

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Вкусно едим.

Рецепты.



@vkucnoedim

САМЫЕ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ Связь - @pablik_tg PKH <https://clck.ru/3G8hZo> Купить рекламу: <https://telega.in/c/vkucnoedim>

ПОДПИСЧИКИ

35 292

-196 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

7.0%

за сутки **2.2%**

ОХВАТ/ПОСТ

2.4K

рекл. охват **779/24ч**

— 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 35 292 —	👁️ ОХВАТ ПОСТА 6.73% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 2.4К медиана 2.2К · 11 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 2.3 за период
💖 РЕАКЦ./ПОСТ 21.5 всего 86 реакц., 181 реп., 0 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 941 зн. медиана 943 · 11 дней	★ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 4 11 дней	📈 РЕКЛ. ОХВАТ 779 среднее за 24ч
💖 ОТТОК / МЕСЯЦ -196 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 2 индекс цитирования · 4 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 4 года 5 месяцев создан 04.03.2022	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Вкусно едим. Рецепты.» — 35 292 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 2.4К человек (7% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 2 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

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 4 постам за 11 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (4/4 постов).
- 03 Средняя длина поста — 941 знаков (медиана 943).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 12:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.6K в среднем у топа vs 2.1K у худших) — среди 4 постов за 11 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-4 ПОСТОВ

№1 10.08 · 09:01 ФОТО Морковный кекс с грецкими орехами и корицей. Ароматный, мягкий и слегка влажный внутри. Ингредиенты: Морковь — 250 г Яйца — 2 шт. Сахар —...	ПРОСМ. 3 338 РЕП. 49	РЕАКЦ. 22 ER 9.5%
№2 17.08 · 10:16 ФОТО Сливочный суп с курицей и шампиньонами. Ингредиенты: Куриное филе — 300 г Шампиньоны — 250 г Лук — 1 шт. Морковь — 1 шт. Плавленный...	ПРОСМ. 2 523 РЕП. 43	РЕАКЦ. 21 ER 7.1%
№3 22.08 · 08:19 ФОТО Творожная шарлотка с яблоками. Ингредиенты Творог — 250 г (5–9%) Яйца — 3 шт. Сахар — 100–120 г Мука — 150 г Разрыхлитель — 1 ч...	ПРОСМ. 1 869 РЕП. 74	РЕАКЦ. 28 ER 5.3%

№4 21.08 · 12:07 ФОТО  Салат «Полоски» Яркий, сочный и очень простой салат — выглядит празднично, а готовится буквально за несколько...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	1 768	15
	РЕП.	ER
	15	5.0%

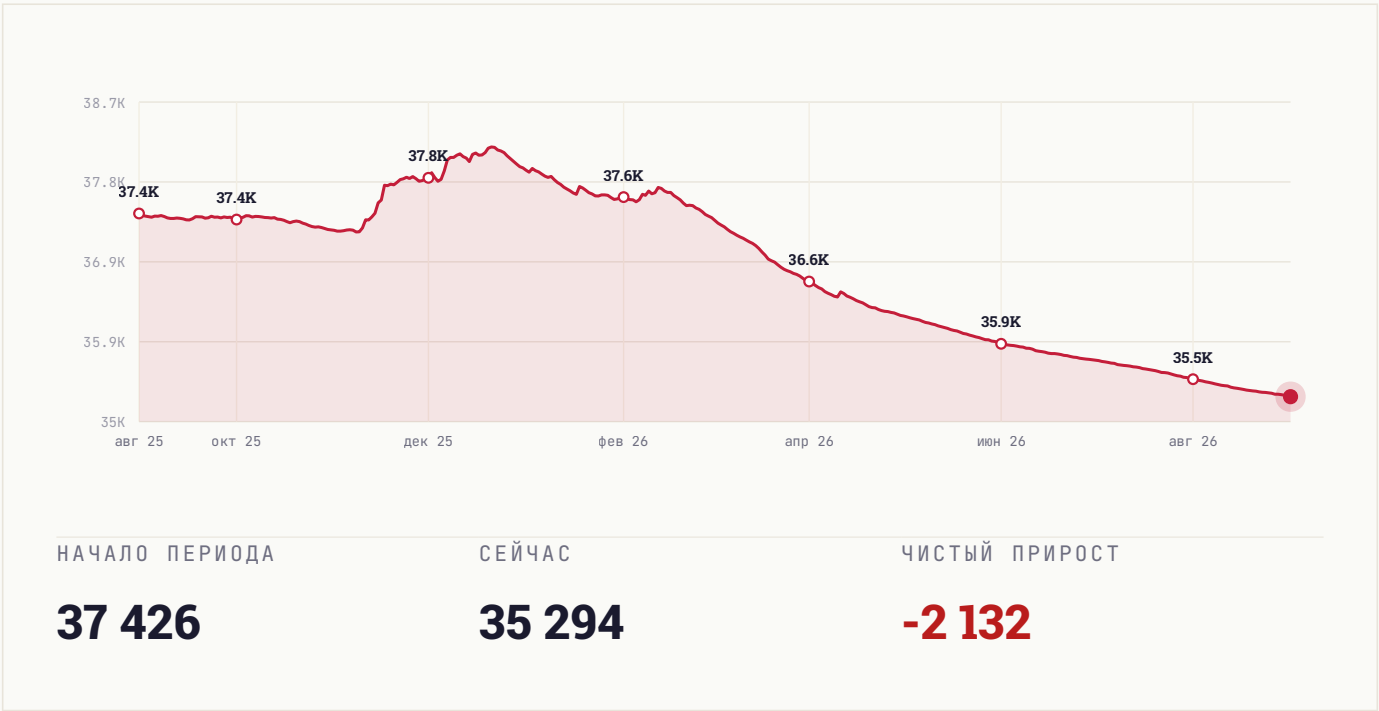
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 17.08 · 10:16 ФОТО Сливочный суп с курицей и шампиньонами. Ингредиенты: Куриное филе — 300 г Шампиньоны — 250 г Лук — 1 шт. Морковь — 1 шт. Плавленный...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	2 523	21
	РЕП.	ER
	43	7.1%
↓ 22.08 · 08:19 ФОТО Творожная шарлотка с яблоками. Ингредиенты Творог — 250 г (5–9%) Яйца — 3 шт. Сахар — 100–120 г Мука — 150 г Разрыхлитель — 1 ч...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	1 869	28
	РЕП.	ER
	74	5.3%
↓ 21.08 · 12:07 ФОТО  Салат «Полоски» Яркий, сочный и очень простой салат — выглядит празднично, а готовится буквально за несколько...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
	1 768	15
	РЕП.	ER
	15	5.0%

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.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

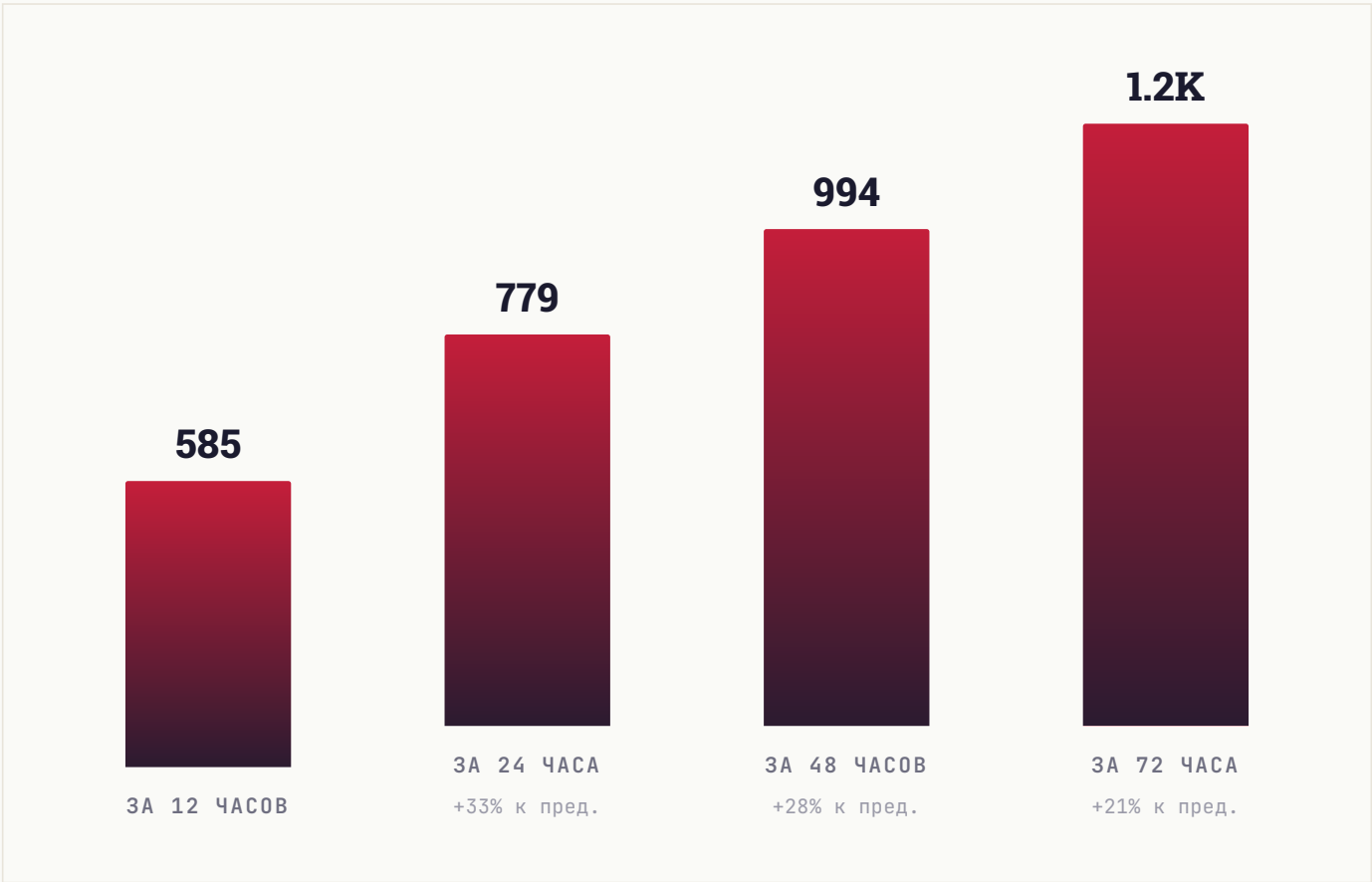
Индекс цитирования 2 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 4 разных каналов.



— 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
ПО Пальчики оближешь! 🍪 Рецепты Салаты Закатки на зиму	287.3K
ДР Домашние рецепты 🔍	214.2K
ДИ Дизайн Интерьер для дома	62K
Т 🏠 АСИНЫ ТАРЕЛКИ	56.5K
ВЕ Вкусно едим. Рецепты. ВЫ	35.3K
ЖС Женские секреты-советы	32.1K
ДИ Дизайн Интерьер Ремонт	14.2K
ФП ФИТНЕС ПП -рецепты ЗОЖ	11.9K
МА MARISHA_WITH_LOVE	7K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (5-е место из 9). 4 канала крупнее, 4 — 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 **0**, а канал за это время прибавил **1 784** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	0
Февраль 2026	0	0	218
Январь 2026	0	0	182
Декабрь 2025	0	0	591
Ноябрь 2025	0	0	713
Октябрь 2025	0	0	80

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
0	6	1 784

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

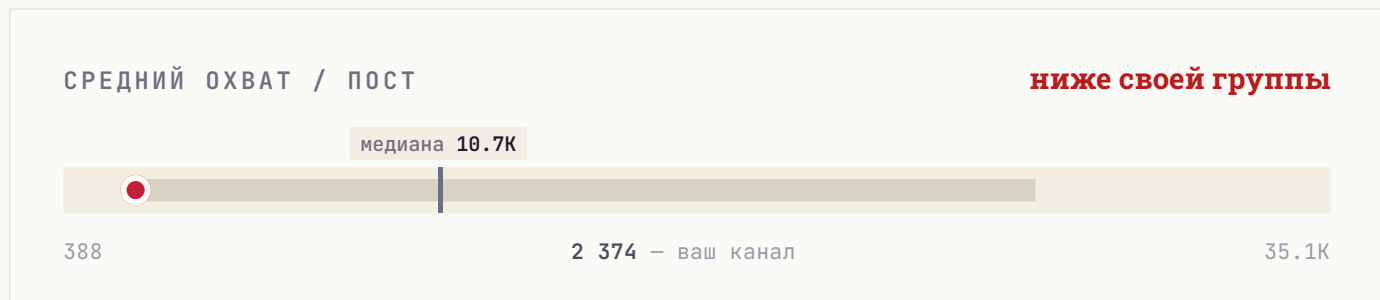
Сравниваем с каналами вашего размера: **81 канал** категории «Еда и кулинария» от 12 тыс. до 106 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

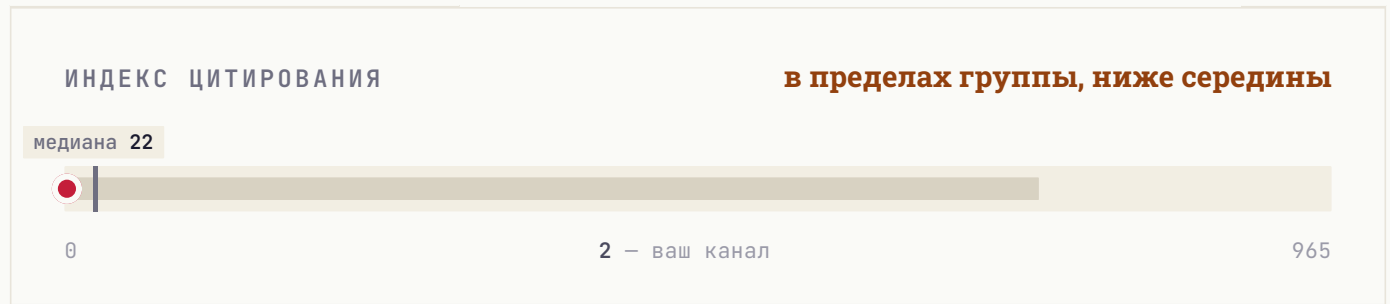
#50

/81

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 50 из 81 каналов сопоставимого размера





По всем показателям канал пока ниже середины своей группы. Для канала на этапе роста это нормальная точка старта — быстрее всего сдвигается охват.

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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в понедельник

В этот день и в 12:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

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**

04

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 6.73% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+2.3пп ER

05

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**

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