

UBND XÃ XA DUNG
TRƯỜNG PTDTBT TH CHUA TA

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Chùa ta, ngày 01 tháng 9 năm 2025

Số 13 /KH- Trường: PTDTBTTH CT

KẾ HOẠCH

**Thực hiện công tác tổ chức bữa ăn học đường kết hợp tăng cường
hoạt động thể lực cho học sinh và truyền thông giáo dục dinh dưỡng
trong nhà trường năm học 2025 - 2026**

Căn cứ Luật An toàn thực phẩm số 55/2010/QH12 ban hành ngày 17/6/2010;

Căn cứ Nghị định: 155/2018/NĐ-CP ban hành ngày 12 tháng 11 năm 2018
quy định chi tiết thi hành một số điều của luật an toàn thực phẩm;

Căn cứ Quyết định của Bộ giáo dục và Đào tạo Về việc phê duyệt hướng dẫn
công tác tổ chức bữa ăn học đường kết hợp tăng cường hoạt động thể lực cho học
sinh Tiểu học.

Trường PTDTBT TH Chùa Ta xây dựng kế hoạch Thực hiện bữa ăn học
đường bảo đảm dinh dưỡng hợp lý kết hợp tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ
em trong nhà trường năm học 2025 – 2026 như sau:

I. Mục tiêu

1. Mục tiêu chung

Kế hoạch nhằm bồi dưỡng kiến thức cho đội ngũ cán bộ, giáo viên, nhân
viên, tuyên truyền đến cha mẹ trẻ về dinh dưỡng hợp lý, sức khỏe phòng tránh
bệnh tật, đặc biệt là các bệnh mạn tính không lây, phát triển trí tuệ và tầm vóc cho
trẻ. Nâng cao năng lực về tổ chức bữa ăn, cho đội ngũ giáo viên nhân viên

Xây dựng bữa ăn cân đối, hợp lý về dinh dưỡng, bảo đảm vệ sinh an toàn
thực phẩm và tăng cường hoạt động thể lực phù hợp đối với học sinh để nâng cao
sức đề kháng, phòng ngừa bệnh.

Giáo dục dinh dưỡng cho học sinh nhằm nâng cao kiến thức, thái độ, hành vi; góp phần cải thiện thể lực và trí lực học sinh. Đồng thời tăng cường sự gắn kết giữa gia đình và nhà trường trong việc chăm sóc và giáo dục học sinh. Hình thành cho học sinh thói quen ăn uống khoa học, có lợi cho sức khỏe và thói quen tự phục vụ.

2. Mục tiêu cụ thể

100% cán bộ, giáo viên, nhân viên, phụ huynh, học sinh trong nhà trường được truyền thông về lợi ích của dinh dưỡng hợp lý và hoạt động thể lực để nâng cao sức khỏe và phòng chống các bệnh không lây nhiễm.

100% BGH, GV, NV được tham gia tập huấn, bồi dưỡng kiến thức vệ sinh an toàn thực phẩm, dinh dưỡng hợp lý, nguyên tắc xây dựng khẩu phần ăn và tăng cường hoạt động thể lực, phòng, chống các bệnh không lây nhiễm.

Tất cả các khối lớp tổ chức theo dõi và đánh giá tình trạng sức khỏe, dinh dưỡng của học sinh theo quy định.

Bộ phận bếp ăn tổ chức bữa ăn học đường bảo đảm các điều kiện về vệ sinh an toàn thực phẩm.

Tất cả các khối lớp thực hiện đầy đủ các quy định về hoạt động phát triển thể chất.

Nhà trường và tất cả các khối lớp thực hiện các hoạt động truyền thông về lợi ích của việc tăng cường hoạt động thể lực, dinh dưỡng cho trẻ em.

II. Nội dung tổ chức bữa ăn học đường bảo đảm dinh dưỡng hợp lý

1. Về cơ sở vật chất:

Cố gắng bồi trí đảm bảo theo quy định tại khoản 6, Điều 14, Thông tư 13/2020/TT-BGDĐT ngày 26/5/2020 và các quy định cơ sở vật chất khác của cấp trên. Cụ thể:

a. Khu nhà bếp, nhà kho, nhà ăn

- Nhà bếp: độc lập với khối phòng học và hỗ trợ học tập; hợp vệ sinh;

– Kho bếp: phân chia riêng biệt kho lương thực và kho thực phẩm; độc lập và phân chia khu vực cho từng loại thực phẩm; có thiết bị bảo quản thực phẩm. Tường, trần, nền nhà khu vực kho thực phẩm không thấm nước, rạn nứt, ẩm mốc;

–Nhà ăn: bảo đảm đủ chỗ phục vụ cho học sinh; trang bị đầy đủ các thiết bị cố gắng đảm bảo thực hiện công tác ăn uống cho học sinh hợp vệ sinh.

b. Khu chế biến thức ăn

- Có bếp ăn sạch sẽ.

- Có đủ nước đạt quy chuẩn kỹ thuật phục vụ cho việc ăn uống, chế biến và sinh hoạt (nước sinh hoạt phải từ các đơn vị cấp nước sạch sử dụng cho mục đích sinh hoạt, trường hợp tự khai thác nguồn nước để sử dụng thì chất lượng phải bảo đảm tiêu chuẩn theo Quy chuẩn kỹ thuật quốc gia (QCVN 01-1:2018/BYT) ban hành kèm theo Thông tư số 41/2018/TT-BYT ngày 14 tháng 12 năm 2018 của Bộ trưởng Bộ Y tế ban hành quy chuẩn kỹ thuật quốc gia và quy định kiểm tra, giám sát chất lượng nước sạch sử dụng cho mục đích sinh hoạt);

- Có dụng cụ chế biến, bảo quản và sử dụng riêng đối với thực phẩm tươi sống và thực phẩm đã qua chế biến;

- Có đủ dụng cụ chia, gấp, chứa đựng thức ăn, dụng cụ ăn uống bảo đảm sạch sẽ, không thôi nhiễm chất độc hại và không gây ô nhiễm đối với thực phẩm, duy trì chế độ vệ sinh hàng ngày;

- Có trang bị găng tay sạch sử dụng một lần khi tiếp xúc trực tiếp với thức ăn; có ủng hoặc giày, dép để sử dụng riêng trong khu vực chế biến thực phẩm;

- Có biện pháp để ngăn ngừa ruồi, dán, côn trùng và động vật gây hại;

- Có bồn rửa tay, nhà vệ sinh; có dụng cụ chứa đựng rác thải, chất thải bảo đảm kín, có nắp đậy và thu dọn chất thải, rác thải hàng ngày sạch sẽ.

c. Khu vực ăn uống

- Có đủ nước phục vụ cho việc ăn uống, vệ sinh;
- Dụng cụ ăn uống phải được làm bằng vật liệu an toàn, rửa sạch, giữ khô;
- Phải thoáng mát, có đủ bàn ghế và thường xuyên bảo đảm sạch sẽ;
- Có đủ trang thiết bị phòng chống ruồi, dán, côn trùng và động vật gây bệnh;
- Có bồn rửa tay, nhà vệ sinh; có dụng cụ chứa đựng rác thải, chất thải bảo đảm kín, có nắp đậy và thu dọn chất thải, rác

d. Khu trưng bày, bảo quản thức ăn

- Thực phẩm chín, ăn ngay phải để trong tủ kính hoặc thiết bị bảo quản hợp vệ sinh, chống được bụi, mưa, nắng và sự xâm nhập của côn trùng và động vật gây hại;
- Thực phẩm chín, ăn ngay được bày trên kệ hoặc giá cao hơn mặt đất (ít nhất 60cm) và được đậy nắp đậy.
- Có đủ dụng cụ bảo đảm vệ sinh để kẹp, gấp và xúc thức

2. Người làm việc tại bếp ăn

–Người trực tiếp chế biến thức ăn phải được tập huấn kiến thức an toàn thực phẩm và được chủ cơ sở xác nhận. Có giấy khám sức khỏe hàng năm và không bị mắc các bệnh tả, lỵ, thương hàn, viêm gan A, E, viêm da nhiễm trùng, lao phổi, tiêu chảy cấp khi đang sản xuất, kinh doanh thực phẩm;

–Người trực tiếp chế biến thức ăn phải bảo đảm các yêu cầu về vệ sinh như: mặc trang phục riêng, đội mũ, đeo găng tay, khẩu trang; móng tay sạch sẽ, không đeo đồ trang sức khi tiếp xúc trực tiếp với thực phẩm; rửa tay trước khi chế biến thực phẩm và sau khi đi vệ sinh; không khạc nhổ trong khu vực chế biến, nấu ăn

3. Về an toàn thực phẩm:

Đảm bảo các điều kiện theo quy định tại Điều 6, Thông tư 13/2016/TTLT-BYT-BGDĐT ngày 12/5/2016.

4. Về hồ sơ sổ sách:

Có đủ sổ sách ghi chép thực hiện chế độ kiểm thực 3 bước, lưu mẫu thức ăn theo hướng dẫn của Bộ Y tế; có đủ dụng cụ lưu mẫu thức ăn, tủ bảo quản mẫu thức ăn lưu và bảo đảm chế độ lưu mẫu thực phẩm tại cơ sở ít nhất là 24 giờ kể từ khi thức ăn được chế biến xong.

Hồ sơ sổ sách kế toán theo hướng dẫn Sở giáo dục, phòng giáo dục cũng như các biểu mẫu theo quy định của kế toán.

5. Đảm bảo cung cấp năng lượng, phân bổ năng lượng các bữa ăn hợp lý cho học sinh

Nhu cầu năng lượng và tỷ lệ các chất sinh năng lượng của bữa ăn học đường thực hiện theo Văn bản Quyết định của Bộ giáo dục và Đào tạo Về việc phê duyệt hướng dẫn công tác tổ chức bữa ăn học đường kết hợp tăng cường hoạt động thể lực cho học sinh trung học cơ sở và Bảng Nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam.

Đảm bảo chế độ ăn và nhu cầu khuyến nghị năng lượng phân phối cho các bữa ăn theo quy định, phù hợp với độ tuổi:

Nhu cầu khuyến nghị năng lượng của 1 học sinh trong một ngày:

Với Nam từ 10-11 tuổi: 1880-2400; 12-14 tuổi: 2200-2790 kcal/ngày;

Với Nữ: từ 10-11 tuổi: 1740-2220; 12-14 tuổi: 2040-2580 kcal/ngày.

Năng lượng phân bổ cho ngày được khuyến nghị như sau:

+ Bữa sáng đáp ứng từ 20 - 30% nhu cầu năng lượng cả ngày.

+ Bữa trưa đáp ứng từ 30 - 40% nhu cầu năng lượng cả ngày.

+ Bữa phụ đáp ứng từ 5 - 10% nhu cầu năng lượng cả ngày.

+ Bữa tối (ở nhà) đáp ứng từ 25 - 30% nhu cầu năng lượng

Nhà trường xây dựng khẩu phần ăn 3 bữa chính hằng ngày đảm bảo cung cấp năng lượng tối thiểu với năng lượng đạt khoảng 100% khuyến nghị trên. Cụ thể với ba bữa: Bữa Sáng 600-800kcal; Bữa Trưa 800-1000Kcal; Bữa tối 800 - 900kcal.

4. Xây dựng thực đơn hợp lý

Căn cứ nhu cầu dinh dưỡng khuyến nghị cho người Việt Nam, tháp dinh dưỡng cân đối cho học sinh THCS là cơ sở để lựa chọn thực phẩm để xây dựng thực đơn hàng ngày, theo tuần, theo mùa. Quá trình xây dựng thực đơn ưu tiên lựa chọn những thực phẩm sẵn có tại địa phương, đồng thời dựa vào mức đóng góp tiền ăn của học sinh, sở thích ăn của các em để lựa chọn, phối hợp thực phẩm chính và thực phẩm phụ đảm bảo phong phú, đảm bảo không trùng lặp trong ngày.

Thực đơn đảm bảo cung cấp đủ chất đạm, chất béo (dầu ăn, mỡ), chất bột đường, vitamin và chất khoáng. Để đảm bảo tính đa dạng, thực đơn có ít nhất 5 trong 8 nhóm thực phẩm theo khuyến cáo của Tổ chức Y tế Thế giới, trong đó nhóm chất béo là bắt buộc bao gồm: **Nhóm 1.** Lương thực: Gạo, ngô, khoai, sắn. **Nhóm 2.** Nhóm hạt các loại: Đậu, đỗ, vừng, lạc là nguồn cung cấp chất đạm thực vật cho cơ thể. **Nhóm 4.** Nhóm thịt các loại, cá và hải sản cung cấp các acid amin cần thiết mà cơ thể người không tự tổng hợp được. **Nhóm 5.** Nhóm trứng và các sản phẩm của trứng là nguồn cung cấp chất đạm động vật và nhiều chất dinh dưỡng quý cho cơ thể. **Nhóm 6.** Nhóm củ quả màu vàng, da cam, màu đỏ như bí ngô, cà chua hoặc rau tươi, bí xanh, có màu xanh thẫm. **Nhóm 7.** Nhóm rau, củ, quả khác như su su, củ cải cung cấp vitamin, chất khoáng và chất xơ. **Nhóm 8.** Nhóm dầu ăn.

Hạn chế sử dụng thực phẩm đóng gói. Chỉ đạo nhân viên nấu ăn hạn chế nêm lượng muối trong khi chế biến món ăn (Lượng đường không quá 25g/học sinh/ngày. Muối không quá 5g/ngày đối với học sinh). Thực hiện đúng các quy định về vệ sinh an toàn thực phẩm.

5. Tổ chức bữa ăn

a. Chuẩn bị:

- Học sinh rửa tay với nước sạch và xà phòng theo đúng quy trình.

-Giáo viên/nhân viên phục vụ ăn chia cơm và thức ăn vào từng khay/mâm cho học sinh và đặt trên bàn chia.

-Học sinh xếp hàng theo thứ tự lấy bát vào mâm và ngồi vào vị trí để chuẩn bị ăn.

- Giáo viên/nhân viên phục vụ ăn giới thiệu món ăn, cùng học sinh trò chuyện về các món ăn, cách chế biến thức ăn, lợi ích khi ăn đủ chất dinh dưỡng,...

- Cho học sinh hô mời các thầy cô và các bạn ăn cơm.

b. Trong khi ăn

- Giáo viên/nhân viên phục vụ ăn cho học sinh tạo không khí vui vẻ, thoải mái cho học sinh trong khi ăn.

- Nhắc nhở học sinh thực hiện những hành vi văn minh trong ăn uống như: Ngồi ngay ngắn khi ăn; Ăn gọn gàng, không rơi vãi; Nhai kỹ và không gây tiếng ồn; Không nói chuyện, cười đùa trong khi ăn; Không bốc thức ăn.

- Giáo viên nói chuyện về các món ăn, lợi ích của từng nhóm thực phẩm có trong món ăn, chế độ ăn uống lành mạnh, tại sao cần ăn đa dạng thực phẩm, một số bệnh lý liên quan đến thói quen không tốt trong ăn uống.

- Động viên và khuyến khích học sinh ăn hết suất ăn của mình.

c. Sau khi ăn

- Hướng dẫn lớp trực ăn, trực vệ sinh thu dọn sạch sẽ. Sắp xếp bàn ghế ngay ngắn.

- Rửa bát, xoong, khay và xếp khay/bát ăn đúng nơi quy định sau khi ăn xong.

- Đổ rác đúng khu vực được bố trí và rửa tay sạch sẽ.

III. Tăng cường hoạt động thể lực trong nhà trường

1. Nội dung:

Nội dung tăng cường HĐTL cho học sinh TH là các hoạt động thể thao ngoại khóa trong nhà trường gồm các môn thể thao theo sở thích của từng học sinh như: Thể

dục; Bóng đá; Bóng chuyền; Cầu lông; Đá cầu; Bóng bàn; Thể dục nhịp điệu; các môn thể thao truyền thống của địa phương: Bắn nỏ; đẩy gậy, kéo co...

2. Hình thức:

- Tổ chức các hoạt động TTNK theo kế hoạch của nhà trường và được phân cấp tổ chức tập luyện với các hình thức tập theo tập thể (tổ, đội, nhóm, lớp, khối) và tập có hướng dẫn.

- Tổ chức các hoạt động câu lạc bộ (CLB) thể thao, của nhà trường để tạo điều kiện thuận lợi cho hoạt động của học sinh tham gia tập luyện và thi đấu.

- Tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao giao lưu và trao đổi, phổ biến những kiến thức về tập luyện thể thao, giữ gìn sức khỏe để tăng cường sự hợp tác, giúp đỡ lẫn nhau.

- Tổ chức các giải thể thao hoặc Hội thi thể thao ít nhất một năm một lần;

- Tổ chức các hoạt động thể dục buổi sáng, thể dục giữa giờ, TDTT theo lớp, theo khóa. Ngày TDTT, thi đấu thể thao, TDTT ngoài trường học...

- Lao động công ích và lao động tự phục vụ như lấy củi đun, lấy đá....

IV. Truyền thông giáo dục dinh dưỡng

1. Các chủ đề truyền thông

a. Chủ đề dinh dưỡng lành mạnh

- Giới thiệu về tháp dinh dưỡng cho trẻ ;
- Ngũ cốc, khoai củ và sản phẩm chế biến;
- Rau lá, rau củ quả và trái cây: quả chín;
- Thịt, thủy sản, trứng và các hạt giàu đạm;
- Sữa và chế phẩm từ sữa;
- Dầu, mỡ;
- Hạn chế tiêu thụ đường, muối; Cần uống đủ nước hàng ngày.

b. Chủ đề 2: Phòng chống thừa cân, béo phì ở trẻ em

- Vì sao chúng ta lại bị thừa cân, béo phì;
- Thừa cân, béo phì gây ra những hậu quả gì;
- Phòng chống thừa cân béo phì;
- Chúng ta cần làm gì khi bị thừa cân, béo phì;
- Chế độ ăn uống lành mạnh và không lành mạnh.

c. Chủ đề 3: Phòng chống thiếu vi chất dinh dưỡng

- Phòng chống thiếu máu dinh dưỡng;
- Phòng chống thiếu vitamin A;
- Phòng chống thiếu vitamin D;
- Phòng chống thiếu kẽm;
- Phòng chống thiếu canxi.

d. Chủ đề 4: Vệ sinh an toàn thực phẩm

- Đọc kỹ nhãn mác thực phẩm giúp lựa chọn thực phẩm có lợi cho sức khỏe;
- Lựa chọn thực phẩm an toàn và lành mạnh, đặc biệt khi ăn ở ngoài;
- Thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm.

2. Tài liệu truyền thông

- Sử dụng các bài giảng truyền thông đã được tập huấn và nghiên cứu thêm trong kế hoạch giáo dục các khối lớp ; Nghiên cứu các bài giảng từ Internet.

3. Hình thức tổ chức thực hiện.

- Thực hiện trong 7 - 10 phút vào giờ sinh hoạt cuối tuần hoặc lồng ghép vào giờ học giáo dục thể chất, các môn khoa học và các hoạt động trải nghiệm của học sinh
- Lồng ghép trong các môn học, sinh hoạt dưới cờ, ngoại khóa, hội thi, các hình thức truyền thông mới để thu hút nhiều học sinh tham gia.

V. Giải pháp thực hiện

Xây dựng kế hoạch chăm sóc, nuôi dưỡng, giáo dục, thực hiện bữa ăn học đường đảm bảo tiêu chuẩn, định mức dinh dưỡng hợp lý và chế độ hoạt động thể chất phù hợp với từng độ tuổi.

Kiểm tra, giám sát việc tổ chức, thực hiện và đánh giá hoạt động dinh dưỡng, giáo dục thể chất cho học sinh trong nhà trường.

Tăng cường và đa dạng các hình thức truyền thông, nâng cao năng lực của ban giám hiệu, giáo viên, nhân viên, phụ huynh, cán bộ y tế trong nhà trường.

Tăng cường cơ sở vật chất, trang thiết bị, phục vụ công tác bán trú, giáo dục thể chất và các hoạt động trải nghiệm trong nhà trường.

Tổ chức một số động ngoại khóa như: Thể dục giữa giờ; Lắng tai; Lao động công ích; Hoạt động câu lạc bộ; Hoạt động thể thao văn nghệ khác...

Tăng cường công tác quản lý và truyền thông giáo dục về dinh dưỡng học đường và giáo dục thể chất trong trường:

- + Tổ chức tập huấn nâng cao kiến thức về dinh dưỡng hợp lý.
- + Thực hiện lồng ghép nội dung giáo dục dinh dưỡng, giáo dục thể chất vào các hoạt động giáo dục, môn học linh hoạt, phù hợp.

Huy động các nguồn lực và đẩy mạnh xã hội hóa công tác bảo đảm dinh dưỡng và hoạt động thể lực cho học sinh. Phối hợp với trạm y tế địa phương tổ chức khám sức khỏe cho trẻ. Định kỳ cân, đo, lên biểu đồ tăng trưởng và đánh giá tình trạng dinh dưỡng của học sinh. Đẩy mạnh xã hội hóa, huy động sự tham gia của các cơ quan, ban ngành và cha mẹ trẻ trong việc thực hiện giám sát và đánh giá các hoạt động tổ chức bữa ăn học đường và hoạt động thể lực trong nhà trường.

V. Kinh phí

Kinh phí thực hiện kế hoạch này từ nguồn đóng góp của cha mẹ trẻ và ngân sách nhà nước.

VI. Tổ chức thực hiện

1. Ban giám hiệu nhà trường

Nghiên cứu các văn bản quy định các điều kiện, hoạt động tổ chức bữa ăn học đường, tình hình thực tế của địa phương xây dựng kế hoạch, triển khai, hướng dẫn thực hiện bữa ăn học đường có hiệu quả trong nhà trường.

Phối hợp với các cấp chính quyền địa phương, Hội CMHS, tham mưu các cấp đầu tư về cơ sở vật chất, trang thiết bị nhằm thực hiện tốt bữa ăn học đường.

Triển khai cho tập thể BGH, GV, NV đẩy mạnh công tác truyền thông, tuyên truyền để toàn thể nhân dân, cộng đồng hiểu rõ về vai trò, ý nghĩa của Bữa ăn học đường bảo đảm dinh dưỡng hợp lý kết hợp tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ.

Tăng cường sinh hoạt chuyên môn trong nhà trường nhằm nâng cao nhận thức, kiến thức, kỹ năng cho đội ngũ giáo viên, nhân viên về tổ chức Bữa ăn học đường; thực hiện lồng ghép các hoạt động giáo dục về vai trò, ý nghĩa của dinh dưỡng hợp lý và hoạt động thể lực, giáo dục thể chất phù hợp, nhằm nâng cao ý thức quý trọng sức khỏe, rèn luyện thể dục, tự phục vụ.

Thực hiện nhận xét đánh giá lồng ghép trong các cuộc họp tháng, báo cáo sơ kết, tổng kết năm học báo cáo kết quả thực hiện về UBND xã

2. Đội ngũ giáo viên, nhân viên.

Căn cứ vào kế hoạch nhà trường các khối trường xây dựng kế hoạch thực hiện Bữa ăn học đường.

Tham dự đầy đủ các buổi sinh hoạt chuyên môn, thực hiện lồng ghép các hoạt động thể lực, giáo dục thể chất phù hợp, nhằm nâng cao ý thức quý trọng sức khỏe, rèn luyện thể dục, tự phục vụ cho trẻ phù hợp với từng chủ đề, phù hợp với độ tuổi của trẻ.

Phối hợp với nhà trường đẩy mạnh công tác truyền thông, tuyên truyền thông qua các cuộc họp, trang thông tin địa phương, thông tin nhà trường, website, zalo, facebook... để phụ huynh và toàn thể nhân dân, cộng đồng hiểu rõ về vai trò, ý nghĩa của Bữa ăn học đường bảo đảm dinh dưỡng hợp lý kết hợp tăng cường hoạt động thể lực cho học sinh.

Trên đây là kế hoạch thực hiện công tác tổ chức bữa ăn học đường kết hợp tăng cường hoạt động thể lực cho học sinh và truyền thông giáo dục dinh dưỡng trong nhà trường năm học 2025 – 2026. Đề nghị cán bộ, giáo viên, nhân viên căn cứ kế hoạch để thực hiện.

Nơi nhận:

- Phòng VHXXH(báo cáo)
- BGH - đễ(chỉ đạo)
- CBGVNV (thực hiện)
- Lưu: VT.

NGƯỜI VIẾT KẾ HOẠCH

Hoàng Thị Liên

HIỆU TRƯỞNG



Nguyễn Thị Hồng Hạnh