждый День



@topretsept

По рекламе: @masha_lml - Лучшие рецепты 3 раза в день. -
Удобный поиск по хештегам. - Добавляй в избранное, чтобы не
забыть. Перечень РКН: <https://clck.ru/3Fix8p>

ПОДПИСЧИКИ

225 034

-1186 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

6.0%

за сутки **2.8%**

ОХВАТ/ПОСТ

12.3K

рекл. охват **6.2K/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 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 225 034 —	👁️ охват подписчиков 5.47% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 12.3K медиана 12.6K · 29 дней	📅 постов/нед. 24.3 за период
📈 тренд 7д -6.2% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 38.6 всего 3 941 реакц., 9 972 реп., 8 комм.	📄 длина поста 704 зн. медиана 720 · 29 дней	★ постов в анализе 102 29 дней
📈 рекл. охват 6.2K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -1186 за последний месяц	📄 цитируемость 61 индекс цитирования · 468 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 10 месяцев создан 01.09.2021

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Рецепты Каждый День» — 225 034 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 12.3K человек (5% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 24 постов в неделю (~3 в день) — активный режим публикаций. За неделю 29 июня – 5 июля охваты просели на -6.2% 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 102 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (102/102 постов).
- 03 Средняя длина поста — 704 знаков (медиана 720).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 21:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (14.6K в среднем у топа vs 9.5K у худших) — среди 102 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 14.06 · 18:00 ФОТО Ребрышки в медовом маринаде  Состав: - Свиные ребра — 600 г - Мед — 2,5 ст.л. - Лимон — 1/4 шт. - Соль — по вкусу - Соевый соус — 50...	ПРОСМ. 15 143 РЕП. 166	РЕАКЦ. 45 ER 6.7%
№2 12.06 · 18:00 ФОТО Азу по-татарски  Ингредиенты: - Говядина — 500 г. - Лук репчатый — 5 шт. - Морковь - 2 шт. - Огурцы соленые — 3 шт. - Паста томатная...	ПРОСМ. 14 430 РЕП. 156	РЕАКЦ. 57 ER 6.4%
№3 13.06 · 18:00 ФОТО Пирог с рыбой и рисом  Ингредиенты: - Слоёное бездрожжевое тесто - 200 г. - Филе лосося - 200 г. - Отварной рис - 120 г. - Яйцо...	ПРОСМ. 14 327 РЕП. 112	РЕАКЦ. 47 ER 6.4%

№4 14.06 · 13:00 ФОТО Яйца по-шотландски Ингредиенты: - Говяжий фарш - 400 г. - Вустерский соус - 1 ст.л. - Горчица - 1 ст.л. - Соль - 0,5 ч.л. - Сушеный...	ПРОСМ. 14 276 РЕП. 54	РЕАКЦ. 34 ER 6.3%
№5 15.06 · 08:00 ФОТО Лаваш с творогом и сыром в духовке Ингредиенты: - Лаваш - 3 шт. - Сливочное масло - 50 г. - Соль, перец - по вкусу - Твердый сыр -...	ПРОСМ. 14 166 РЕП. 128	РЕАКЦ. 43 ER 6.3%

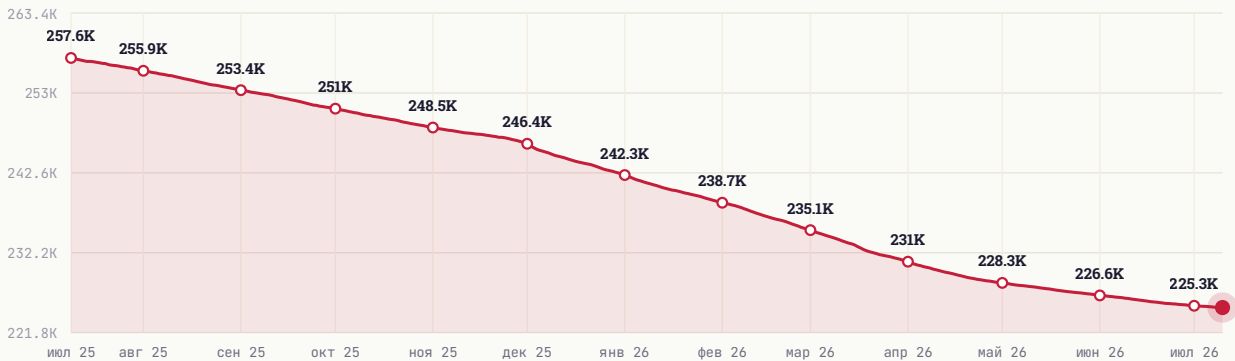
ХУДШИЕ 3

↓ 05.07 · 13:00 ФОТО Идеальные отбивные Ингредиенты: - Филе курицы - 2 шт. - Соль, черный перец, сладкая паприка - по вкусу - Мука - 2 ст. л. - Яйцо - 2...	ПРОСМ. 9 861 РЕП. 101	РЕАКЦ. 44 ER 4.4%
↓ 06.07 · 13:00 ФОТО Оладьи Ингредиенты: - Мука - 350-400 г. - Яйцо - 1 шт. - Молоко - 500 мл. - Дрожжи сухие - 1 ч. л. • Сахар - 2-3 ст. л. - Соль -...	ПРОСМ. 9 556 РЕП. 139	РЕАКЦ. 47 ER 4.2%
↓ 06.07 · 12:00 ФОТО Салат с киви, сыром и авокадо Состав: - Авокадо - 1 шт. - Киви - 2 шт. - Фета - 100 г. - Рукола - 1/2 пучка - Орехи - 1 горсть -...	ПРОСМ. 9 047 РЕП. 74	РЕАКЦ. 30 ER 4.0%

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

257 574

СЕЙЧАС

225 034

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-32 540

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

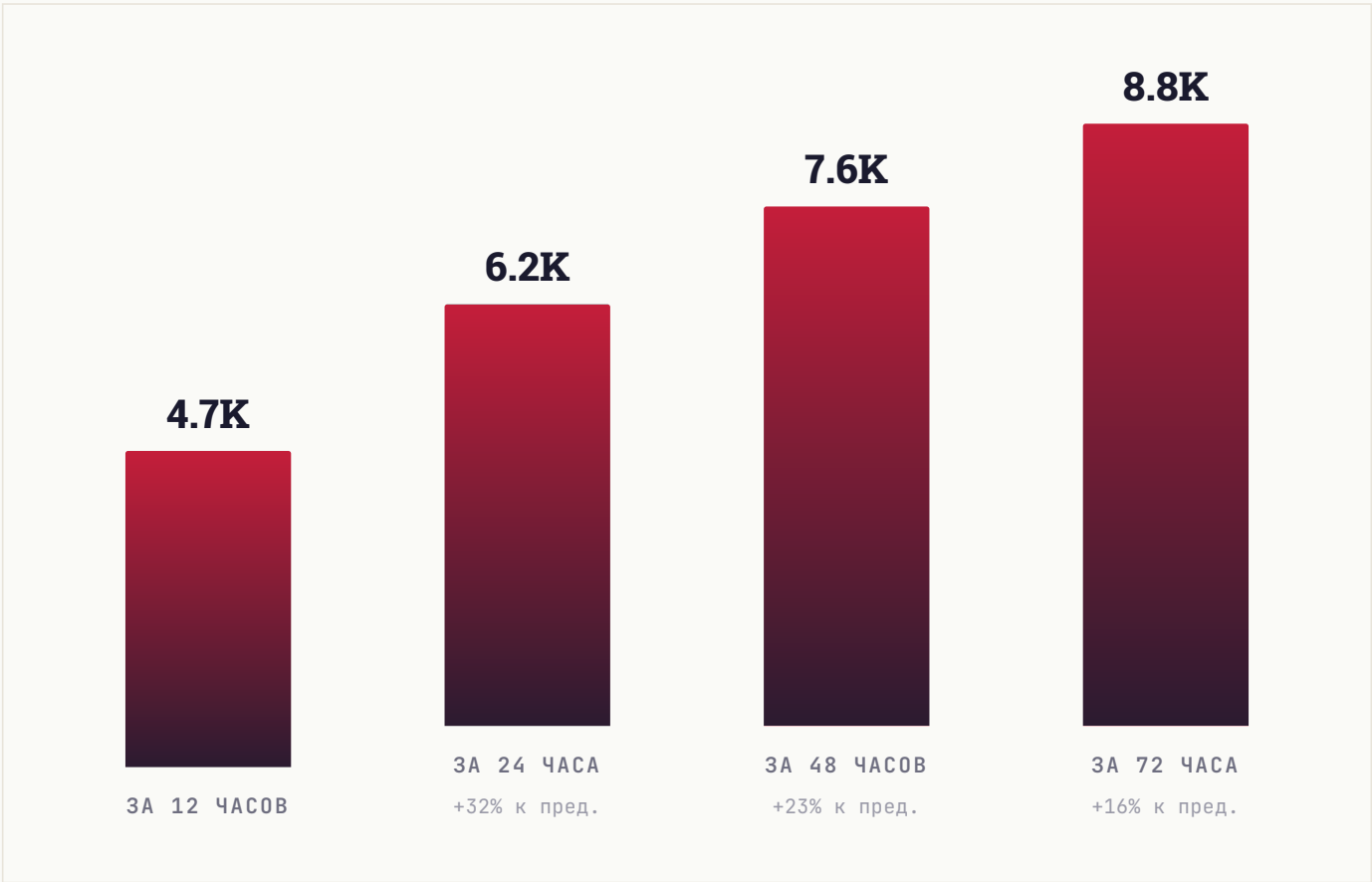
Индекс цитирования **61** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **468** разных каналов.



— 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
РК Рецепты Каждый День ВЫ	225K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#48 из 94). Медиана ниши — 205K подписчиков. Первый KPI роста — выйти на медиану. Лидер: Кулинария Рецепты Салаты 🍳 (995.6K).

Где канал в своей лиге

#48 /100 ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Канал в верхней половине рейтинга



— 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 воскресенье

В этот день и в 21:00 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

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 5.47% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+3.5пп ER

04

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.**

05

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

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