

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Соленья - Варенья - Заготовки



@zagotovki_varennya

#VACDW По всем вопросам: @rebarekpetr Биржа: telega.in/c/zagotovki_varennya?r=NHStgwzZ PKH: vk.cc/clwDLT

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
36 402	5.0%	1.5K
02.09.2026 ⁻²² за месяц	за сутки ^{1.9%}	рекл. охват ⁶⁸² /24ч

[HTTPS://PROMTPRESS.COM/AUDIT/ZAGOTOVKI_VARENYA](https://promptpress.com/audit/zagotovki_varennya)

— 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 36 402 —	👁️ ОХВАТ ПОСТА 4.14% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 1.5K медиана 1.6K · 29 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 33.6 за период
📈 ТРЕНД 7Д -1.3% vs предыдущая неделя	💖 РЕАКЦ./ПОСТ 8.1 всего 1 151 реакц., 4 973 реп., 0 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 820 зн. медиана 912 · 29 дней	★ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 142 29 дней
📈 РЕКЛ. ОХВАТ 682 среднее за 24ч	💖 ОТТОК / МЕСЯЦ -22 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 145 индекс цитирования · 447 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 4 года 18 дней создан 16.08.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Соленья - Варенья - Заготовки» — 36 402 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.5K человек (4% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 34 постов в неделю (~5 в день) — активный режим публикаций. За неделю 17–23 августа охваты стабильны (-1.3% к неделе 10–16 августа).

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 142 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (77/142 постов).
- 03 Средняя длина поста — 820 знаков (медиана 912).
- 04 Пик активности аудитории — суббота, 07:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.1K в среднем у топа vs 1.1K у худших) — среди 142 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 04.08 · 12:16 ТЕКСТ Овощной #салат "Лето" Для приготовления понадобится: • Капуста — 0,5 кг.; • Помидоры — 0,5 кг.; • Огурцы — 0,5 кг.; • Перец болгарский —...	ПРОСМ. 2 108 РЕП. 45	РЕАКЦ. 9 ER 5.8%
№2 04.08 · 17:16 ТЕКСТ #Салат из огурцов с зеленью. 2 рецепта✅ Предлагаем сразу два рецепта такого салата: один со стерилизацией, второй — без неё.📄 Рецепт. Со...	ПРОСМ. 2 062 РЕП. 58	РЕАКЦ. 14 ER 5.7%
№3 05.08 · 12:16 ТЕКСТ #Заправка для борща✓ Для приготовления понадобится: • свекла - 1,5 кг.; • морковь - 800 г.; • белокочанная капуста - 2 кг.; • помидоры...	ПРОСМ. 2 036 РЕП. 46	РЕАКЦ. 11 ER 5.6%

№4

08.08 · 04:22

ФОТО

(пост без подписи — фото)

ПРОСМ.

2 028

РЕАКЦ.

1

РЕП.

32

ER

5.6%

№5

05.08 · 04:21

ФОТО

ПЕРЕЦ МАРИНОВАННЫЙ ПОЛОВИНКАМИ ЗА 15 МИН.

Ингредиенты: -5 кг красного мясистого болгарского перца Для маринада: -1 литр воды -1,5 стакана...

ПРОСМ.

2 000

РЕАКЦ.

7

РЕП.

42

ER

5.5%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓

30.08 · 09:15

ТЕКСТ

🥗 из кабачков Для приготовления понадобится: •

кабачки очищенные от кожуры и семечек - 3 кг.; •

помидоры пропущенные через мясорубку - 1...

ПРОСМ.

1 084

РЕАКЦ.

7

РЕП.

25

ER

3.0%

↓

30.08 · 12:16

ФОТО

МАНЖО (болгарский овощной салат) Помидор - 3 кг

Баклажаны - 2 кг Перец болгарский - 2 кг Лук - 1 кг

Морковь - 300 г Чеснок - 1...

ПРОСМ.

1 062

РЕАКЦ.

13

РЕП.

54

ER

2.9%

↓

30.08 · 17:15

ТЕКСТ

с рисом Это блюдо одно из тех которое не надоедает оно

получается невероятно вкусным очень ароматным и

сытным. Рецепт совершенно...

ПРОСМ.

1 059

РЕАКЦ.

9

РЕП.

39

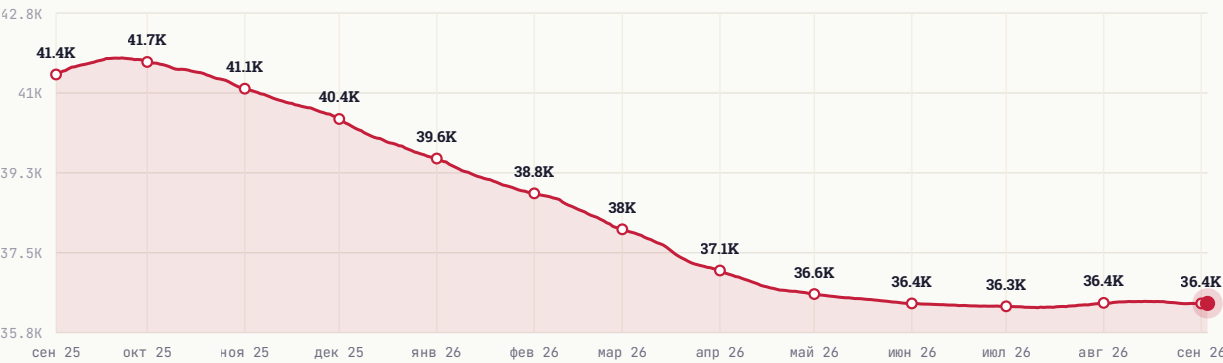
ER

2.9%

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.

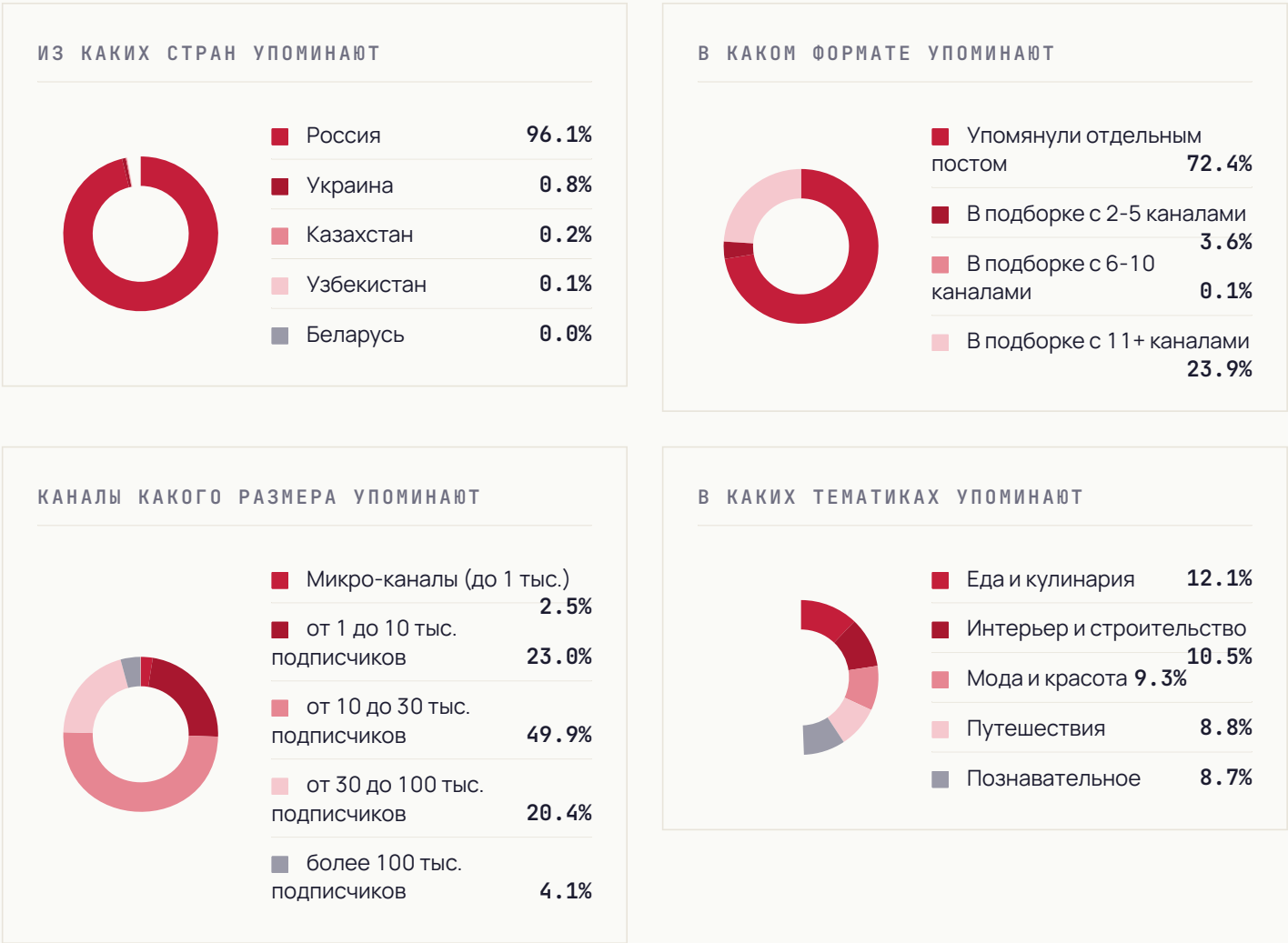


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
41 425	36 402	-5 023

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

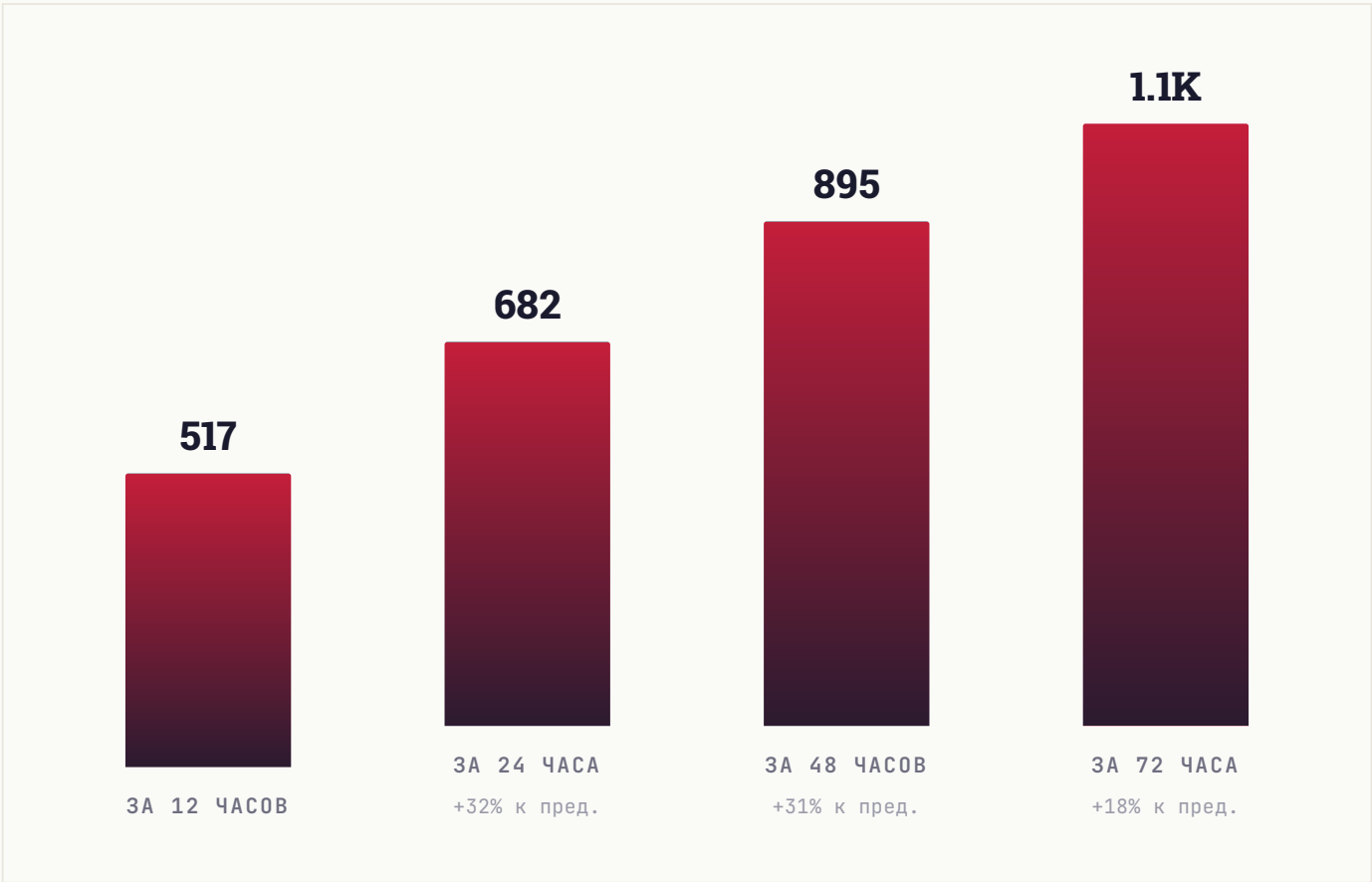
Индекс цитирования **145** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **447** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
лп Ленивый повар: Рецепты	63.2K
рв Рецепты: Вкусные Простые Домашние	39.5K
с- Соленья - Варенья - Заготовки ВЫ	36.4K
уд Удачная Дача: Дизайн	27.4K
с Салаты Десерты	25.8K
ус Умный Строитель	25.3K
тд Тренер: Диеты Фитнес	16.4K
к- Клумба - Растения	14.8K
зо Здоровье от природы	12.2K
сб Сладкая булочка	4K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 10, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: Ленивый повар: Рецепты, 63.2K), мельче — 7 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 **3**, а канал за это время прибавил **2** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	0
Февраль 2026	0	0	0
Январь 2026	0	0	0
Декабрь 2025	0	0	0
Ноябрь 2025	0	0	0
Октябрь 2025	3	1	2

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
3	6	2

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

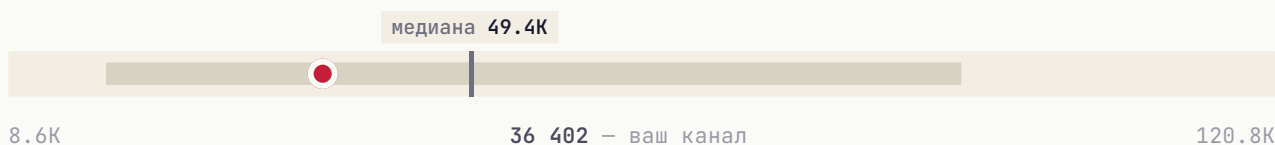
Сравниваем с каналами вашего размера: **84 канала** категории «Еда и кулинария» от 12 тыс. до 109 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#50 /84

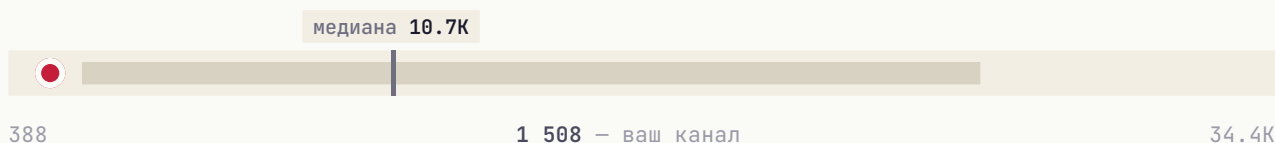
ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 50 из 84 каналов сопоставимого размера

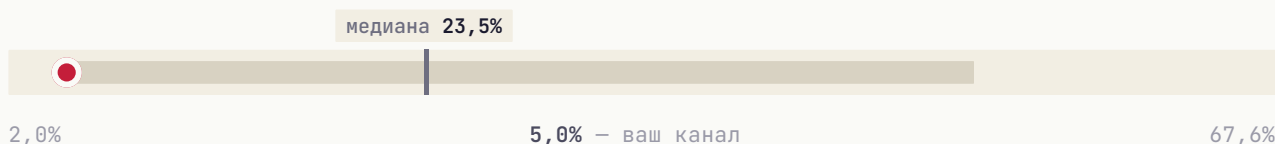
ПОДПИСЧИКИ

в пределах группы, ниже середины


СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

ниже своей группы


ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

в пределах группы, ниже середины




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 суббота

В этот день и в 07:00 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 4.14% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+4.9пп 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

**объём под
задачу**

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